

13.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий			16		
14.	Управление процессом спортивной подготовки		4	16		
15.	Организация и проведение соревнований		4	16		
16.	Организация и проведение занятий по армспорту.	9-10	22	67	9	Экзамен
17.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		2	4		
18.	Управление процессом спортивной подготовки		2	16		
19.	Организация и проведение соревнований		6	16		
Итого: 720 часов (20 зачетных единиц).			90	621	9	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теории и методики единоборств

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование
(армспорт)»**

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 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 8 от «24» апреля 2016 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

(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:

Махмудов Мехтихан Магамедханович – доцент кафедры ТИМ единоборств
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ».

Рецензент:

Примерная программа учебной дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (Армспорт)» составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования с учетом рекомендаций и ПрООП ВО на основе учебного плана по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», по профилю «Спортивная подготовка».

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

1. **Цель освоения дисциплины (модуля):** обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий по армспорту и поддержание их спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (армспорт)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (армспорт)» относится к профессиональному циклу вариативной части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» по профилю «Спортивная подготовка». Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра обусловлено необходимостью формирования у выпускников практические навыки решения сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в области спортивной борьбы.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как теория и методика избранного вида спорта, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология, безопасность жизнедеятельности, восстановление в спорте, врачебный контроль, аналогичные видам армспора 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	Заочная форма обучения
ОПК-2	Знать: - основы теории и методики физической культуры; - методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта; - требования образовательных стандартов.	1 2 3 4		
	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры; - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов;			
	Владеть: навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей			

	занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта.			
ОПК-3	Знать: - основы теории и методики физической культуры и спорта; - принципы и методы обучения; - требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта.			
	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 избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.	5 6 7 8		
	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-5	Знать: - средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений; - основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии.	1 2		
	Уметь: - анализировать тактику в армспорте	3 4		
	Владеть: - навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев.	5 6 7 8		
ОПК-8	Знать: - правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта; - обязанности организаторов и судей соревнования.			
	Уметь: - осуществлять объективное судейство соревнований; - выполнять функции судей по армспорту.	3 4 5 6		
	Владеть: - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.	7 8		
ПК-10	Владеть: - современными методиками по определению	5 6		

	антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в армспорте			
ПК-11	Уметь: - разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в армспорте	5 6		
	Владеть: - навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по армспорту	7 8		
ПК-14	Уметь: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта (армспорт) демонстрировать технику движений	1 2		
	Владеть: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.	3 4 5 6		
ПК-15	Уметь: - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.	3 4		
	Владеть: - умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности; - оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.	7 8		

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

4.1 Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц, экзамены – 9 часов, аудиторных занятий – 232 часа, самостоятельная работа студентов – 479 часов.

Условные обозначения: 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 (модули) «Теория и методика армспора»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
----------	---	----------------	---	--

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
I курс	Всего: 234 часа (6,5 зачетных единиц)	1-2		52	182		Дифференцирован- ный зачет
1.	Организация и проведение занятий по армспорту.			12	62		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по армспорту.			4	10		
1.2	Подготовка мест занятий по армспорту и изучение инструкций по технике безопасности.				10		
1.3	Занятия армспортом по программе начальной подготовки.			8	42		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств борцов.			10	30		
2.1	Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности.			10	30		
3.	Освоение методики технико- тактической подготовки борцов.			10	30		
3.1	Занятия по анализу техники армспора.			10	30		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.			10	30		
4.1	Составление комплекса упражнений общефизической и оздоровительной направленности.			10	30		
5.	Организация и проведение соревнований.			10	30		
5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве бокового судьи.			10	30		
II курс	Всего: 126 часов (3,5 зачетных единиц).	3-4		60	66		Дифференцирован- ный зачет

1.	Организация и проведение занятий по армспорту.			20	12		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной части занятий по армспорту.			4	8		
1.2	Занятия армспортом по программе тренировочного этапа.			10			
1.3	Самоконтроль в процессе занятий по армспорту			6	4		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств борцов.			10	8		
2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке.			10	8		
3.	Освоение методик технико-тактической подготовки борцов.			20	12		
3.1	Занятия по анализу тактики армспора.			4	4		
3.2	Методики обучения в армспорте.			16	8		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.			4	8		
4.1	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке борцов.			4	8		
5.	Организация и проведение соревнований.			6	26		
5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей по армспорту.			6	26		
III курс	Всего: 126 часов (3,5 зачетных единиц).	5-6		60	66		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий по армспорту.			24	18		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами спортивных школ по армспорту.			2	6		

1.2	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах спортивных школ по армспорту			2	4		
1.3	Изучение структуры и организации работы спортивных школ по армспорту.				8		
1.4	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий по армспорту			20			
2.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.				16		
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов на начальном и учебно-тренировочном этапах многолетней подготовки по армспорту.				16		
3.	Управление процессом спортивной подготовки.			20	16		
3.1	Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в армспорте.			10	8		
3.2	Хронометраж занятий по армспорту.			10	8		
4.	Организация и проведение соревнований			16	16		
4.1	Формирование навыков судейства в качестве судей по армспорту.			16	16		
IV курс	Всего: 234 часа (3,5 зачетных единиц).	7-8		60	165	9	Экзамен
1.	Организация и проведение занятий по армспорту.			20	109		
1.1	Проведение занятий с группами спортивного совершенствования по армспорту.			8	8		
1.2	Сохранение и поддержание спортивной формы			8	96		
1.3	Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности			4	5		

2.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.			2	8		
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов в группах спортивного совершенствования по армспорту.			2	8		
3.	Управление процессом спортивной подготовки.			20	20		
3.1	Навыки определения уровня специальных качеств в армспорте.			20	20		
4.	Организация и проведение соревнований			18	28		
4.1	Разработка и написание положения о соревнованиях по армспорту.			4	4		
4.2	Составление сметы на проведение соревнований по армспорту.			4	4		
4.3	Организация и проведение соревнований в армспорте.			10	20		
Всего: 720 часов (20 зачетных единиц).				232	479	9	

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

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 во II семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Основы применения строевых упражнений в подготовительной части занятий по армспорту.
2. Основы применения общеразвивающих упражнений в подготовительной части занятий по армспорту.

3. Основы применения акробатических упражнений в подготовительной части занятий по армспорту.
 4. Основы применения беговых и игровых упражнений в подготовительной части занятий по армспорту.
 5. Основы применения специально-подготовительных упражнений в подготовительной части занятий по армспорту
 6. Основы применения упражнений из различных видов спорта в подготовительной части занятий.
 7. Основы применения средств и методов из других видов спорта в общефизической подготовке борцов.
 8. Навыки использования упражнений из других видов спорта в подготовительной части занятий по борьбе.
 9. Основы правильной техники выполнения базовых атакующих движений в армспорте.
 10. Основы правильной техники выполнения базовых защитных движений в армспорте.
 11. Основы правильной техники выполнения движений в контр атакующих позициях.
 12. Основы правильной техники расположения ног в атакующем положении.
 13. Основы правильной техники расположения ног в защитной позиции.
 14. Основы правильной техники расположения туловища в контратакующей позиции .
 15. Основы правильной техники расположении тела при установки локтя на подлокотнике в атакующем режиме.
 16. Основы правильной техники расположения тела в режиме защиты от атаки верхом.
 17. Показ и анализ техники армспорта движения верхом
 18. Показ и анализ техники армспорта движения крюк.
 19. Показ и анализ техники армспорта движения прямой кистью.
 20. Показ и анализ техники армспорта движением пронацией кисти.
 21. Показ и анализ техники армспорта движением основанием кисти.
 22. Показ и анализ техники армспорта атаки с упором в правую стойку стола.
- Судейство соревнований в качестве бокового судьи

5.2.2. Содержание зачетных требований для студентов в IV семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Основы применения упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по армспорту.
2. Основы применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по армспорту.
3. Основы применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по армспорту.
4. Основы применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по армспорту.
5. Особенности применения упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по армспорту.
6. Особенности применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по армспорту.
7. Особенности применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по армспорту.
8. Особенности применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по армспорту.

9. Навыки использования упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по армспорту, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

10. Навыки использования упражнений на восстановление дыхания в заключительной части занятий по армспорту, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

11. Навыки использования упражнений на восстановление ЧСС в заключительной части занятий по армспорту, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

12. Навыки использования упражнений растяжение в заключительной части занятий по армспорту, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

13. Навыки использования упражнений на расслабление в заключительной части занятий по армспорту, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

14. Анализ тактики выполнения технических действий в борьбе (верхом) .

15. Анализ тактики выполнения технических действий в борьбе (крюк).

16. Анализ тактики выполнения технических действий в борьбе (прямой кистью).

17. Анализ тактики выполнения технических действий (пронацией кисти)

18. Анализ тактики выполнения технических действий (толчком)

19. Анализ тактики выполнения технических действий из положения удержания.

20. Особенности выполнения функций бокового судьи.

21. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы (верхом).

22. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в (крюк).

23. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы (прямой кистью).

24. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы (пронацией кисти).

25. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы (толчком).

26. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в положении удержания.

27. Осуществление самоконтроля на занятиях по борьбе.

28. Осуществление самоконтроля между занятиями различной направленности по борьбе.

5.2.3. Содержание зачетных требований для студентов во VI семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Разработка программы спортивной подготовки по армспорту на начальном этапе.

2. Разработка программы спортивной подготовки по армспорту на учебно-тренировочном этапе.

3. Особенности реализации программы спортивной подготовки по армспорту на начальном этапе.

4. Особенности реализации программы спортивной подготовки по армспорту на учебно-тренировочном этапе.

5. Навыки планирования тренировочных занятий по армспорту с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе многолетней подготовки.

6. Навыки планирования занятий по армспорту с учетом особенностей занимающихся на учебно-тренировочном этапе многолетней подготовки.

7. Навыки проведения тренировочных занятий по армспорту с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе подготовки.

8. Навыки проведения тренировочных занятий по армспорту с учетом особенностей занимающихся на учебно-тренировочном этапе подготовки.

9. Определение уровня работоспособности борцов.

10. Выполнение функции арбитра при проведении соревнований по армспорту.

11. Выполнение функции секретаря при проведении соревнований по армспоту
Применение методики по определению антропометрических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в армспорте.

12. Применение методики по определению физических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в армспорте.

13. Применение методики по определению психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в армспорте.

14. Разработка годового плана подготовки борцов на тренировочном этапе многолетней подготовки (начальной специализации).

15. Разработка годового плана подготовки борцов на учебно-тренировочном этапе многолетней подготовки (углубленной специализации).

16. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в армспорте.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Разработка тренировочной программы подготовки борцов на этапе спортивного совершенствования.

2. Планирование тренировочных занятий в армспорте с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.

3. Проведение тренировочных занятий по совершенствованию технике борьбы с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.

4. Проведение тренировочных занятий по совершенствованию тактики борьбы с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.

5. Проведение тренировочных занятий борцов по ОФП с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.

6. Проведение тренировочных занятий борцов по СФП с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.

7. Определение уровня специализированных качеств у борцов в средних весовых категориях.

8. Определение уровня специализированных качеств у борцов в тяжелых весовых категориях.

9. Определение уровня специализированных качеств у борцов в легких весовых категориях

10. Разработка подготовительного периода годового плана подготовки борцов на этапе спортивного совершенствования.

11. Разработка соревновательного периода годового плана подготовки борцов на этапе спортивного совершенствования.

12. Разработка переходного периода годового плана подготовки борцов на этапе спортивного совершенствования.

13. Учет взаимовлияния нагрузок при разработке годового плана подготовки на этапе спортивного совершенствования.

14. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности спортсменов в армспорте.

15. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в армспорте.

16. Оценка результатов индивидуальной спортивной деятельности за период обучения в вузе.

17. Особенности тестирования работоспособности спортсменов в армспорте на этапе спортивного совершенствования.

18. Разработать положение о соревнованиях по армспорту.

19.Выполнение функции руководителя ковра при проведении соревнований по армспорту.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (армспорт)»

а) Основная литература:

1. Аксенов М.О., Аксенова А.В. Построение тренировочного процесса спортсменов тяжелоатлетических видов спорта с учетом данных биоимпедансного анализа // Теория и практика физической культуры. 2015.
2. Атласкин А.Л. Армспорт как средство привлечения студентов к занятиям физической культурой // В сборнике: Актуальные проблемы физической культуры, спорта и здоровья: пути их реализации материалы научно-практической конференции. Ответственный редактор О.Б. Колесникова. Чебоксары, 2014. С. 3-5.
3. Барков А.Ю., Щелкунов И.И., Бекасова С.Н., Венгерова Н.Н., Вишневский В.И. Актуальные вопросы физического воспитания и спорта. Выпуск 7 // Сборник статей Всероссийской учебно-методической и научно-практической конференции (Москва, 19-20 июня 2014 г.) / Москва, 2014.
4. Бескоровайный Д.А. Использование real-методики для освоения технических приемов борьбы на руках в армспорте // Физическое воспитание студентов. 2015. № 5. С. 9-15.
5. Бургедда Н., Сагалеев А.С. Показатели соревновательной деятельности представителей различных школ борьбы // В сборнике: Теоретические и практические проблемы развития современной науки сборник материалов 7-й международной научно-практической конференции. Махачкала, 2015. С. 135-136.
6. Воронков А.В., Никулин И.Н., Собянин Ф.И. К вопросу о контроле совершенствования силовой подготовленности студентов, занимающихся армспортом // Физическое воспитание студентов. 2014. № 2. С. 3-7.
7. Гибадуллин И.Г., Имангулов А.Р., Кожевников В.С. Автоматизированная система планирования тренировочного процесса в армспорте на основе учета биоэнергетических типов организма спортсменов // Теория и практика физической культуры. 2014. № 11. С. 77-82.

Живодёров А.В. Приоритеты технического действия «топ ролл» на этапе начальной спортивной специализации // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2013.

б. Дополнительная:

8. Спортивная борьба. Учебник для ИФК/Под общ.ред. А.П. Купцова.- Живодёров А.В. Техническая подготовка спортсменов армрестлеров на этапе начальной спортивной специализации // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2013. № 4 (98). С. 36-40.

9. Каменовский В.А. Виды сопротивлений и отягощений, используемых в армспорте // В сборнике: Теория и практика инновационных технологий в АПК материалы научной и учебно-методической конференции профессорско-преподавательского состава, научных сотрудников и аспирантов ВГАУ. под общей редакцией В.Н. Плаксина. 2014. С. 194-197.
10. Каменовский В.А. К вопросу об использовании фармакологических препаратов в подготовке рукоборцев // В сборнике: Теория и практика инновационных технологий в АПК Материалы научной и учебно-методической конференции профессорско-преподавательского состава, научных сотрудников и аспирантов ВГАУ. 2015. С. 162-163.
11. Коник А.А., Беляев И.С., Дорохин А.Ю. Применение средств и методов занятий армспортом в учебно-тренировочном процессе курсантов // Вестник Белгородского юридического института МВД России. 2015. № 1. С. 43-47.
12. Корнилов М.С. Армспорт - история и современность // В сборнике: Тенденции и закономерности развития современного российского общества: экономика, политика, социально-культурная и правовая сфера Институт экономики, управления и права. г. Казань, 2013. С. 245-246.
13. Махмудов М.М. Формирование специальных умений атаковать при альтернативном выборе простых комбинационных движений // Экстремальная деятельность человека. 2014. № 2 (31). С. 34-36.

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

- Сайт Федерации Армрестлинга России - <https://armwrestling-rus.ru/>

- Сайт WAF - <http://www.waf-armwrestling.com/>

- Медиацентр РГУФКСМиТ - <http://tv.sportedu.ru/>

–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.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (армспорт)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 13 группы направления подготовки Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный 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	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по армспорту. 2. Подготовка мест занятий по армспорту и изучение инструкций по технике безопасности 3. Занятия армспортом по программе начальной подготовки. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности 5. Занятия по анализу техники армспора. 6. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке борцов армспорте. 7. Формирование навыков судейства соревнований в качестве бокового судьи.	1-4 недели 1-4 недели 5-8 недели 9-13 недели 14-15 и 20-25 недели 26-20 недели 31-35 недели	5 5 10 10 10 10 5
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	42 неделя	20
4	Сдача дифференцированного зачета (промежуточный контроль)	43-44 недели	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 дифференцированному зачету.

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

К дифференцированному зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдав дифференцированный зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (армспорт)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 13 группы направления подготовки Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный 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	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной частей занятий по армспорту. 2. Занятия армспортом по программе учебно-тренировочного этапа. 3. Самоконтроль в процессе занятий армспортом. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке борцов. 5. Занятия по анализу тактики армспора. 6. Методики обучения в армспорте. 7. Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке борцов. 8. Формирование навыков судейства соревнований в качестве бокового судьи.	1-2 недели 3-10 недели 3-10 недели 11-15 недели 20-21 недели 22-33 недели 34-35 недели 36-39 недели	10 10 5 5 5 20 5 5
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	39 неделя	10
4	Сдача дифференцированного зачета (промежуточный контроль)	45 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	<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 дифференцированному зачету.

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

К дифференцированному зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдать дифференцированный зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (армспорт)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 13 группы направления подготовки Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный 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	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами СШ по армспорту. 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах по армспорту в СШ. 3. Изучение структуры и организации работы СШ по армспорту. 4. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий. 5. Разработка годового плана подготовки борцов на тренировочном этапе. 6. Навыки определения уровня работоспособности борцов. 7. Хронометраж занятий по армспорту. 8. Формирование навыков судейства в качестве арбитра.	3-12 недели 13-15 недели 16-17 недели 28-34 недели 22-23 недели 24-26 недели 27 неделя 35-36 недели	5 5 5 10 10 10 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	38 неделя	10
4	Сдача дифференцированный зачет (промежуточный контроль)	44-45 недели	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	<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 дифференцированному зачету.

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

К дифференцированному зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдать дифференцированный зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю)) «Спортивно-педагогическое совершенствование (армспорт)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 13 группы направления подготовки Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ 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	Контроль освоения практических навыков: 1. Проведение занятий с группами спортивного совершенствования в СШ по армспорту. 2. Сохранение и поддержание спортивной формы борцов по армспорту. 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности борцов. 8. Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе спортивного совершенствования по армспорту. 4. Навыки определения уровня специализированных качеств у борцов. 5. Организация и проведение соревнований.	1-7 недели 8-15 недели 21-24 недели 29-30 недели 31-33 недели 34-38 недели	10 10 10 10 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	39 неделя	10
4	Сдача экзамена (рубежный контроль)	40 неделя	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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



**Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики единоборств**

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

**«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование
(армспорт)»**
(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 2016г.

Москва – 2017 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 20 зачетных единиц.

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

3. Цель освоения дисциплины (модуля): обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий по армспорту и поддержание их спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

– В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

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

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

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

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

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

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

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

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

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):
очная форма обучения

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (армспорт)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Организация и проведение занятий по армспорту.	1-2	12	62		Дифференцированный зачет
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств борцов		10	30		
3.	Освоение методики технико-тактической подготовки борцов.		10	30		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		10	30		
5.	Организация и проведение соревнований		10	30		
6.	Организация и проведение занятий по армспорту.	3-4	20	12		Дифференцированный зачет
7.	Формирование навыков совершенствования физических качеств борцов.		10	8		
8.	Освоение методик технико-тактической подготовки борцов.		20	12		
9.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		4	8		
10.	Организация и проведение соревнований		6	26		
11.	Организация и проведение занятий по армспорту.	5-6	24	18		Дифференцированный зачет
12.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий			16		

13.	Управление процессом спортивной подготовки		20	16		
14.	Организация и проведение соревнований		16	16		
15.	Организация и проведение занятий по армспорту.	7-8	20	109	9	Экзамен
16.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		2	8		
17.	Управление процессом спортивной подготовки		20	20		
18..	Организация и проведение соревнований		18	28		
Итого: 720 часов (20 зачетных единиц).			232	479	9	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Институт Спорта и физического воспитания

Кафедра Теории и Методики гимнастики

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (аэробика и фитнес-гимнастика)»

Направление подготовки/специальность:

49.03.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль):

Спортивная подготовка в избранном виде спорта

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 8 от «24» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики гимнастики
Протокол № 9 от «27 » апреля 2017 г.

Составители: **Ростовцева Марина Юрьевна**, к.п.н., доцент, профессор каф.
теории и методики гимнастики ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ» (ГЦОЛИФК),
Лисицкая Татьяна Соломоновна, к.б.н., профессор каф. теории и методики
гимнастики ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ» (ГЦОЛИФК),

Рецензент : **Барчукова Галина Васильевна**, д.п.н., профессор кафедры
индивидуально-игровых видов спорта

Программа дисциплины «**Спортивно-педагогическое совершенствование
(аэробика и фитнес-гимнастика)**» профессионального цикла базовой части
составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного
образовательного стандарта (ФГОС) высшего образования (ВО), на основе
учебного плана по направлению подготовки 49.03.01 - Физическая культура,
квалификация (степень) выпускника - бакалавр

Курс «Спортивно-педагогическое совершенствование» (СПС) является органичным продолжением основных разделов предмета специализации и направлен на совершенствование индивидуальных профессиональных умений, навыков и физической подготовленности студентов, необходимых в их будущей профессиональной деятельности.

При разработке программы были использованы следующие нормативные документы:

- Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки «Физическая культура», утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 07.08.2014 №943.

- Рекомендуемая форма составления учебных программ дисциплин (макет - разработан Координационным советом при Минобрнауки РФ).

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";

- Приказ Минобрнауки России от 19.12.2013 №1367 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры» (с изменениями и дополнениями);

- Учебный план по направлению подготовки «Физическая культура» по профилю подготовки «Спортивная подготовка» и иные локальными актами ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», регламентирующих организацию образовательного процесса.

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Целью освоения дисциплины (модуля) является формирование у студентов навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований по спортивной аэробике и фитнес-аэробике, а также повышение и совершенствование уровня их спортивного мастерства.

Задачи:

- обеспечить готовность к практической реализации установленных программой дисциплины СПС общекультурных и профессиональных компетенций;
- подготовить бакалавров, владеющих системой современных научных знаний о закономерностях процессов обучения и тренировки, формах и методах организации, планирования и управления многолетней спортивной подготовкой в спортивной аэробике и фитнес-аэробике;
- сформировать компетенции на основе глубоких знаний и практической готовности к самостоятельному творческому решению воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли;
- обеспечить готовность к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленной на подготовку квалифицированных специалистов в области спортивной аэробике и фитнес-аэробике;
- сформировать готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы с использованием спортивной аэробики и фитнес-аэробики для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения населения к здоровому образу жизни на всех этапах возрастного развития человека;
- сформировать организационно-управленческие и финансово-хозяйственные компетенции, вооружить методикой научных исследований, использованием информационных технологий в профессиональной деятельности;
- внедрить в практику достижения отечественных и зарубежных специалистов, стимулировать к собственным инновационным разработкам,

создать на этой основе предпосылки к дальнейшему самосовершенствованию в избранной физкультурно-спортивной деятельности;

- приобрести умения и навыки исполнения основных элементов во всех видах спортивной аэробики и фитнес-аэробики;
- закрепить умения и навыки в обучении технике исполнения элементов спортивной аэробики и фитнес-аэробики и в их совершенствовании;
- закрепить умения и усовершенствовать навыки, воспитать физические качества;
- приобрести знания, умения и навыки в организации, проведении и судействе соревнований по спортивной аэробики и фитнес-аэробики.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ООП (ОПОП) БАКАЛАВРИАТА

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (аэробика и фитнес-гимнастика)» является «сквозной» в едином междисциплинарном образовательном процессе, направленном на последовательное и закономерное формирование у студентов профессионально-педагогического мастерства (комплекса общекультурных и профессиональных компетенций).

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (Аэробика и фитнес-гимнастика)» относится к дисциплинам вариативной части цикла БЗ основной образовательной программы (ООП) бакалавриата. Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра обусловлено необходимостью формирования у выпускников практических навыков решения сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в области спортивных видов гимнастики.

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (аэробика и фитнес-гимнастика)» относится к профессиональному циклу базовой части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», по профилю «Спортивная подготовка».

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (аэробика и фитнес-гимнастика)» входит в систему наук, ориентированных на запросы спорта

и на оздоровительную физическую культуру. Ее изучение как сквозной дисциплины наиболее тесно связано и опирается, прежде всего, на дисциплины профессионального цикла «Аэробика и фитнес-гимнастика» и «Спортивно-педагогическое совершенствование», базируется на логической и содержательно-методической связи 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 в ней сделан на развитии творческих способностей и формировании общекультурных и профессиональных компетенций, достижении готовности к реальной профессиональной практической деятельности, базирующейся на глубоком изучении биологических закономерностей адаптационных возможностей организма занимающихся аэробикой и фитнес-гимнастикой.

Подчеркнута также важность нравственно-духовного совершенствования человека в процессе занятий спортивными видами аэробики и фитнес-гимнастики, которые социальны по своей сути, характеризуются конкретным педагогическим содержанием и выраженной воспитательной направленностью. Освоение курса включает в себя также выполнение требований по профессиональной физической подготовке.

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения, готовности, соответствующие требованиям к поступающим в вуз (абитуриентам).

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (АЭРОБИКА И ФИТНЕС-ГИМНАСТИКА)»

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) наименование	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения		Заочная форма обучения
1	3	5		7
ОПК-2: способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов				
	<i>Знать:</i> психолого-педагогические средства и способы организации и управления индивидом, группой людей	1		1
	<i>Знать:</i> методы медико-биологического, педагогического и психологического контроля состояния занимающихся спортивной аэробикой и фитнес-аэробикой	1		1
	<i>Уметь:</i> использовать в профессиональной деятельности актуальные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья, подбирать средства и методы, адекватные поставленным задачам	1		1
	<i>Владеть:</i> методами планирования различных форм занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физкультурной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся	1		1
ОПК-2	<i>Уметь:</i> определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности спортсменов в спортивной аэробике и фитнес-аэробике в различные периоды возрастного развития	1		1
	<i>Владеть:</i> - актуальными приемами обучения и воспитания, разнообразными формами занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья - приемами использования технических средств и инвентаря для повышения эффективности учебно-тренировочных занятий - методами диагностики функционального состояния, физического развития и уровня подготовленности юных спортсменов в различные периоды возрастного развития	2		2
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				
	<i>Знать:</i> принципы и методы обучения в спортивной аэробике и фитнес-аэробике; медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся в группах начальной подготовки	2		2
	<i>Знать:</i> требования стандартов спортивной подготовки в фитнес-аэробике и спортивной аэробике	2		2

	<p>Уметь: определять причины возникновения ошибок в технике движений у спортсменов различной квалификации, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования</p> <p>Владеть: техникой спортивной аэробики и фитнес-аэробики, а также приемами объяснения и демонстрации основных и вспомогательных упражнений</p> <p>Уметь: аргументировать социальную и личностную значимость спортивной аэробики и фитнес-аэробики, прогнозировать условия и направления ее развития в социально-культурном аспекте, формировать у населения мотивации к занятиям этими видами спорта</p> <p>Владеть: методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта, приемами агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом и, в частности, спортивной аэробикой и фитнес-аэробикой</p>	2	2
ОПК-3		2	3
ОПК-5 - способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений	<p>Знать: психофизиологические, социально-психологические и медико-биологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся</p> <p>Знать: историю развития педагогической мысли, актуальные дидактические технологии, методы педагогического контроля и контроля качества обучения</p> <p>Уметь: использовать технические средства и инвентарь для повышения эффективности учебно-тренировочных занятий</p> <p>Владеть: определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности спортсменов в спортивной аэробике и фитнес-аэробике в различные периоды возрастного развития; использовать методы педагогической и психологической диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся</p> <p>Уметь: планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физкультурной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся</p> <p>Владеть: методами использования измерительной и вычислительной техники, справочной и специальной научно-методической литературы, результатов научных исследований</p>	3	3
ОПК-5		3	3
		4	4
ОПК-5		4	4
ОПК-8: способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по избранному виду спорта	<p>Знать: основные положения правил соревнований в спортивной аэробике и фитнес-аэробике</p> <p>Знать: материально-техническое обеспечение, необходимое для организации учебной и спортивной деятельности в спортивной аэробике и фитнес-аэробике</p> <p>Уметь: организовывать и проводить физкультурно-массовые мероприятия и спортивные соревнования</p> <p>Владеть: способами организации и проведения физкультурно-массовых мероприятий и спортивных соревнований</p> <p>Уметь: разрабатывать и составлять финансовую отчетность, заключать договоры на аренду, заказывать и приобретать физкультурно-спортивный инвентарь</p> <p>Владеть: навыками объективного судейства соревнований, навыками обеспечения безопасности и медицинского сопровождения соревнований</p>	4	5
ОПК-8		5	5
		5	5
		5	5
ОПК-8		5	5
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	<p>Знать: психофизиологические, социально-психологические и</p>	5	6
		6	6

ПК-10	медико-биологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся и основанную на этом систему отбора и спортивной ориентации ;		
	Знать: теорию, методiku и организационные основы отбора в спортивной аэробике и фитнес-аэробике	6	6
	Уметь: аргументировать социальную и личностную значимость спортивной аэробики и фитнес-аэробики, прогнозировать условия и направления ее развития в социально-культурном аспекте, формировать у населения мотивацию к занятиям этими видами спорта	6	6
	Владеть: методами определения способностей и уровня готовности личности включиться в занятия спортивной аэробики и фитнес-аэробики	6	6
	Уметь: использовать ценности, накопленные в области физической культуры и спорта, для воспитания патриотизма и любви к Отечеству, стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных тренировочных и физкультурно-оздоровительных занятиях	6	7
ПК-11 - способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта	Владеть: приемами определения общих и конкретных целей и задач в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья, физического совершенствования	6	7
	Знать: специфику и содержание этапов многолетнего тренировочного процесса, принципов организации и построения тренировочно-соревновательной деятельности спортсменов в спортивной аэробике и фитнес-аэробике	6	7
	Знать: истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки, медико-биологические и психологические основы, технологию тренировки в детско-юношеском спорте и у спортсменов массовых разрядов в спортивной аэробике и фитнес-аэробике	6	7
	Уметь: определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физического совершенствования	7	7
	Владеть: методами диагностики функционального состояния, физического развития и уровня подготовленности юных спортсменов в различные периоды возрастного развития	7	8
ПК-11	Уметь: определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности спортсменов в спортивной аэробике и фитнес-аэробике в различные периоды возрастного развития, использовать методы педагогической и психологической диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся	7	8
	Владеть: методами планирования различных форм занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физкультурной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся	7	8
	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-14	Знать: историю развития педагогической мысли, актуальные дидактические технологии, методы педагогического контроля и контроля качества обучения; способы взаимодействия педагога с различными субъектами образовательного процесса	7	8
	Знать: основные понятия теории и методики аэробики и фитнес-гимнастики, методы обучения и технико-тактического совершенствования в спортивной аэробике и фитнес-аэробике	7	8
	Уметь: использовать информацию психолого-педагогических, медико-биологических методов контроля для оценки влияния	7	8

ПК-14	физических нагрузок на индивида и вносить коррективы в процесс занятий Владеть: техникой аэробики и фитнес-гимнастики, а также приемами объяснения и демонстрации основных и вспомогательных упражнений	7	9
	Уметь: определять причины возникновения ошибок в технике движений у спортсменов различной квалификации, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования	8	9
	Владеть: методиками рационального использования учебно-лабораторного и управленческого оборудования, специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техники	8	9
ПК-15	- способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму		
ПК-15	Знать: основные понятия теории и методики спортивной аэробики и фитнес-аэробики, методы обучения и технико-тактического совершенствования	8	9
	Знать: основы научно-исследовательской деятельности с учетом специфики спортивной аэробики и фитнес-аэробики	8	9
	Уметь: пользоваться измерительной и вычислительной техникой, справочной и специальной научно-методической литературой, результатами научных исследований	8	10
	Владеть: методами диагностики функционального состояния, физического развития и уровня подготовленности спортсменов в различные периоды возрастного развития, методиками рационального использования учебно-лабораторного и управленческого оборудования, специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техники	8	10
	Уметь: уметь критически оценивать и корректировать собственную профессиональную деятельность в зависимости от результатов контроля деятельности занимающихся	8	10
	Владеть: методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта	8	10

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (АЭРОБИКА И ФИТНЕС-ГИМНАСТИКА)»

(Очная форма обучения. Общие положения)

Основными формами организации занятий являются практические занятия.

Практические занятия, включая методические, лабораторные, учебную практику, организацию и судейство соревнований, личное участие в соревнованиях, сбор и обработку исследовательского материала преобладают в изучении данного курса. Они направлены на овладение общекультурными и профессиональными компетенциями по дальнейшему развитию спортивной аэробики и фитнес-аэробики в России как видов спорта и эффективного средства оздоровления населения, проведению тренировочно-спортивных, рекреационных и оздоровительных занятий, организации и судейству соревнований, анализу соревновательной и тренировочной деятельности.

На практических занятиях происходит углубление знаний и формирование компетенций их применения в реальной профессиональной деятельности.

Внеаудиторная самостоятельная работа проводится по каждому разделу дисциплины и включает самостоятельное выполнение расчетно-графических работ, контрольно-тестовых практических заданий, подготовку к проведению контрольных тренировок и зачетных занятий, решение конкретных профессионально-ориентированных задач, подготовку к судейству соревнований и др. **Аудиторную самостоятельную работу** проводят, как правило, в форме отчетов-консультаций по каждому самостоятельно выполненному заданию на занятиях (не более 10% аудиторного времени).

Общая трудоемкость дисциплины составляет **20 зачетных единиц, 720 часов.**

5. ФОРМЫ РУБЕЖНОЙ АТТЕСТАЦИИ (ПО КУРСАМ И СЕМЕСТРАМ)

Формат: Список

Курс	I	II	III	IV
Семестр	2	4	6	8
Форма аттестации	экзамен	экзамен	экзамен	экзамен

6. ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ СЕМЕСТРОВ ПО УЧЕБНОМУ ПЛАНУ

Формат: Список

Курс, номер семестра	I-1	I-2	II-3	II-4	III-5	III-6	IV-7	IV-8
Кол-во недель	22	18	20	18	18	18	20	12

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 720 часов (20 зачётных единиц), экзамен – 2,4,6,8 семестры, аудиторных занятий – 232 часа, самостоятельная работа студентов – 479 часов.

7. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (АЭРОБИКА И ФИТНЕС-ГИМНАСТИКА)». ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

Формат: Список

Общая трудоемкость **20 з.е., или 720 час.**

№ раздела и темы	Наименование раздела и темы	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, трудоемкость (час)			Контроль успеваемости
				Аудиторные практические занятия	Внеаудиторная, самостоятельная работа	Итого	
Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики				58	120	178	
1.1	Основы техники выполнения движений в:						Технический зачет
	• Фитнес-аэробике	I	1-5	5	10	15	
	• Аэробике	III	1-5	5	10	15	
	• Степ-аэробике	V	1-4	5	10	15	
	• Хип-хоп-аэробике	VII	1-4	5	10	15	
1.2	Основы техники выполнения движений в спортивной аэробике:						Технический зачет
	• Техника прыжков	I	6-12	5	10	15	
	• Техника динамичных силовых элементов	III	6-10	5	10	15	
	• Техника статических силовых элементов	V	4-7	5	10	15	
	• Техника элементов на гибкость	VII	5-9	5	10	15	
1.3	Воспитание специальной выносливости в спортивных видах аэробики	I	13-22	5	10	15	Зачет по тесту
		III	11-20	5	10	15	
		V	8-12	4	10	14	
		VII	10-14	4	10	14	
Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики				58	120	178	
2.1	Участие в организации и судействе соревнований по фитнес-аэробике в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке, судьи при участниках	II	25-29	6	10	16	Отчет по судейской документации
		IV	25-27	4	10	14	
		V	13	4	10	14	
2.2	Судейство соревнований по	II	30-34	6	10	14	Отчет по

	спортивной аэробике в качестве судьи секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках	IV	27-29	4	10	14	судейской документации
		V	14-16	4	10	14	
		VII	15-16	4	10	14	
2.3	Судейство соревнований по фитнес-аэробике в качестве судьи-стажера, арбитра, арбитра на линии	IV	30-32	6	10	16	Отчет по судейской документации
		V	16-18	4	6	10	
		VII	17-18	2	4	6	
2.4	Судейство соревнований по спортивной аэробике в качестве судьи-стажера, арбитра, арбитра на линии	VI	25-29	4	6	10	Отчет по судейской документации
		VII	19-20	2	4	6	
2.5	Судейство соревнований по фитнес-аэробике (дисциплина хип-хоп-аэробика)	VIII	31-35	2	6	8	Отчет по судейской документации
2.6	Организация и судейство фестивалей и спортивных праздников	IV	32-34	2	4	6	Отчет по сценарию и бланкам оценки
		VI	30	2	6	8	
		VIII	36	2	4	6	
Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка				58	120	178	
3.1	Хореографическая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике	II	35	8	15	23	Зачет по тестам хореографии
		IV	35	8	15	23	
		VI	30-31	8	15	23	
		VIII	36-37	8	15	23	
3.2	Развитие специальных физических качеств в спортивной аэробике и фитнес-аэробике	II	36-42	8	15	23	Зачет по тестам СФП
		IV	36-42	6	15	21	
		VI	31-35	6	15	21	
		VIII	37-39	6	15	21	
Раздел 4. Композиционные особенности и постановка программ в спортивных видах аэробики				58	119	177	
4.1	Композиционные особенности программ по спортивной аэробике: индивидуальная программа, парные программы, тройки, команды	VI	35-37	16	30	46	Постановка части программы, анализ
		VIII	39-40	16	30	46	

4.2	Композиционные особенности программ по аэробике, степ-аэробике, хип-хоп-аэробике	VI	38-42	16	30	46	Постановка части программы, анализ
		VIII	40-42	10	29	39	
Экзамен		VIII	43			9	Экзамен
Итого:				232	479	720	
				711		720	

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (АЭРОБИКА И ФИТНЕС-ГИМНАСТИКА). ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

Общая трудоемкость 20 з.е., или 720 час.

№ раздела и темы	Наименование раздела и темы	Виды учебной работы, трудоемкость (час)				Контроль успеваемости
		Аудиторные практические занятия	Внеаудиторная, самостоятельная работа	Итого		
Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики		30	150	180		
1.1	Основы техники выполнения движений в:					Технический зачет
	• Фитнес-аэробике	2	10	12		
	• Аэробике	2	20	22		
	• Хип-хоп-аэробике	2	20	22		
1.2	Основы техники выполнения движений в спортивной аэробике:					Технический зачет
	• Техника прыжков	2	20	22		
	• Техника динамичных силовых элементов	2	10	12		
	• Техника статических силовых элементов	2	20	22		
	• Техника элементов на гибкость	2	10	12		
1.3	Воспитание специальной	14	30	44		Зачет по

	выносливости в спортивных видах аэробики					тесту
Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики			30	150	180	
2.1	Участие в организации и судействе соревнований по фитнес-аэробике в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке, судьи при участниках		6	30	36	Отчет по судейской документации
2.2	Судейство соревнований по спортивной аэробике в качестве судьи секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках		6	40	44	Отчет по судейской документации
2.3	Судейство соревнований по фитнес-аэробике в качестве судьи-стажера, арбитра, арбитра на линии		6	30	46	Отчет по судейской документации
2.4	Судейство соревнований по спортивной аэробике в качестве судьи-стажера, арбитра, арбитра на линии		6	20	26	Отчет по судейской документации
2.5	Судейство соревнований по фитнес-аэробике (дисциплина хип-хоп-аэробика)		6	10	16	Отчет по судейской документации
2.6	Организация и судейство фестивалей и спортивных праздников		6	20	26	Отчет по сценарию и бланкам оценки
Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка			14	150	164	
3.1	Хореографическая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике		8	70	78	Зачет по тестам хореографии
3.2	Развитие специальных		6	80	86	Зачет по

	физических качеств в спортивной аэробике и фитнес-аэробике					тестам СФП
Раздел 4. Композиционные особенности и постановка программ в спортивных видах аэробики			10	150	160	
4.1	Композиционные особенности программ по спортивной аэробике: индивидуальная программа, парные программы, тройки, команды		6	70	76	Постановка части программы, анализ
4.2	Композиционные особенности программ по аэробике, степ-аэробике, хип-хоп-аэробике		4	80	84	
Экзамены					36	Экзамен
Итого:			84	600		
			684	720		

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (АЭРОБИКА И ФИТНЕС-ГИМНАСТИКА). ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ (УСКОРЕННОЕ ОБУЧЕНИЕ НА БАЗЕ ВПО)

Общая трудоемкость **20** з.е., или **720** час.

№ раздела и темы	Наименование раздела и темы	Виды учебной работы, трудоемкость (час)			Контроль успеваемости
		Аудиторные практические занятия	Внеаудиторная, самостоятельная работа	Итого	
	Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных	10	150	160	

видах аэробики						
1.1	Основы техники выполнения движений в:					Технический зачет
	• Фитнес-аэробике		1	10	11	
	• Аэробике		1	20	21	
	• Степ-аэробике		1	10	11	
	• Хип-хоп-аэробике		1	20	21	
1.2	Основы техники выполнения движений в спортивной аэробике:					Технический зачет
	• Техника прыжков		1	20	21	
	• Техника динамичных силовых элементов		1	10	11	
	• Техника статических силовых элементов		1	20	21	
	• Техника элементов на гибкость		1	10	11	
1.3	Воспитание специальной выносливости в спортивных видах аэробики		2	30	32	Зачет по тесту
Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики						
			10	150	160	
2.1	Участие в организации и судействе соревнований по фитнес-аэробике в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке, судьи при участниках		2	30	32	Отчет по судейской документации
2.2	Судейство соревнований по спортивной аэробике в качестве судьи секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках		2	40	42	Отчет по судейской документации
2.3	Судейство соревнований по фитнес-аэробике в качестве судьи-стажера, арбитра, арбитра на линии		2	30	32	Отчет по судейской документации
2.4	Судейство соревнований по спортивной аэробике в качестве судьи-стажера, арбитра, арбитра на линии		2	20	22	Отчет по судейской документации

2.5	Судейство соревнований по фитнес-аэробике (дисциплина хип-хоп-аэробика)			1	20	21	Отчет по судейской документации
2.6	Организация и судейство фестивалей и спортивных праздников			1	10	11	Отчет по сценарию и бланкам оценки
Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка				14	150	164	
3.1	Хореографическая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике			8	70	78	Зачет по тестам хореографии
3.2	Развитие специальных физических качеств в спортивной аэробике и фитнес-аэробике			6	80	86	Зачет по тестам СФП
Раздел 4. Композиционные особенности и постановка программ в спортивных видах аэробики				10	157	167	
4.1	Композиционные особенности программ по спортивной аэробике: индивидуальная программа, парные программы, тройки, команды			6	77	83	Постановка части программы, анализ
4.2	Композиционные особенности программ по аэробике, степ-аэробике, хип-хоп-аэробике			4	80	84	Постановка части программы, анализ
Экзамен						9	Экзамен
Итого:				44	667		
				711		720	

8. ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (1-Й И 2-Й СЕМЕСТРЫ)Общая трудоемкость **6,5** з.е., или **234** час.

← Формат: Список

№ раздела и темы	Наименование раздела и темы	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, трудоемкость (час)			Контроль успеваемости
				Аудиторные практические занятия	Внеаудиторная, самостоятельная работа	Итого	
Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики		I		20	70	90	Технический зачет
1.1	Основы техники выполнения движений в:		1-5				
	• Фитнес-аэробике						
	• Аэробике			8	26	32	
	• Степ-аэробике						
	• Хип-хоп-аэробике						
1.2	Основы техники выполнения движений в спортивной аэробике:		6-12				Технический зачет
	• Техника прыжков						
	• Техника динамичных силовых элементов			8	20	28	
	• Техника статических силовых элементов						
	• Техника элементов на гибкость						
1.3	Воспитание специальной выносливости в спортивных видах аэробики	I	13-22	4	24	28	Зачет по тесту
Всего за семестр				20	70	90	
Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики		II		20	42	62	Отчет по судейской

2.1	Участие в организации и судействе соревнований по фитнес-аэробике в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке, судьи при участниках		25-29	10	22	32	документации
2.2	Судейство соревнований по спортивной аэробике в качестве судьи секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках		30-34	10	20	30	Отчет по судейской документации
Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка		II		12	70	82	
3.1	Хореографическая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике		35	6	30	36	Зачет по тестам хореографии
3.2	Развитие специальных физических качеств в спортивной аэробике и фитнес-аэробике		36-42	6	40	46	Зачет по тестам СФП
экзамен						9	
Итого:				52	182	234	

Программный материал

1.1 Фитнес-аэробика

1.1.1 Аэробика

Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики

Практико-методические занятия

Базовые шаги классической аэробики. Техника выполнения базовых шагов

Структурные компоненты хореографии в аэробике. Понятия: «базовое движение ног», «модификация движения ног». Требования к технике выполнения шагов. Пути повышения интенсивности. Понятия «ударности» и «интенсивности». Шаги: низкой ударности и низкой интенсивности; низкой ударности и высокой интенсивности; высокой ударности и высокой интенсивности.

Классификация шагов классической аэробики. Изменение интенсивности. Изменение направления выполнения шагов.

Основные базовые шаги низкой ударности, низкой интенсивности, низкой ударности высокой интенсивности и высокой ударности. Движения руками: 1 – движения низкой амплитуды; 2 – движения средней амплитуды; 3 - движения высокой амплитуды. Имитационные движения руками.

Классификация шагов классической аэробики. Изучение техники выполнения шагов. Изменение интенсивности. Изменение направления выполнения шагов.

Движения руками

Классификация движений руками. Техника выполнения движений руками. Типичные ошибки при выполнении движений руками.

Практические занятия

Основные базовые шаги: марш (*march*), приседание (*squat*), приставной шаг (*step touch*), виноградная лоза (*grape vine*), два приставных шага в сторону (*step line*), V-шаг (*V-step*), шаг с поворотом (*turn step*), шаг с касанием (*step tap*), открытый шаг, выпад (*lunge*), мамбо.

Шаги-подъемы: подъем колена вверх (*knee up*), подъем ноги в сторону (*lift leg side*), захлест ноги назад (*leg curl*), выброс прямой ноги вперед (*kick*), «повторы» с подъемом ног (*repeters*).

Упражнения стиля «high-impact»

1. Бег.
2. Подскоки.
3. Прыжки.
4. Прыжки ноги вместе и ноги врозь (*jumping jack*).

Движения руками: сокращение бицепса (*biceps curl*), низкая гребля (*low row*), низкий удар (*low pinch*), сокращение трицепса сзади (*triceps press back*), высокая гребля (*upright row*), боковые подъемы (*side lateral rises*), подъемы рук вперед (*front shoulder rises*), плечевой удар (*shoulder punch*), двойной боковой в сторону (*double side out*), вперед-в сторону (*L-side*), сгибание рук над головой (*alternating overhead press*), вперед-вверх (*L-front*), вверх-вниз (*slice*).

Изучение техники выполнения шагов

Структурные компоненты хореографии в аэробике. Понятия: «базовое движение ног», «модификация движения ног». Требования к технике выполнения шагов. Пути повышения интенсивности. Понятия «ударности» и «интенсивности». Шаги: низкой ударности и низкой интенсивности; низкой ударности и высокой интенсивности; высокой ударности и высокой интенсивности.

Техника выполнения шагов. Выполнение шагов со сменой интенсивности и направления. Выполнение шагов под музыку.

Движения руками

Движения низкой, средней и высокой амплитуды. Симметричные, несимметричные, одновременные и последовательные движения руками.

Техника выполнения движений руками. Шаги классической аэробики с различными движениями руками.

1.1.2 Степ-аэробика

Методические занятия

Базовые шаги степ-аэробики. Техника выполнения базовых шагов

Понятия: «базовое движение ног», «модификация движения ног». Требования к технике выполнения шагов. Пути повышения интенсивности. Понятия «ударности» и «интенсивности». Шаги: низкой ударности и низкой интенсивности; низкой ударности и высокой интенсивности; высокой ударности и высокой интенсивности.

Классификация шагов степ-аэробики. Изменение интенсивности. Сочетание шагов степ-аэробики с работой рук.

Практические занятия

Изучение техники выполнения шагов. Техника выполнения шагов. Выполнение шагов со сменой интенсивности и с работой рук. Выполнение шагов под музыку. Освоение техники выполнения шагов, изменения интенсивности и включения в работу рук. Отработка выполнения шагов под музыку.

1.1.3 Хип-хоп-аэробика

Методические занятия

Основы хип-хоп-аэробики. «Старая» и «новая» школы. Хип-хоп-аэробика FISAF. Музыкальное сопровождение.

Стили хип-хоп-аэробики. Характеристика стилей: *Locking, Popping, Electric boogie, Breakdancing, Uprock*, фанк, уличные танцы. Музыкальное сопровождение данных стилей.

Практические занятия

Изучение и отработка техники выполнения движений в стилях: *Locking, Popping, Electric boogie, Breakdancing, Uprock*, фанк, уличные танцы. Подбор музыки и отработка техники движений.

1.2 Спортивная аэробика

Физические качества и аэробика. Тестирование. Основа правил соревнований по спортивной аэробике.

Развитие и поддержание физических качеств как неотъемлемая черта преподавателя аэробики. Развитие физических качеств средствами аэробики. Основы тестирования. Значимость оценки различных сторон двигательной деятельности занимающихся спортивной аэробикой. Определение ведущих качеств для спортсменов. Оценка исходных состояний занимающихся и возможность прогнозирования их развития. Некоторые способы и нормативы тестирования отдельных физических показателей спортсменов.

Основное содержание правил соревнований по спортивной аэробике: участники, площадка, время, судьи, форма, параметры судейства (техника, артистичность, трудность.). Содержание композиции.

Методико-практические занятия

Содержание программы по спортивной аэробике. Физические качества спортсмена по спортивной аэробике – их отражение в обязательных элементах.

Базовые движения как основа структуры спортивной композиции. Особенности сочетания базовых движений, их стилистика и техника. Видео-просмотр спортивных программ с целью поиска и выделения базовых движений.

Базовые основы развития физических качеств спортсмена. Особенности проявления физических качеств при выполнении программы по спортивной аэробике. Правила соревнований о подборе элементов в спортивную программу.

Видео-просмотр соревнований с целью поиска обязательных элементов и анализ физической подготовки спортсмена.

Особенности парной акробатической подготовки спортсменов спортивной аэробики.

Требования к выполнению парных акробатических упражнений сквозь призму правил соревнований. Специфические особенности различных форм поддержек. Акробатическое взаимодействие партнеров как неотъемлемая часть программы спортивной аэробики. Особенности первой и финальной поддержек. Видео-просмотр с целью поиска специфических поддержек, тесно вплетенных в композицию.

Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики

Методические занятия

2.1 Система соревнований в фитнес-аэробике

Международная федерация спорта, аэробики и фитнеса; дисциплины, категории участников. Требования, предъявляемые к проведению соревнований: туры, порядок выступления. Требования, предъявляемые к выступлению: дисциплины, количество человек в команде, замена участника, возрастные категории, костюм, площадка, фальстарт, время выступления, музыка, оборудование. Антидопинговая политика. Процедура дисквалификации. Протесты.

2.2 Порядок проведения соревнований

Судейская коллегия и ее обязанности. Состав и специфика судейства артистизма, техники, специфики вида. Главный судья соревнований и его обязанности. Обязанности судей. Этика и профессионализм судейства. Конфликт интересов. Код поведения судьи. Профессионализм судей. Одежда судьи и его принадлежности.

Ранговая (сравнительная) оценка судейства. Ее специфика.

Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка

3.1 Хореография

Методико-практические занятия

Упражнения классического танца: подготовительные и основные

Выполнение подготовительных упражнений классического танца: деми плие, гран плие, релевэ, батман тандю и т.д. Акцент на правильной технике

движений и методике обучения. Выполнение упражнений у станка и на середине. Позиции ног и рук. Учебная практика в составе учебной группы.

Техника упражнений классического танца и методика обучения

Техника выполнения подготовительных и основных упражнений классического танца. Последовательность обучения упражнениям. Последовательность освоения позиций ног и рук. Расположение группы на уроке хореографии. Поведение преподавателя. Порядок подачи команд, подсчета, дозирование упражнений. Методика составления конспекта урока хореографии. Специфика проведения урока хореографии с начинающими и с опытными спортсменами. Учебная практика.

9.ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (3-Й И 4-Й СЕМЕСТРЫ)

Общая трудоемкость 3,5 з.е., или 126 час.

← Формат: Список

№ раздела и темы	Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, трудоемкость (час)			Формы контроля
				Аудиторные, практические занятия	Внеаудиторная, самостоятельная работа	Итого	
	Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики	III		20	22	42	Технический зачет
1.1	Основы техники выполнения движений в фитнес-аэробике: аэробика, степ-аэробика, хип-хоп-аэробика		1-5	20	4	24	
1.2	Основы техники выполнения движений в аэробике: техника прыжков; техника динамичных силовых элементов; техника статических силовых элементов; техника элементов на гибкость		6-10	20	4	24	
1.3	Воспитание специальной		11-20	20	4	24	Зачет по

	выносливости в спортивных видах аэробики						тесту
Всего за семестр			20	22	42		
Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики		IV	20	22	42		Отчет по судейской документации
2.1	Участие в организации и судействе соревнований по фитнес-аэробике в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках		25-27	6	8	14	
2.2	Судейство соревнований по спортивной аэробике в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках		27-29	6	8	14	
2.3	Судейство соревнований по фитнес-аэробике в качестве судьи-стажера, арбитра, арбитра на линии	IV	30-32	4	4	8	
2.6	Организация и судейство фестивалей и спортивных праздников	IV	32-34	4	2	6	Отчет по сценарию и бланкам оценки
Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка				20	22	42	
3.1	Хореографическая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике		35	10	10	20	Зачет по тестам хореографии
3.2	Развитие специальных физических качеств в спортивной аэробике и фитнес-аэробике		36-42	10	12	22	Зачет по тестам СФП
экзамен						9	
Итого часов			60	66	126		

Программный материал

Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики

1.1. Фитнес-аэробика

1.1.1. Аэробика

Методические занятия

Музыкальное сопровождение в фитнес-аэробике

Значение и функции музыкального сопровождения при занятиях фитнес-аэробикой. Элементы музыкальной грамоты. Понятие о размере, ритме, темпе. Фразировка музыкального произведения. Правила подачи команд под музыкальное сопровождение. Музыкальное сопровождение дисциплин фитнес-аэробики.

Эффекты воздействия музыкального сопровождения на занимающихся: эстетический, эмоциональный, стимулирующий, облегчающий. Функции преподавателя при использовании музыкального сопровождения.

Практические занятия

Практика в простукивании ритма музыкальных произведений. Практика в определении сильной и слабой долей, музыкальной фразы, квадрата. Прослушивание различных музыкальных отрывков. Определение на слух границ музыкальной фразы, квадрата.

Виды передвижений

Методические занятия

Понятия «*formation*» и «*swap*». Виды передвижений. Техника выполнения передвижений. Соединение шагов классической аэробики. Сочетание различных передвижений с шагами классической аэробики.

Практические занятия

Отработка техники выполнения перемещений в сочетании с различными шагами аэробики. Соединение шагов классической аэробики. Выполнение и составление простейших комбинаций под музыку. Составление простейших комбинаций, используя шаги классической аэробики, движения руками, изменение на них интенсивности и направления, различные виды перемещений под музыкальное сопровождение.

1.1.2 Степ-аэробика

Виды перемещений

Методические занятия

Подходы к степ-платформе. Направления перемещения по степ-платформе. *Swaps* и *formation* в степ-аэробике. Техника выполнения передвижений. Соединение шагов степ-аэробики. Изменение положений степ-платформы в пространстве. Сочетание различных перемещений и передвижений с шагами степ-аэробики.

Практические занятия

Отработка техники выполнения перемещений, изменения подходов к степ-платформе, изменения положений степ-платформы в сочетании с различными шагами степ-аэробики. Соединение шагов степ-аэробики. Выполнение и составление простейших комбинаций под музыку.

Составление простейших комбинаций, используя шаги степ-аэробики, движения руками, изменение на них интенсивности, подходов к степ-платформе, направлений перемещений по степ-платформе, изменение положений степ-платформы в сочетании с различными видами перемещений под музыку.

1.1.3 Хип-хоп-аэробика

Составление комбинаций

Методические занятия

Теоретические основы составления комбинаций дисциплины «Хип-хоп-аэробика». Использование различных стилей и движений. Взаимодействия членов команды. Музыкальное сопровождение. Обыгрывание движениями текста музыкального сопровождения.

Особенности выполнения разрешенных упражнений. Методика обучения. Запрещенные упражнения.

Практические занятия

Освоение техники выполнения разрешенных упражнений. Составление комбинаций хип-хоп-аэробики.

1.2 Спортивная аэробика

Методические занятия

Становление спортивной аэробики как вида спорта. Краткая история развития. Международные спортивные организации. Развитие этого вида спорта в России. Тенденции развития. Основные движения, правила соревнований.

Программа соревнований, особенности судейства. Классификация элементов. Обязательные элементы. Методика проведения и организации занятий. Особенности обучения базовым движениям. Требования к тренеру и спортсмену.

Практические занятия

Овладение движениями спортивной аэробики. Моделирование соревнований на занятиях. Анализ техники выполнения основных элементов: прыжков, поворотов, равновесий, силовых элементов, элементов на гибкость. Освоение навыков обучения.

Тренерская практика

Обучение модификациям базовых шагов и прыжков, соединениям, комбинациям.

Проведение части занятия по ОФП и СФП, дозирование нагрузки.

Проведение отдельных частей занятия ритмической гимнастикой, хореографией.

Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики

2.6 Организация и судейство фестивалей и спортивных праздников

Методическое занятие

Организация фестивалей и конкурсов. Подготовка документации (сметы, графики и т.д.) Программа выступлений. Подходы к определению победителей. Проведение церемонии открытия и закрытия.

Методика подготовки, организации и проведения соревнований. Требования к обеспечению соревнований. Составление Положения, сметы, протоколов.

Практические занятия

Составление Положения о проведении соревнований, программы соревнований. Проведение мини-соревнований. Подготовка к проведению соревнований.

3.1 Хореографическая подготовка

Методико-практические занятия

Боди-балет как явление в аэробике

Построение урока, применяемые средства, специфика музыкального сопровождения.

Различные виды уроков в зависимости от применяемых средств, различные виды расположения занимающихся (на середине, у станка, в партере, с перемещениями по периметру и диагонали).

Методика проведения уроков оздоровительной аэробикой с элементами классического танца.

Методические особенности проведения занятия и обучения упражнениям, специфика музыкального сопровождения и методика подбора фонограммы.

Практическое выполнение упражнений под руководством преподавателя. Учебная практика.

Ритмическая гимнастика

Методико-практические занятия

Упражнения с предметами, отягощениями, в парах, у опоры, упражнения заключительной части занятия.

Упражнения с предметами и отягощениями: мячом, обручем, погремушкой, массажером, гантелями, экспандером, резиновым бинтом, скакалкой.

Упражнения в парах: пассивные методы развития гибкости, упражнения с партнером как с отягощением, упражнения на ловкость и координацию.

Упражнения у опоры: упражнения хореографической подготовки, разновидности общеразвивающих упражнений в облегченных условиях.

Упражнения заключительной части занятия: упражнения на расслабление, дыхание, элементы гимнастики йогов, элементы аутотренинга.

Упражнения танцевального характера. Беговые и прыжковые упражнения.

Элементы народных танцев. Движения руками, туловищем, плечами, характерные сочетания движений в различных частях тела. Специфика европейского, восточного, азиатского, латиноамериканского стилей.

Элементы современных танцев. Стиль диско, каратэ. Соединения танцевальных элементов танцев: рок-н-ролл, синти-поп, «новая волна», брейк-данс: «робот», «фараон», «электро-буги», партер, диско-самба, хип-хоп. Разучивание композиций из танцевальных элементов. Элементы пантомимы. Имитация различных видов деятельности. Танцы для детей. Танцы для мужчин.

Учебная практика в парах и отделениях.

Различные виды бега и прыжков на месте и с небольшими перемещениями. Сочетания беговых и прыжковых упражнений. Движения руками и головой при выполнении бега и прыжков. Учебная практика в парах и отделениях.

10. ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (5-Й И 6-Й СЕМЕСТРЫ)Общая трудоемкость **3,5** з.е., или **126** час.

Формат: Список

№ раздела и темы	Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, трудоемкость (час)			Контроль успеваемости
				Аудиторные, практические занятия	Внеаудиторная, самостоятельная работа	Итого	
Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики		V		20	18	38	Технический зачет
1.1	Основы техники выполнения движений в фитнес-аэробике: аэробика; степ-аэробика; хип-хоп-аэробика		1-4	8	4	12	
1.2	Основы техники выполнения движений в спортивной аэробике: техника прыжков; техника динамичных силовых элементов; техника статических силовых элементов; техника элементов на гибкость		4-7	8	4	12	
1.3	Воспитание специальной выносливости в спортивных видах аэробики		8-12	4	4	8	Зачет по тесту
Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики				20	18	38	Отчет по судейской документации
2.1	Участие в организации и судействе соревнований по фитнес-аэробике в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках		13	4	4	8	
2.2	Судейство соревнований по		14-16	4	4	8	

	спортивной аэробике в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках					
2.3	Судейство соревнований по фитнес-аэробике в качестве судьи-стажера, арбитра, арбитра на линии		16-18	4	4	8
Всего за семестр				32	24	56
2.4	Судейство соревнований по спортивной аэробике в качестве судьи-стажера, арбитра, арбитра на линии	VI	25-29	4	4	8
2.6	Организация и судейство фестивалей и спортивных праздников		30	4	2	6
Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка				10	18	28
3.1	Хореографическая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике		30-31	4	2	6
3.2	Развитие специальных физических качеств в спортивной аэробике и фитнес-аэробике		31-35	16	2	18
Раздел 4. Композиционные особенности и постановка программ в спортивных видах аэробики				10	12	22
4.1	Композиционные особенности программ по спортивной аэробике: индивидуальная программа, парные программы, тройки, команды		35-37	10	2	12
4.2	Композиционные особенности программ по аэробике, степ-аэробике, хип-хоп-аэробике		38-42	20	2	22
экзамен						9
Итого часов				60	66	126

Программный материал

Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики

1.1 Фитнес-аэробика.

1.1.1 Аэробика.

Методические занятия

Регулирование нагрузки на занятиях фитнес-аэробикой

Характеристика нагрузки в фитнес-аэробике. Параметры нагрузки. Чередование нагрузки и отдыха. Методы повышения интенсивности занятий.

Методика управления нагрузкой. Типы построения нагрузки на занятиях разной направленности. Контроль за занимающимися. Виды контроля. Необходимые уровни восстановления при повторных нагрузках.

Методика подготовки программ обучения и конспектов для отдельных этапов обучения. Целостная обучающая программа. Методика исправления ошибок.

Основы составления комбинаций дисциплины «Фитнес-аэробика». Понятие «*cross phrasing*». Короткие и длинные рычаги в движениях рук и ног. Движения головой, туловищем. Понятие противоположных планов. Понятие уровней. Разнообразие движений.

Практические занятия и учебная практика

Проведение занятий различной направленности в отдельной дисциплине фитнес-аэробики с учетом возрастной категории. Перенапряжение и перетренировка, профилактика и способы восстановления.

Обучение отдельным упражнениям группы студентов. Составление обучающей программы. Выполнение конкретных учебных заданий.

Особенности выполнения разрешенных упражнений. Методика обучения. Запрещенные упражнения.

1.1.2 Степ-аэробика

Методика составления комбинаций дисциплины «Степ-аэробика»

Методические занятия

Основы составления комбинаций дисциплины «Степ-аэробика». *Cross phrasing* в степ-аэробике. Короткие и длинные рычаги в движениях рук и ног. Движения головой, туловищем. Понятие противоположных планов. Понятие уровней. Разнообразие движений. Требования к осанке при работе на степ-платформе.

Особенности составления комбинаций для разных возрастных категорий. Составление комбинации для определенной возрастной категории.

Особенности выполнения разрешенных упражнений. Методика обучения. Запрещенные упражнения.

Практические занятия и учебная практика

Освоение техники выполнения разрешенных упражнений. Использование их в комбинации. Рассмотрение запрещенных упражнений.

Тренинг в составлении комбинаций. Составление части программы. Разучивание составленных частей программ. Анализ полученных композиций.

1.1.3 Хип-хоп-аэробика

Методика составления комбинаций дисциплины «Хип-хоп-аэробика»

Методические занятия

Основы составления комбинаций дисциплины «Хип-хоп-аэробика». Использование различных стилей и движений. Взаимодействия членов команды. Музыкальное сопровождение. Обыгрывание движениями текста музыкального сопровождения. Особенности составления комбинаций для разных возрастных категорий.

Особенности выполнения разрешенных упражнений. Методика обучения. Запрещенные упражнения.

Практические занятия и учебная практика

Составление комбинации для определенной возрастной категории.

Освоение техники выполнения разрешенных упражнений. Использование их в комбинации. Рассмотрение запрещенных упражнений.

Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики

Методические занятия

Судейские коллегии дисциплин «Фитнес-степ-аэробика», «Фитнес-аэробика», «Хип-хоп-аэробика». Судейство техники, судейство артистичности дисциплин «Фитнес-степ-аэробика», «Фитнес-аэробика». Судейство дисциплины «Хип-хоп-аэробика».

Судейство техники дисциплины «Фитнес-степ-аэробика»: сложность движений, интенсивность исполнения, разнообразие шагов и перемещений, качество исполнения. Судейство артистичности дисциплины «Фитнес-степ-аэробика»: хореография, соответствующая степ-аэробике, музыкальное сопровождение, синхронность исполнения, презентация. Разрешенные и запрещенные движения дисциплины.

Судейство техники дисциплины «Фитнес-аэробика»: сложность движений, интенсивность исполнения, разнообразие движений, качество исполнения.

Судейство артистичности дисциплины «Фитнес-аэробика»: сложность хореографии, музыкальное сопровождение, синхронность исполнения, презентация. Разрешенные и запрещенные движения дисциплины.

Судейство дисциплины «Хип-хоп-аэробика»: сложность хореографии/стили; музыкальное сопровождение/интерпретация; техническое исполнение/синхронность; представление/презентация. Разрешенные и запрещенные движения дисциплины.

Учебная практика

Практическое судейство соревнований разного уровня. Получение судейской категории.

Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка

3.1 Хореографическая подготовка

Методические занятия

Методика проведения частей урока хореографии. Проведение урока хореографии с разным возрастным контингентом. Составление конспекта занятия.

Практические занятия и учебная практика

Практическое проведение частей урока хореографии со студентами и учениками ДЮСШ. Анализ уроков.

3.2 Ритмическая гимнастика

Методические занятия

Техника и методика обучения упражнениям РГ. Методика составления комплексов упражнений РГ. Техника и методика обучения гимнастическим упражнениям: особенности и специфика, эстетическая окраска движений, многосуставная работа опорно-двигательного аппарата, амплитудность, сочетание движений и музыки. Специфика техники и методики обучения танцевальным элементам: основные движения, методика освоения ходьбы, поворотов, падений, импровизация. Применение целостного и расчлененного методов обучения. Исправление ошибок.

Методика составления соединений, «цепочек», блоков. Чередование блоков в части комплекса. Смена исходных положений как важный пункт в регулировании нагрузки. Дозирование упражнений.

Составление комплекса атлетической направленности. Составление комплекса кардиореспираторной направленности. Комплекс смешанной направленности.

3.3. Развитие физических качеств в процессе занятий

Методика развития гибкости. Активные и пассивные упражнения. Силовая тренировка. Метод повторных упражнений и его применение. Методы координационных способностей, ловкости. Воспитание выносливости. Серийно-поточный метод проведения занятий. Применение беговых, прыжковых упражнений.

Практические занятия и учебная практика

Составление комплекса атлетической направленности. Составление комплекса кардиореспираторной направленности. Комплекс смешанной направленности. Практическое проведение занятий.

Раздел 4. Композиционные особенности и постановка программ в спортивных видах аэробики

4.1 Спортивная аэробика

Методические занятия

Формирование навыков исполнения базовых движений с различными техническими характеристиками и координационной сложностью. Формирование навыков исполнения координационно сложных движений. Регулирование координационной сложности движений. Составление мини-композиций с высокой координационной сложностью. Формирование навыков выполнения и методики обучения базовым элементам спортивной аэробики. Формирование навыков страховки и помощи. Использование базовых движений различной координационной сложности и стилистической направленности в занятии аэробикой.

Практические занятия и учебная практика

Техника выполнения базовых движений. Взаимосочетание базовых движений в стандартной композиции. Особенности техники базовых движений при изменении ударной нагрузки. Анализ техники выполнения базовых движений ведущими спортсменами. Особенности метода «разбивания» базовых движений. Сочетание и взаимосвязь техники различных базовых движений при изменении ударной нагрузки.

Композиционные особенности программ

Обучение модификациям базовых шагов и прыжков, соединениям, комбинациям. Проведение части занятия по ОФП и СФП, дозирование нагрузки. Проведение отдельных частей занятия ритмической гимнастикой, хореографией.

11. ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (7-Й И 8-Й СЕМЕСТРЫ)Общая трудоемкость **6,5** з.е., или **225** час.

Формат: Список

№ раздела и темы	Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, трудоемкость (час)			Формы контроля
				Аудиторные, практические занятия	Внеаудиторная, самостоятельная работа	Итого	
Раздел 1. Техника выполнения упражнения в спортивных видах аэробики		VII		10	44	54	Технический зачет
1.1	Основы техники выполнения движений в фитнес-аэробике: аэробика, степ-аэробика; хип-хоп-аэробика		1-4	4	14	18	
1.2	Основы техники спортивной аэробики: техника прыжков; динамичных силовых элементов; статических силовых элементов; элементов на гибкость		5-9	4	14	18	
1.3	Воспитание специальной выносливости в спортивных видах аэробики		10-14	2	16	18	Зачет по тесту
Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики				20	42	62	Отчет по судейской документации
2.2	Судейство соревнований по спортивной аэробике в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках	15-16	4	10	14		
2.3	Судейство соревно-ваний по фитнес-аэробике в качестве судьи-стажера, арбитра, арбитра на линии	17-18	4	8	12		
2.4	Судейство соревнований по	19-	4	8	12		

	спортивной аэробике в качестве судьи-стажера, арбитра, арбитра на линии		20				
Всего за семестр				22	70	92	
2.5	Судейство соревнований по фитнес-аэробике (дисциплина хип-хоп-аэробика)	VIII	31-35	4	8	12	
2.6	Организация и судейство фестивалей и спортивных праздников		36	4	8	12	Отчет по сценарию и бланкам оценки
Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка				10	37	47	
3.1	Хореографическая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике		36-37	4	2	6	Зачет по тестам хореографии
3.2	Развитие специальных физических качеств в спортивной аэробике и фитнес-аэробике		37-39	6	17	23	Зачет по тестам СФП
Раздел 4. Композиционные особенности и постановка программ в спортивных видах аэробики				20	10	30	
4.1	Композиционные особенности программ по спортивной аэробике: индивидуальная программа, парные программы, тройки, команды	39-40	10	6	16	Постановка части программы, анализ	
4.2	Композиционные особенности программ по аэробике, степ-аэробике, хип-хоп-аэробике	40-42	10	4	14	Постановка части программы, анализ	
экзамен						9	
Итого часов				60	165	225	

Тренерская практика

Обучение соединениям, комбинациям. Проведение целого занятия по ОФП и СФП, дозирование нагрузки. Проведение занятия ритмической гимнастикой, хореографией с различным контингентом.

Организация и судейство соревнований в спортивных видах и фитнес-аэробике

2.1 Судейская практика

Методические занятия

Судейство техники дисциплины «Фитнес-степ-аэробика»: сложность движений, интенсивность исполнения, разнообразие шагов и перемещений, качество исполнения. Судейство артистичности дисциплины «Фитнес-степ-аэробика»: хореография, соответствующая степ-аэробике, музыкальное сопровождение, синхронность исполнения, презентация. Разрешенные и запрещенные движения дисциплины.

Судейство техники дисциплины «Фитнес-аэробика»: сложность движений, интенсивность исполнения, разнообразие движений, качество исполнения. Судейство артистичности дисциплины «Фитнес-аэробика»: сложность хореографии, музыкальное сопровождение, синхронность исполнения, презентация. Разрешенные и запрещенные движения дисциплины.

Судейство дисциплины «Хип-хоп-аэробика»: сложность хореографии/стили; музыкальное сопровождение/интерпретация; техническое исполнение/синхронность; представление/презентация. Разрешенные и запрещенные движения дисциплины.

Практические занятия

Практика судейства соревнований, фестивалей по фитнес-аэробике, спортивной аэробике, ритмической гимнастике.

3. Специальная физическая и хореографическая подготовка

3.1 Хореографическая подготовка

Методические занятия

Методика проведения урока хореографии. Проведение урока хореографии с разным контингентом занимающихся в ДЮСШ. Составление конспекта занятия.

Практические занятия и учебная практика

Практическое проведение частей урока хореографии со студентами и учениками ДЮСШ. Анализ уроков.

3.2 Ритмическая гимнастика

Методические занятия

Методика проведения фестивалей и шоу-программ по ритмической гимнастике. Режиссура фестивалей и праздников. Требования к показательным выступлениям и шоу-программам по ритмической гимнастике.

Практические занятия и учебная практика

Практическое составление показательных шоу-программ по ритмической гимнастике по предлагаемым техническим требованиям. Составление и учебная практика судейства показательных выступлений с детьми разного возраста.

4. Композиционные особенности и постановка программ в спортивных видах аэробики

4.1 Фитнес-аэробика

Методико-практические занятия

Практический тренинг составления композиций фитнес-аэробики в трех номинациях.

Составление композиций с учетом требований правил соревнований. Анализ и коррекция. Переложение композиции на 6-8 человек.

Композиционные ошибки в фитнес-аэробике и их коррекция.

Композиция программ фитнес-аэробики. Особенности композиционного построения программ. Характер музыкального произведения и композиция программы. Перемещение по площадке и композиция. Номинация фитнес-аэробики и композиция. Практический тренинг в составлении блоков программы на учебной группе.

Методика составления программы по фитнес-аэробике.

Этапы создания композиции. Опробование и коррекция программы. Методика подбора музыкального сопровождения.

4.2 Спортивная аэробика

Методико-практические занятия

Особенности техники выполнения элементов, представленных в правилах соревнований.

Методика разучивания элементов (лесенка обучения). Анализ элементов, запрещенных правилами соревнований.

Особенности хореографии в спортивной аэробике.

Требования к созданию композиций в спортивной аэробике. Особенности хореографии, презентации, партнерства, музыкальности, оригинальности. Взаимосвязь музыкального сопровождения и образа, отражаемого спортсменами в программе. Видеопросмотр соревнований с целью сравнения различных подходов по созданию композиций.

Основные особенности техники выполнения поддержек в парах и тройках.

Биомеханические характеристики действий нижнего и верхнего партнеров. Статические и динамические поддержки – их особенности и различия. Специфичность поддержек в партере. Различия хватов, используемых в поддержках.

Видеопросмотр и анализ ошибок композиции. Предложения по коррекции.

Спортивная аэробика

Методико-практические занятия

Освоение навыков обучения (объяснения техники, последовательность заданий, помощь, страховка) акробатическим поддержкам.

Практическое освоение навыков. Учебная практика в составе подгрупп.

Формирование навыков составления композиций по спортивной аэробике.

Использование технических приемов в создании композиций: строй, направление перемещений, методические приемы перемещений, техника перемещений. Стилизация движений под характер музыкального сопровождения. Сочетание движений, выполняемых в основной стойке, полете, партере.

Анализ выполнения спортивных композиций ведущих спортсменов. Координационная сложность движений. Интерпретация базовых упражнений в различных спортивных программах. Стилизация движений в соответствии с музыкальным сопровождением.

Анализ координационной сложности движений в спортивных программах финалистов чемпионата мира. Различия координационной сложности движений в зависимости от категории и пола спортсменов. Методика изменения координационной сложности движения.

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)).

Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов I курса:

1. Общая характеристика аэробики и фитнес-гимнастики как вида двигательной активности человека.
2. Исторические истоки аэробики как особого вида двигательной активности человека с музыкально-ритмической компонентой.
3. Новые тенденции развития спортивной аэробики и фитнес-аэробики как видов спорта.
4. Развитие спортивной аэробики и фитнес-аэробики в России
5. Основные правила обеспечения безопасности обучения в аэробике.
6. Принципы тренировки в аэробике.
7. Структура тренировочного процесса в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
8. Характеристика тренировочных циклов в аэробике.
9. Микроцикл тренировки и его разновидности.
10. Понятие «тренировочной нагрузки» в аэробике.
11. Принятая в аэробике методика определения тренировочной нагрузки.
12. Проблема индивидуализации тренировочной нагрузки в аэробике.
13. Различия между «внешней» и «внутренней» нагрузками.
14. Основные положения методики отбора для занятий аэробикой.
15. Специальная техническая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
16. Основы методики специальной технической подготовки в аэробике.
17. Понятие «базовых» упражнений в аэробике.
18. Современный тренировочный зал и требования к его оборудованию.
19. Материально-техническое обеспечение соревнований по спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
20. Особенности соревнований как вида деятельности спортсмена.
21. Классификация соревнований и их основные разновидности.
22. Организационные основы подготовки и проведения соревнований.
23. Документация соревнований разного назначения и масштаба.

24. Безопасность на соревнованиях по спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
25. Медицинское обеспечение соревнований по аэробике.
26. Судейская коллегия на соревнованиях по спортивной аэробике и фитнес-аэробике.

Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов I курса

1. Проверить надежность оборудования при занятиях.
2. Зарегистрировать и вписать в дневник собственные тренировочные нагрузки за микроцикл тренировки.
3. Составить график изменения личных тренировочных нагрузок микроцикла тренировок.
4. Построить график личных тренировочных нагрузок в расчете на указанный срок соревнований.
5. Дать по результатам наблюдений характеристику группы детей из ДЮСШ по критериям, определяющим перспективность их спортивной подготовки.
6. Подобрать по заданию преподавателя цепочки обучающих упражнений для освоения названного целевого упражнения с использованием эффекта переноса двигательного навыка.
7. Составить перечень базовых упражнений, необходимых для полноценной технической подготовки на одном из 3 дисциплин фитнес-аэробики
8. Составить список упражнений технической «школы» для дисциплины и дать им профессиональную характеристику.
9. Написать положение о соревнованиях заданного типа.

Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов II-го курса

1. Фитнес-аэробика как новый вид в семействе гимнастических видов спорта. Характеристика вида, содержание программы и требования к её составлению.
2. Этапы подготовки в фитнес-аэробике.
3. Судейство программ по фитнес-аэробике. Общие вопросы судейства.
4. Критерии судейства техники, артистизма и специфики вида в фитнес-аэробике. Ранговая оценка и её специфика.
5. Спортивная аэробика как вид спорта. Характеристика биомеханического и физиологического аспектов занятий. Возрастно-половой состав участников соревнований.
6. Состав обязательных упражнений. Критерии судейства техники и артистизма. Этапы подготовки.
7. Структура соревновательного микроцикла в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
8. Методика моделирования соревновательной подготовки.
9. Принципы распределения тренировочной нагрузки в соревновательном цикле подготовки.
10. План-график подготовки к соревнованиям.
11. Судейская коллегия корпус на соревнованиях разного типа.
12. Принципы профилактики травматизма в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
13. Правила оказания первой помощи при травмах.
14. Основные положения медицинского обеспечения в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
15. Организационно-методическое обеспечение занятий в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.

Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов II-го курса

1. Составить и выполнить комбинацию степ-аэробики 1 уровня
2. Составить и выполнить комбинацию степ-аэробики 2 уровня

3. Составить и выполнить комбинацию базовой аэробики 1 уровня
4. Составить и выполнить комбинацию базовой аэробики 2 уровня
5. Составить и выполнить комбинацию танцевальной аэробики «хип-хоп»
6. Составить программу занятий силовой аэробикой общего направления
7. Составить программу занятий силовой аэробикой на брюшной пресс
8. Составить программу занятий силовой аэробикой на верхнюю часть тела
9. Составить программу занятий силовой аэробикой на нижнюю часть тела
10. Основные правила подготовки мест занятий по спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
11. Оценка текущего функционального состояния на занятиях.
12. Структура положения о соревнованиях.
13. Календарь соревнований как фактор планирования тренировочного процесса.
14. Содержание дневника тренера и методика его ведения.
15. Дневник спортсмена.

Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов III-го курса

1. Понятие «двигательных представлений» и их состав.
2. Модальные компоненты двигательных представлений.
3. Понятие «модальных пар» двигательных представлений.
4. Дидактические принципы в высшем спорте.
5. Общая характеристика методов обучения в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
6. Понятие «адаптивности» обучения в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
7. Программная адаптация в спортивной аэробике и фитнес-аэробике и её виды.

8. Непрограммная адаптация в спортивной аэробике и фитнес-аэробике и её виды.
9. Понятия «двигательного умения» и «двигательного навыка».
10. Автоматизация двигательного действия в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
11. Этапность формирования двигательного навыка.
12. Разновидности двигательного навыка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
13. Технические средства обучения и тренажеры.
14. Понятие двигательной ошибки.
15. Структура двигательной ошибки.
16. Факторы двигательной ошибки.
17. Динамика двигательной ошибки в процессе обучения.
18. Основы психологической подготовки в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
19. Принципы подготовки спортсменов высшей квалификации в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
20. Структура тренировочного процесса в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
21. Периодизация подготовки в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
22. Моделирование соревновательной подготовки в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
23. Волнообразный характер распределения нагрузок в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
24. Работа тренера на соревнованиях.
25. Медицинское обеспечение занятий спортивной аэробикой и фитнес-аэробикой.
26. Медицинские обследования в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
27. Методы функционального восстановления в спортивной аэробике и фитнес-аэробике

Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов III-го курса

1. Элементы спортивной аэробики и фитнес-аэробике для школьников среднего и старшего возрастов.
2. Особенности упражнений аэробики и фитнес-гимнастики для представителей разных профессий.
3. Состав двигательных представлений спортсмена.
4. Основные методы формирования двигательных представлений спортсмена.
5. Характеристика дидактических принципов в спорте.
6. Система методов обучения в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
7. Сравнительная характеристика целостных методов обучения и методов расчленения в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
8. Приемы обучения упражнениям в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
9. Понятие «двигательной ошибки».
10. Педагогические методы психологической подготовки в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
11. Основы методики подготовки спортсменов высокой квалификации.
12. Планирование соревновательной подготовки в спортивной аэробике и фитнес-аэробике

Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов IV-го курса

1. Помощь и страховка как фактор обучения.
3. Характеристика ТСО.
4. Этапность совершенствования двигательного навыка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
5. Задачи и методы совершенствования движения в спортивной аэробике и фитнес-аэробике

6. Вариативная тренировки, ее задачи и методы.
7. Правила обеспечения безопасности при обучении в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
8. Основные причины травматизма в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
9. Фактор психологической подготовки в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
10. Личность спортсмена и ее характеристики. Личностные качества.
11. Психограмма спортивной аэробики и фитнес-аэробики.
12. Темперамент, его разновидности. Темперамент спортсмена в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
13. Основные методы психодиагностики в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
14. Методы психической саморегуляции.
15. Теоретическая подготовка спортсмена и ее значение.
16. Принципы подготовки спортсменов высокой квалификации.
17. Концепция централизованной подготовки спортсменов.
18. Современный тренер по спортивной аэробике и фитнес-аэробике, его знания, умения, навыки.
19. Психологические типы тренера и его личность.
20. Питание спортсмена в спортивной аэробике и фитнес-аэробике. Требования к рациону и режиму питания.
21. Регуляция веса тела в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
22. Водно-солевой режим спортсмена в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
23. Методика отбора в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
24. Медико-биологическое обеспечение занятий аэробикой и фитнес-гимнастикой.
25. Биомеханическое обеспечение занятий спортивной аэробикой и фитнес-аэробикой.
26. Организационное обеспечение занятий спортивной аэробикой и фитнес-аэробике.
27. Виды и этапность медико-биологических обследований в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.

28. Общие проблемы и задачи научных исследований в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
29. Изучение литературы как метод исследования в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
30. Этапность выполнения квалификационной работы.
31. Рабочая гипотеза и задачи исследования.
32. Проблема адекватности задачи и методов исследования.
33. Методика работы над текстом и оформлением ВКР.

Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов IV-го курса

1. Основные приемы обучения в аэробике и фитнес-гимнастике.
2. Самооценка психоэмоционального состояния спортсменов в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
5. Приемы идеомоторного воспроизведения упражнений.
6. Приемы аутогенной тренировки спортсмена.
7. Психорегулирующая тренировка спортсмена в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
8. Ведение документов планирования тренировки.
9. Проведение централизованных сборов спортсменов высокой квалификации.
10. Тренеры-специалисты и их функции.
11. Питание в спорте и фитнесе.
12. Регуляция веса в спорте и фитнесе.
14. Основные направления научных исследований в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
15. Типичные задачи исследования в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Методы обучения включают в себя *методы преподавания* (средства, приёмы, способы получения, передачи, анализа и сохранения информации; управления и контроля учебной деятельностью студентов) и *методы учения* (средства, приёмы, 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 практических занятиях и в виде самостоятельной работы студентов.

На практических занятиях студенты осваивают методiku преподавания и применения полученных знаний в практической деятельности, осваивают и совершенствуют двигательные действия, приобретают умения и совершенствуют навыки при обучении в избранном виде спорта, 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 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 трёх 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 объёма учебной программы подготовки бакалавра по спортивным видам гимнастики 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 компетентностного 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.

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 гимнастов.

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

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.

Изучение 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.

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 нём 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, подтверждено, 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 и ориентированы на индивидуальное развитие. Студенты должны 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.

12. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ, УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

12.1 Шкала итоговых оценок успеваемости в зависимости от набранных баллов по дисциплинам, завершающимся зачетом

Набранные баллы	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
зачет/незачет	незачет	зачет			
Оценка по шкале ECTS	F	D	C	B	A
	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	очень хорошо	отлично

С целью стимулирования учебной деятельности, творческой активности и самостоятельной работы студентов на протяжении всего периода изучения дисциплины, обеспечения систематической аттестации всех видов учебной работы используется балльная система контроля качества обучения.

12.2 Текущий контроль успеваемости

Текущий контроль представляет собой проверку усвоения учебного материала, регулярно осуществляемую на протяжении семестра, а также дает возможность для балльно-рейтинговой оценки успеваемости студента (раздел 4 по каждому году обучения).

Применяемые формы текущего контроля:

- индивидуальный или групповой устный опрос;
- проверка выполнения практических заданий;
- проведение контрольных занятий/тренировок;
- проведение контрольных испытаний;
- расчетно-графические работы;
- компьютерное или письменное тестирование;
- контроль самостоятельной работы студентов в форме отчета о судейской практике на соревнованиях;

Промежуточная аттестация осуществляется в конце семестра и может завершать изучение как отдельной части дисциплины, так и ее разделов.

Подобный контроль помогает оценить более крупные совокупности знаний и умений, в некоторых случаях – даже формирование определенных профессиональных компетенций. Промежуточная аттестация проводится по результатам текущего контроля. Формой промежуточной аттестации является зачет.

Для определения уровня сформированности компетенций студента, прошедшего соответствующую подготовку, в настоящее время предлагаются новые методы. Наиболее распространенные из них - стандартизированные тесты с дополнительным творческим заданием, рейтинговая оценка и портфолио.

Контрольные вопросы и задания для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины, а также для контроля самостоятельной работы обучающегося по отдельным разделам дисциплины, указаны в четвертом разделе программы («Структура и содержание дисциплины») для каждого года обучения.

13. ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ ДЛЯ СТУДЕНТОВ

Зачетные требования для 1-го курса

1. Владеть основами теории технической подготовки в аэробике.
2. Владеть основами обучения базовым элементам в фитнес-аэробике, спортивной аэробике, ритмической гимнастике.
3. Принять участие в соревнованиях по фитнес-аэробике (в составе сборной РГУФКСиТ).
4. Сдать контрольные нормативы по ОФП и СФП.
5. Принять участие в организации и/или судействе соревнований.

Зачетные требования для 2-го курса

1. Владеть основами теории технической подготовки в фитнес-аэробике, спортивной аэробике.
2. Владеть основами обучения базовым элементам и их модификациям в фитнес-аэробике, спортивной аэробике, ритмической гимнастике.
3. Принять участие в соревнованиях по фитнес-аэробике (в составе сборной РГУФКСиТ).
4. Сдать контрольные нормативы по ОФП и СФП.
5. Принять участие в организации и/или судействе соревнований.
6. Владеть основами проведения урока хореографии с детьми.

← **Формат:** Список

Зачетные требования для 3-го курса

1. Владеть основами теории и методики технической подготовки в фитнес-аэробике, спортивной аэробике.
2. Владеть основами обучения базовым элементам и их модификациям, а также навыками составления композиций в фитнес-аэробике, спортивной аэробике, ритмической гимнастике.
3. Принять участие в соревнованиях по фитнес-аэробике (в составе сборной РГУФКСиТ). Выполнить нормативы и оформить спортивный разряд по виду спорта (выше разряда при поступлении в вуз).
4. Сдать контрольные нормативы по ОФП и СФП.
5. Принять участие в организации и/или судействе соревнований. Выполнить нормативные требования судьи 3 категории.
6. Владеть основами проведения урока хореографии с детьми и спортсменами старших разрядов.

Зачетные требования для 4-го курса

1. Владеть углубленными знаниями теории и методики технической подготовки в фитнес-аэробике, спортивной аэробике.
2. Владеть основами обучения базовым элементам и их модификациям, а также навыками составления композиций в фитнес-аэробике, спортивной аэробике, ритмической гимнастике.
3. Принять участие в соревнованиях по фитнес-аэробике (в составе сборной РГУФКСиТ). Выполнить нормативы и оформить спортивный разряд по виду спорта (выше разряда при поступлении в вуз). Оформить спортивный разряд. Подтвердить.
4. Сдать контрольные нормативы по ОФП и СФП.
5. Принять участие в организации и судействе соревнований. Выполнить нормативные требования судьи 3 категории. Оформить судейскую категорию.
6. Владеть основами проведения урока хореографии с детьми и спортсменами старших разрядов.

14. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Формат: Список

14.1 Рекомендуемая литература

Основная

1. Аэробика: теория и методика проведения занятий/Учебное пособие для вузов физической культуры. - СпортАкадемПресс. - М.: 2006.
2. Горбунов В.А. Контроль за тренировочной и соревновательной нагрузкой на специализированном этапе многолетней подготовки спортивного резерва в аэробике.- Иркутск: Изд-во РепроцентрА1, 2008. - 84 с.
3. Зайцева Г.А., Медведева О.А. Оздоровительная аэробика в высших учебных заведениях - М.: Физкультура и спорт, 2007. - 104 с.
4. Теория и методика аэробики и фитнес-гимнастики/Программа дисциплины под общей редакцией Ростовцевой М.Ю., М.: «Физкультура и спорт», 2008, 79 с.
5. Аэробика: журнал для профессиональных инструкторов: выпуски 1999, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004-2007 г.г.

Дополнительная

1. Купер К. Аэробика для хорошего самочувствия. – М.: 1987.
2. Купер К. Новая аэробика: система оздоровительных физических упражнений для всех возрастов. М.: 1976.
3. Матвеев Л.П.. Теория и методика физической культуры. Учебник для институтов физической культуры. – М.: ФиС, 1991.
4. Ивлев М.П., Григоренко А.В., Мякинченко Е.Б., Шестаков М.П. Международная система подготовки специалистов по аэробике // Теория и практика физической культуры.- 1995.- № 12.- С.54

14.2 Программное обеспечение и интернет-ресурсы

- Обучающие программы:

Видео-материалы соревнований по спортивной аэробике и фитнес-аэробике.

Обучающие видео-программы по спортивной аэробике и фитнес-аэробике.

- DVD с записями.
- Мультимедийный курс лекций.
- Справочно-информационные сайты:

www.fitness-aerobics.ru; fisaf.org; FIG.

15. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Формат: Список

Инвентарь:

Комплект стандартного гимнастического и фитнес-оборудования, включающий:

- степ-платформы фирмы «Reebok» - 15;
- хореографический станок двухрядный;
- зеркальная стенка для хореографии и фитнеса;
- силовое оборудование для гимнастического фитнеса (гантели, миништанги, фитбол-мячи, бодибары, стойки для гантелей и бодибаров, изотонические кольца и пр.)
- музыкальная аппаратура;
- помост и ковер для акробатических упражнений;
- батуты стандартной конфигурации;
- двойной мини-трамплин;
- одинарный мини-трамплин;
- акробатические дорожки с зонами приземления;
- поролоновые маты;
- гимнастические скамейки;
- гимнастические стенки;
- лонжа (страховочный пояс) ручная;
- лонжа страховочная подвесная.

Научная аппаратура:

- аппаратный комплекс для педагогической диагностики физического стояния и контроля подготовленности акробатов, а также использование научной аппаратуры НИИ Спорта РГУФКСМиТ.

Оргтехника (год выпуска):

- DVD-комбо Toshiba SD-26VSR – 2006 г.
- Видеопроектор ELMOHV 110XG – 2006 г.
- Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.
- Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.
- Документ камера Toshiba TLP – 2003 г.
- Компьютер офисный СП 1 – 2007 г.
- Многофункциональное устройство Canon MF 5750 – 2007 г.
- Ноутбук Fujitsu-Siemens AMILO PI 1556 – 2006 г.

- Ноутбук Fujitsu-Siemens AMILO PI 1536, 15.4" – 2007 г.
- Ноутбук RB Voyager FT 6, Pentium III – 2002 г.
- Принтер HP LaserJet 1320 – 2005 г.
- Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.
- Принтер Canon LPB-810 – 2001 г.
- Принтер портативный HP DeskJet 350 – 2002 г.
- Принтер HP DJ890 C – 1999 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 BBK – 2007 г.
 - Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.
 - Сканер EPSON Perfection V10 Photo – 2007 г.
 - Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.
 - Стационарный компьютер (монитор 17" Acer AL1716 Cs и системный блок) – 2007 г. – 9 шт.
 - Стационарный компьютер (монитор 19" Acer AL1916 Cs и системный блок) – 2007 г.
 - Сканер Epson Perfection V 100 Photo – 2007 г.
 - Копировальный аппарат Canon iR -1018 – 2007 г.
 - Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2007 г.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Спортивно-педагогическое совершенствование (аэробика и фитнес-гимнастика) для обучающихся института спорта и физического воспитания I курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

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	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Участие в организации соревнований по фитнес-аэробике и/или спортивной аэробике	10
3	Участие в судействе соревнований по фитнес-аэробике и/или спортивной аэробике в качестве: - судьи в судейской бригаде - судьи-информатора - судьи на линии	10 10 10
4	Контроль освоения практических навыков в хореографической подготовке: - выполнение упражнений у хореографического станка - выполнение упражнений на середине	10 10
5	Сдача нормативов специальной физической подготовки	

	(СФП)	10
6	Экзамен	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 61 балл, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое	2	3	4	5		
	Неудовлетворительно	Удовлетворительно	Хорошо	Отлично		

выражение оценки						
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Спортивно-педагогическое совершенствование (аэробика и фитнес-гимнастика) 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: Теории и методики гимнастики

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	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Участие в организации соревнований по фитнес-аэробике и/или спортивной аэробике	10
3	Участие в судействе соревнований по фитнес-аэробике и/или спортивной аэробике в качестве: - судьи в судейской бригаде	10 10

	- судьи-информатора - судьи на линии	10
4	Контроль освоения практических навыков в хореографической подготовке: - выполнение упражнений у хореографического станка - выполнение упражнений на середине	10 10
5	Участие в организации и судействе фестивалей и спортивных праздников	5
6	Сдача нормативов специальной физической подготовки (СФП)	5
7	Экзамен	20
8	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 61 балл, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Спортивно-педагогическое совершенствование (аэробика и фитнес-гимнастика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Участие в организации соревнований по фитнес-аэробике и/или спортивной аэробике	10
3	Участие в судействе соревнований по фитнес-аэробике и/или спортивной аэробике в качестве:	
	- судьи в судейской бригаде	10
	- судьи-информатора	10
	- судьи на линии	10
4	Контроль освоения практических навыков в хореографической подготовке:	
	- выполнение упражнений у хореографического станка	5
	- выполнение упражнений на середине	5
5	Участие в организации и судействе фестивалей и спортивных праздников	5
6	Сдача нормативов специальной физической подготовки (СФП)	5
7	Постановка композиции по спортивной аэробике: индивидуальная программа, парные программы, тройки, команды	5
8	Постановка композиции по фитнес-аэробике: индивидуальная программа, парные программы, тройки, команды	5
7	Экзамен	20
8	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 61 балл, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Спортивно-педагогическое совершенствование (аэробика и фитнес-гимнастика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Участие в организации соревнований по фитнес-аэробике и/или спортивной аэробике	10
3	Участие в судействе соревнований по фитнес-аэробике и/или спортивной аэробике в качестве:	
	- судьи в судейской бригаде	10
	- судьи-информатора	10
	- судьи на линии	10
4	Контроль освоения практических навыков в хореографической подготовке:	
	- выполнение упражнений у хореографического станка	5
	- выполнение упражнений на середине	5

5	Участие в организации и судействе фестивалей и спортивных праздников	5
6	Сдача нормативов специальной физической подготовки (СФП)	5
7	Постановка композиции по спортивной аэробике: индивидуальная программа, парные программы, тройки, команды	5
8	Постановка композиции по фитнес-аэробике: индивидуальная программа, парные программы, тройки, команды	5
7	Экзамен	20
8	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 61 балл, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), 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 гимнастики

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

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (аэробика и фитнес-гимнастика)»

Направление подготовки/специальность: 49.03.01-Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная подготовка в избранном виде спорта

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 20 зачетных единиц.

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

2. 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..

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

– В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

– **ОПК-2:** способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов

– **ОПК-3:** Способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки

– **ОПК-5** - способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений

– **ОПК-8:** способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по избранному виду спорта

– **ПК-10** - способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся

– **ПК-11** - способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта

– **ПК-14** - способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности

– **ПК-15** - способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (аэробика и фитнес-гимнастика)»	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма аттестации (по семестрам)	
		52	182	9		
Всего за I курс: 234 часа (6,5 зачетные единицы)		52	182	9	-/экзамен	
Всего за II курс: 126 часов (3,5 зачетные единицы)		60	66	9	-/экзамен	
Всего за III курс: 126 часов (3,5 зачетных единиц)		60	66	9	-/экзамен	
Всего за IV курс: 225 часов (6,5 зачетных единиц)			116	145	9	-/экзамен
Всего за курс: часа 720			232	479	36	

Краткое содержание дисциплины

1 курс

52 уч. час. ауд. занятий;

182 уч. часа самостоятельной работы студентов.

Общий объем работы – 234 уч. часа (6,5 з.е.)

Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики (фитнес-аэробика, аэробика, степ-аэробика, хип-хоп-аэробика, спортивная аэробика, базовые элементы, упражнения на силу и гибкость)

Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики (правила и судейство соревнований; общие положения; требования, предъявляемые правилами соревнований к исполнению, композиции, судейские бригады)

Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка (хореографическая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике, развитие специальных физических качеств в спортивной аэробике и фитнес-аэробике)

2 курс

60 уч. час. ауд. занятий;

66 уч. часа самостоятельной работы студентов.

Общий объем работы – 126 уч. часа (3,5 з.е.)

Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики (фитнес-аэробика, аэробика, степ-аэробика, хип-хоп-аэробика, спортивная аэробика, базовые элементы, упражнения на силу и гибкость)

Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики (правила и судейство соревнований; общие положения; требования, предъявляемые правилами соревнований к исполнению, композиции, судейские бригады)

Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка (хореографическая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике, развитие специальных физических качеств в спортивной аэробике и фитнес-аэробике)

3 курс

60 уч. час. ауд. занятий;

66 уч. часа самостоятельной работы студентов.

Общий объем работы –126 уч. часа (3,5 з.е.)

Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики (фитнес-аэробика, аэробика, степ-аэробика, хип-хоп-аэробика, спортивная аэробика, базовые элементы, упражнения на силу и гибкость)

Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики (правила и судейство соревнований; общие положения; требования, предъявляемые правилами соревнований к исполнению, композиции, судейские бригады, судейская учебная практика)

Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка (хореографическая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике, развитие специальных физических качеств в спортивной аэробике и фитнес-аэробике)

Раздел 4. Композиционные особенности и постановка программ в спортивных видах аэробики (композиционные особенности программ по спортивной аэробике: индивидуальная программа, парные программы, тройки, команды; композиционные особенности программ по аэробике, степ-аэробике, хип-хоп-аэробике)

4 курс

116 уч. час. ауд. занятий;

145 уч. часа самостоятельной работы студентов.

Общий объем работы –225 уч. часа (6,5 з.е.)

Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики (фитнес-аэробика, аэробика, степ-аэробика, хип-хоп-аэробика, спортивная аэробика, базовые элементы, упражнения на силу и гибкость, обучение модификациям базовых шагов и прыжков, соединениям, комбинациям, дозирование нагрузки)

Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики (правила и судейство соревнований; общие положения; требования, предъявляемые правилами соревнований к исполнению, композиции, судейские бригады, судейская учебная практика)

Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка (хореографическая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике, развитие специальных физических качеств в спортивной аэробике и фитнес-аэробике, проведение занятия по ОФП и СФП)

Раздел 4. Композиционные особенности и постановка программ в спортивных видах аэробики (композиционные особенности программ по спортивной аэробике: индивидуальная программа, парные программы, тройки, команды; композиционные особенности программ по аэробике, степ-аэробике, хип-хоп-аэробике)

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

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

49.03.01 «Физическая культура»

(код и наименование)

Направленность (профиль): «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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



Институт спорта и физического воспитания

**Кафедра Теории и методики индивидуально-игровых и
интеллектуальных видов спорта**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон,
бильярд, настольный теннис»**
(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 и заочная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института _____
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составитель: **Барчукова Галина Васильевна** – доктор педагогических наук, профессор кафедры Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта, Заслуженный работник высшей школы РФ, РГУФКСМиТ.

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

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис»

Цель освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис» является: подготовить высококвалифицированного бакалавра, 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 настольному теннису в коллективах физкультуры, ДЮСШ, спортивных интернатах и т.п., с контингентом занимающихся от новичков до массовых спортивных разрядов.

2. Место дисциплины «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис» в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис» относится к профессиональному циклу вариативной части обязательных дисциплин ООП (ОПОП) по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», по профилю подготовки: «Спортивная подготовка в избранном виде спорта».

Особенность изучаемой дисциплины состоит в том, что акцент сделан на развитие и совершенствование практических способностей умений и навыков в реализации общекультурных и профессиональных компетенций в реальной профессиональной практической деятельности. Освоение учебной дисциплины предполагает также подготовку к выполнению требований по профессиональной физической подготовке.

Учебная дисциплина «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис» предусматривает формирование у студентов активной, творческой направленности в овладении получаемой профессии тренера-преподавателя по настольному теннису, в овладении такими направлениями профессионально-педагогической деятельности, как организационно-управленческая, судейская, рекреационная, реабилитационная и другие.

Программный материал учебной дисциплины «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис» реализуется преимущественно в форме практических занятий, организуемых с учетом организационно-методических и материально-технических возможностей кафедры. При этом в одном занятии могут сочетаться все виды практического занятия: методическая часть, учебная практика, собственно практическая деятельность (спортивная, тренерско-преподавательская, судейская).

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис», 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-2	Знать: - основы дидактики; - основы теории и методики физической культуры; - медико-биологические и психологические особенности различных категорий занимающихся; - методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта; - требования образовательных стандартов.	1 3 5 6 7 8		1-2 3-4 5-6 7-8 9-10
	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры; - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов;	1 3 5 6 7 8		1-2 3-4 5-6 7-8 9-10
	Владеть: - навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта.	1 3 5 6 7 8		1-2 3-4 5-6 7-8 9-10
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 избранном виде спорта.	1 3 5 6 7 8		1-2 3-4 5-6 7-8 9-10
	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта;	1 3 5 6		1-2 3-4 5-6 7-8

	- разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.	7 8		9-10
	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.	1 3 5 6 7 8		1-2 3-4 5-6 7-8 9-10
ОПК-5	Знать: - средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений; - основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии; - основы спортивной метрологии.	1 3 5 6 7 83		1-2 3-4 5-6 7-8 9-10
	Уметь: осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.	1 3 5 6 7 8		1-2 3-4 5-6 7-8 9-10
	Владеть: навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев.	1 3 5-6 7-8		1-2 3-4 5-6 7-8 9-10
ОПК-8	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 избранном виде спорта.	1 3 5 6 7 8		1-2 3-4 5-6 7-8 9-10
	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 избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.	1 3 5 6 7 8		1-2 3-4 5-6 7-8 9-10

	<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. 	1 3 5 6 7 8		1-2 3-4 5-6 7-8 9-10
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. 	1 3 5 6 7 8		1-2 3-4 5-6 7-8 9-10
	<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 избранном виде спорта. 	1 3 5 6 7 8		1-2 3-4 5-6 7-8 9-10
	<p>Владеть:</p> <p>умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.</p>	1 3 5 6 7 8		1-2 3-4 5-6 7-8 9-10
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; - методы планирования тренировочного процесса. 	1 3 5 6 7 8		1-2 3-4 5-6 7-8 9-10
	<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). 	1 3 5 6 7 8		1-2 3-4 5-6 7-8 9-10
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками разработки перспективных и оперативных 	1 3		1-2 3-4

	<p>планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта;</p> <p>- информационными и компьютерными технологиями при разработке документов планирования;</p> <p>- навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности.</p>	5 6 7 8		5-6 7-8 9-10
ПК-14	<p>Знать:</p> <p>- основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта;</p>	1-3 5-6 7-8		1-2 3-4 5-6 7-8 9-10
	<p>Уметь:</p> <p>- совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий;</p> <p>- в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.</p>	1 3 5 6 7 8		1-2 3-4 5-6 7-8 9-10
	<p>Владеть:</p> <p>- в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности;</p> <p>- способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.</p>	1 3 5 6 7 8		1-2 3-4 5-6 7-8 9-10
ПК-15	<p>Знать:</p> <p>- средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности;</p> <p>- эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.</p>	1 3 5 6 7-8		1-2 3-4 5-6 7-8 9-10
	<p>Уметь:</p> <p>- осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности;</p> <p>- сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.</p>	1 3 5 6 7-8		1-2 3-4 5-6 7-8 9-10
	<p>Владеть:</p> <p>- навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;</p> <p>- средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности. - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия;</p> <p>- организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия.</p>	1 3 5 6 7 8		1-2 3-4 5-6 7-8 9-10

4. Структура и содержание дисциплины «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис»

Общая трудоемкость дисциплины «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис» составляет для заочной формы обучения составляет **20 зачетных единиц, 720 академических часов:** экзамены – 9 часов, практических занятий – 90 часов, самостоятельная работа студентов – 621 час.

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. Профессионально-педагогическое мастерство тренера в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1-2 3-4 5-6 7-8 9-10		8	51		
2	Раздел 2. Методика воспитания и совершенствования общих и специальных двигательных и психических качеств игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1-2 3-4 5-6 7-8 9-10		12	140		
3	Раздел 3. Изучение и совершенствование стратегии, техники и тактики игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1-2 3-4 5-6 7-8 9-10		24	150		
4	Раздел 4. Управление динамикой подготовленности спортсменов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе в годичном и многолетнем циклах	1-2 3-4 5-6 7-8 9-10		20	100		
5	Раздел 5. Методика применения индивидуально-игровых видов спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе в физкультурно-оздоровительной деятельности	1-2 3-4 5-6 7-8 9-10		8	50		
6	Раздел 6. Планирование, организация и методика проведения и судейства соревнований в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном	1-2 3-4 5-6 7-8		10	70		

	теннисе	9-10					
7	Раздел 7. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1-2 3-4 5-6 7-8 9-10		8	60		
Итого часов:				90	621	9	Экзамен
Всего				720			

4.1. Структура и содержание дисциплины «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование в индивидуально-игровых видах спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис»

Общая трудоемкость дисциплины «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис» составляет для очной формы обучения составляет **20 зачетных единиц, 720 академических часов:** экзамены – 9 часов, практических занятий – 232 часа, самостоятельная работа студентов – 479 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. Профессионально-педагогическое мастерство тренера в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1-2 3-4 5-6 7-8		30	69		
2	Раздел 2. Методика воспитания и совершенствования общих и специальных двигательных и психических качеств игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1-2 3-4 5-6 7-8		40	100		
3	Раздел 3. Изучение и совершенствование стратегии, техники и тактики игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1-2 3-4 5-6 7-8		40	100		
4	Раздел 4. Управление динамикой подготовленности спортсменов в избранном виде спорта: бадминтоне,	1-2 3-4 5-6		40	90		

	бильярде, настольном теннисе в годичном и многолетнем циклах	7-8					
5	Раздел 5. Методика применения индивидуально-игровых видов спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе в физкультурно-оздоровительной деятельности	1-2 3-4 5-6 7-8		36	40		
6	Раздел 6. Планирование, организация и методика проведения и судейства соревнований в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1-2 3-4 5-6 7-8		36	40		
7	Раздел 7. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1-2 3-4 5-6 7-8		10	40		
Итого часов:				232	479	9	экзамен
Всего				720			экзамен

**4.2.Содержание дисциплины «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис»
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 курс							
1	Раздел 1. Профессионально-педагогическое мастерство тренера в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1 2		6	14		
2	Тема 1.1. Основные направления профессиональной деятельности тренера в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1 2		2	6		
3	Тема 1.2. Модельные характеристики профессиональной деятельности и личности тренера в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде,	1		2	4		

	настольном теннисе						
4	Тема 1.3. Обучение методам организации группы и проведения разминки	1 2		2	4		
5	Раздел 2. Методика воспитания и совершенствования общих и специальных двигательных и психических качеств игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1 2		6	30		
6	Тема 2.1. Средства и методы воспитания базовых двигательных качеств в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1 2		2	16		
7	Тема 2.2. Подбор и методика применения тренировочных упражнений, обеспечивающих развивающее воздействие на физическую подготовку теннисистов на этапе становления спортивного мастерства	1 2		4	14		
8	Раздел 3. Изучение и совершенствование стратегии, техники и тактики игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1 2		8	40		
9	Тема 3.1. Биомеханические особенности выполнения ударов в бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1 2		4	20		
10	Тема 3.2. Структура «эталонной» техники игры избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	1 2		4	20		
11	Раздел 5. Методика применения индивидуально-игровых видов спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса в физкультурно-оздоровительной деятельности	1 2		12	30		
12	Тема 5.1. Особенности проведения занятий по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису различным контингентом занимающихся	1 2		6	12		
13	Тема 5.3. Подготовка и организация массовых соревнований по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису	1 2		6	18		
14	Раздел 6. Планирование, организация и методика проведения и судейства соревнований в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1 2		12	38		
15.	Тема 6.1. Правила соревнований в	1		6	20		

	избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе, документы планирования и судейства соревнований	2					
16.	Тема 6.2. Положение о соревновании в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе и методика его составления	1 2		6	18		
17	Раздел 7. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1 2		8	30		
18	Тема 7.1. Техника безопасности в занятиях избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом и профилактика травматизма	1 2		2	6		
19	Тема 7.2. Требования к спортивным сооружениям для занятий и соревнований в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1 2		2	12		
20	Тема 7.3. Инвентарь для игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1 2		4	12		
	Всего часов за 1 год обучения			52	182		
2 курс							
1	Раздел 1. Профессионально-педагогическое мастерство тренера в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3 4		4	4		
2	Тема 1.2. Модельные характеристики профессиональной деятельности и личности тренера в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3 4		2	2		
3	Тема 1.3. Обучение методам организации группы и проведения разминки	3 4		2	2		
4	Раздел 2. Методика воспитания и совершенствования общих и специальных двигательных и психических качеств игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3 4		10	12		
5	Тема 2.2. Подбор и методика применения тренировочных упражнений, обеспечивающих развивающее воздействие на физическую подготовку спортсменов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе на этапе становления	3 4		6	6		

	спортивного мастерства						
6	Тема 2.3. Средства и методы воспитания двигательных качеств в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе на этапе реализации максимальных возможностей	3 4		4	6		
7	Раздел 3. Изучение и совершенствование стратегии, техники и тактики игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3 4		18	20		
8	Тема 3.1. Биомеханические особенности выполнения ударов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3 4		4	4		
9	Тема 3.2. Структура «эталонной» техники игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3 4		6	8		
10	Тема 3.3. Овладение методами обучения технике и тактике игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3 4		8	8		
11	Раздел 4. Управление динамикой подготовленности спортсменов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе в годичном и многолетнем циклах	3 4		4	4		
12	Тема 4.1. Основные средства тренировки и методы их применения в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3 4		4	4		
13	Раздел 5. Методика применения индивидуально-игровых видов спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе в физкультурно-оздоровительной деятельности	3 4		6	8		
14	Тема 5.1. Особенности проведения занятий индивидуально-игровыми видами спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом с различным контингентом занимающихся	3 4		2	4		
15	Тема 5.2. Организация средствами избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса внеурочной и секционной работы	3 4		4	4		
16	Раздел 6. Планирование, организация и методика проведения и судейства соревнований в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3 4		8	8		

17	Тема 6.1. Правила соревнований в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе и документы планирования и судейства соревнований	3 4		2	2		
18	Тема 6.2. Положение о соревновании и методика его составления в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3 4		2	2		
19	Тема 6.3. Методика организации и судейства соревнований в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3 4		4	4		
20	Раздел 7. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3 4		10	10		
21	Тема 7.1. Техника безопасности в занятиях в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе и профилактика травматизма	3 4		2	2		
22	Тема 7.2. Требования к спортивным сооружениям для занятий и соревнований по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису	3 4		2	2		
23	Тема 7.3. Инвентарь для игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3 4		4	4		
24	Тема 7.4. Оборудование залов и сооружений, содержание и ремонт инвентаря и оборудования	3 4		2	2		
	Всего часов за 2-й год обучения			60	66		
3 курс							
1	Раздел 1. Профессионально-педагогическое мастерство тренера в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	5 6		6	6		
2	Тема 1.3. Обучение методам организации группы и проведения разминки	5 6		2	2		
3	Тема 1.4. Овладение методами обучения технике и тактике игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	5 6		2	2		
4	Тема 1.5. Овладение навыками оценки уровня технического и тактического мастерства занимающихся в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	5 6		2	2		
5	Раздел 2. Методика воспитания и	5		12	14		

	совершенствования общих и специальных двигательных и психических качеств игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	6					
6	Тема 2.3. Средства и методы воспитания двигательных качеств на этапе реализации максимальных возможностей в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	5 6		4	6		
7	Тема 2.4. Особенности совершенствования двигательных качеств на этапе спортивного долголетия в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	5 6		4	4		
8	Тема 2.5. Моделирование целевых двигательных качеств в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	5 6		4	4		
9	Раздел 3. Изучение и совершенствование стратегии, техники и тактики игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	5 6		12	14		
10	Тема 3.3. Овладение методами обучения технике и тактике игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	5 6		4	6		
11	Тема 3.4. Оптимизация технико-тактических действий с учетом индивидуальных особенностей в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	5 6		4	4		
12	Тема 3.5. Классификация тактики и стилей игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	5 6		4	4		
13	Раздел 4. Управление динамикой подготовленности спортсменов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе в годичном и многолетнем циклах	5 6		14	16		
14.	Тема 4.1. Основные средства тренировки и методы их применения в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	5 6		6	6		
15.	Тема 4.2. Организационно-методические основы планирования учебно-тренировочных занятий (УТЗ) в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	5 6		4	6		
16	Тема 4.3. Планирование и контроль	5		4	6		

	учебно-тренировочного процесса в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	6					
17	Раздел 5. Методика применения индивидуально-игровых видов спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе в физкультурно-оздоровительной деятельности	5 6		4	4		
18.	Тема 5.2. Организация средствами избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса внеурочной и секционной работы	5 6		2	2		
19	Тема 5.3. Подготовка и организация массовых соревнований по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису	5 6		2	2		
20	Раздел 6. Планирование, организация и методика проведения и судейства соревнований в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	5 6		6	6		
21.	Тема 6.1. Правила соревнований по настольному теннису, документы планирования и судейства соревнований в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	5 6		2	2		
22.	Тема 6.2. Положение о соревновании и методика его составления	5 6		2	2		
23	Тема 6.3. Методика организации и судейства соревнований в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	5 6		2	2		
24	Раздел 7. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	5 6		6	6		
25	Тема 7.3. Инвентарь для игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	5 6		4	4		
26	Тема 7.4. Оборудование залов и сооружений, содержание и ремонт инвентаря и оборудования в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	5 6		2	2		
	Всего часов			60	66		
4 курс							
1	Раздел 1. Профессионально-педагогическое мастерство тренера в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7 8		6	12		

2	Тема 1.4. Овладение методами обучения технике и тактике игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7 8		2	4		
3	Тема 1.5. Овладение навыками оценки уровня технического и тактического мастерства занимающихся в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7 8		2	4		
4	Тема 1.6. Совершенствование профессионально-педагогических навыков воспитания морально-волевых и нравственных качеств в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7 8		2	4		
5	Раздел 2. Методика воспитания и совершенствования общих и специальных двигательных и психических качеств игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7 8		10	50		
6	Тема 2.3. Средства и методы воспитания двигательных качеств в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе на этапе реализации максимальных возможностей	7 8		4	20		
7.	Тема 2.4. Особенности совершенствования двигательных качеств в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе на этапе спортивного долголетия	7 8		4	14		
8	Тема 2.5. Моделирование целевых двигательных качеств в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7 8		2	16		
9	Раздел 3. Изучение и совершенствование стратегии, техники и тактики игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7 8		14	50		
10	Тема 3.6. Тактика командной и парной игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7 8		6	18		
11	Тема 3.7. Моделирование техники целевой соревновательной деятельности в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7 8		4	20		
12	Тема 3.8. Психолого-педагогическая характеристика соревновательной деятельности в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном	7 8		4	12		

	теннисе						
13	Раздел 4. Управление динамикой подготовленности спортсменов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе в годичном и многолетнем циклах	7 8		14	30		
14	Тема 4.4. Контроль тренировочного процесса и его эффективность в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7 8		6	10		
15	Тема 4.5. Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки спортсменов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7 8		6	10		
16.	Тема 4.6. Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке спортсменов высокой квалификации в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7 8		2	10		
17	Раздел 5. Методика применения индивидуально-игровых видов спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе в физкультурно-оздоровительной деятельности	7 8		4	8		
18.	Тема 5.2. Организация средствами избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса внеурочной и секционной работы	7 8		2	4		
19	Тема 5.3. Подготовка и организация массовых соревнований в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7 8		2	4		
20	Раздел 6. Планирование, организация и методика проведения и судейства соревнований в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7 8		6	8		
21.	Тема 6.1. Правила соревнований, теннису, документы планирования и судейства соревнований в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7 8		2	2		
22	Тема 6.2. Положение о соревновании и методика его составления в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7 8		2	2		
23	Тема 6.3. Методика организации и судейства соревнований в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7 8		2	4		
24	Раздел 7. Материально-техническое	7		6	7		

	обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	8					
25	Тема 7.3. Инвентарь для игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7 8		2	3		
26	Тема 7.4. Оборудование залов и сооружений, содержание и ремонт инвентаря и оборудования в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7 8		2	2		
27.	Тема 7.5. Материально-техническое обеспечение соревнований и учебно-тренировочных сборов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7 8		2	2		
	Всего часов за 4 год обучения			60	165	9	экзамен
	Всего часов			232	479	9	экзамен
	Итого			720			

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис»

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис» (Приложения к рабочей программе дисциплины «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис»).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис»

Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис»

Раздел 1. Педагогическое мастерство тренера

1. Многогранность и приоритетные направления профессиональной деятельности тренера по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису.

2. Значение личности тренера в педагогической деятельности и формировании нравственности игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

3. Основные требования к личности тренера по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису.

4. Направления профессионально-педагогической деятельности тренера по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису.

5. Специфика работы тренера по избранному виду спорта бадминтону, бильярду, настольному теннису.

6. Современный тренер как человек широко образованный, творчески и критически мыслящий.

7. Соотношение научно-методических, нормативных рекомендаций и творчества в деятельности тренера по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису.

8. Профессиональное мастерство тренера-преподавателя – двигательные и собственно-педагогические умения.

9. Направления интеллектуального и профессионального самообразования будущего молодого специалиста по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису.

10. Раскройте профессиональную культуру специалиста в области физического воспитания и спорта, формы ее реализации в профессиональной деятельности, на примере избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса. Нравственные ориентиры и принципы в деятельности специалиста по физической культуре и спорту.

Раздел 2. Методика воспитания и совершенствования общих и специальных двигательных и психических качеств игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

1. Изучение общих и специальных физических качеств игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе разного возраста и разной квалификации.

2. Методы объективного контроля уровня развития общих и специальных качеств игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе разного возраста и разной квалификации.

3. Анализ различных видов подготовки игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе разного возраста и разной квалификации.

4. Определение уровня технической, физической, тактической и психологической подготовленности игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе разного возраста и разной квалификации.

5. Методы контроля различных видов подготовки игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

6. Охарактеризуйте двигательные-координационные способности (ДКС) и их разновидности (способность поддерживать равновесие, точно выполнять движения, регулировать тоническую напряженность). Раскройте физиологические механизмы, определяющие ДКС и методические приемы их воспитания. Особенности проявления ДКС в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

7. Раскройте современные методы оценки тактической и технико-тактической подготовленности высококвалифицированных игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

8. Охарактеризуйте значение быстроты и точности двигательных реакций в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе. Раскройте методику их воспитания.

9. Раскройте методы оценки соревновательной деятельности игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе. Укажите основные показатели анализа соревновательной деятельности в настольном теннисе.

10. Раскройте значение и место видов подготовки в системе многолетней подготовки игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

11. Раскройте основные биомеханические характеристики (кинематические, динамические и ритмические) и фазовый состав ударных действий в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

Раздел 3. Изучение и совершенствование стратегии, техники и тактики современной игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

1. Объективные условия соревновательной деятельности в в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

2. Временные и пространственные характеристики соревновательной деятельности в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

3. Специфика соревновательной деятельности игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

4. Классификация, систематика и терминология избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса.

5. Дайте характеристику основным понятиям и терминам избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса.

6. Анализ кинематической структуры различных технических приемов игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

7. Анализ динамической структуры различных технических приемов игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

8. Охарактеризуйте современные стили игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе их преимущества и недостатки.

9. Структура атакующего (защитного, контратакующего, универсального) стиля игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

10. Анализ тактики игры сильнейших игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

11. Изучение техники игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе на основе количественных характеристик и моделирование этих характеристик.

12. Биомеханический анализ техники игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

13. Охарактеризуйте двигательные умения и навыки. Укажите механизмы их образования. Раскройте специфику структуры процесса обучения двигательным действиям в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

14. Охарактеризуйте тренажеры, используемые в подготовке игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе. Их преимущества и недостатки.

15. Раскройте содержание психологической подготовки в процессе занятий спортом. Средства и методы психологической подготовки в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе. Психодиагностика в спорте.

16. Охарактеризуйте стратегическо-тактические особенности парной игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе. Раскройте тактику мужской, женской и смешанной парной игры.

Раздел 4. Управление динамикой подготовленности теннисистов в годичном и многолетнем циклах.

1. Правила техники безопасности при проведении занятий избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом.

2. Основные причины возникновения травм в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе, меры их предупреждения

3. Понятие терминов "развитие" и "воспитание". Периоды развития организма.

4. Разминка ее виды и значение.

5. Методические основы проведения разминки.

6. Части занятия по физической культуре и их содержание.

7. Методика подбора и составления комплекса общеразвивающих упражнений (ОРУ).

8. Методика подачи строевых команд и распоряжений.

9. Методика применения общеразвивающих упражнений (ОРУ).

10. Методика обучения ОРУ и задачи, решаемые с помощью ОРУ.

11. Методика составления конспекта урока.

12. Структура урока/занятия по настольному теннису, характеристика его частей.

13. Изучение средств и методов спортивной тренировки игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

14. Разработка обучающих программ и методик обучения различным техническим приемам в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

15. Планирование тренировочного процесса на всех уровнях и этапах многолетней подготовки игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

16. Изучение путей интенсификации тренировочного процесса в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

17. Использование технических средств в подготовке игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

18. Отбор спортсменов на различных этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

19. Раскройте содержание основных технологических процедур, обеспечивающих управление системой подготовки спортсмена в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе. Постановка цели, прогнозирование, моделирование, программирование, комплексный подход, принятие решений.

20. Охарактеризуйте основные этапы многолетней подготовки игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе. Возраст начала занятий и достижения спортивного мастерства как ориентиры в определении этапов подготовки в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

21. Раскройте способы учета и анализа результатов тренировки в настольном теннисе. Укажите основные показатели динамики роста спортивного мастерства игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

22. Раскройте соотношение объема и интенсивности нагрузки в годичном цикле тренировки высококвалифицированных игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

23. Раскройте структуру годичного цикла подготовки высококвалифицированных игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

24. Раскройте основные критерии оценки интенсивности, напряженности, специализированности и величины нагрузки в тренировочном процессе высококвалифицированных игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

25. Раскройте методы оценки интенсивности нагрузки в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе. Укажите основные механизмы управления тренировочным процессом высококвалифицированных игроков в настольный теннис по срочному тренировочному эффекту.

Раздел 5. Методика применения индивидуально-игровых видов спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса в физкультурно-оздоровительной деятельности.

1. Требования к обеспечению безопасности занимающихся избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом.

2. Биологические закономерности процесса оздоровления человека, занимающегося избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом настольным теннисом.

3. Специфика подготовки мест занятий для занятий избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом.

4. Организация и содержание работы секций в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе для школьников и студентов.

5. Эффективность занятий избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом как средства укрепления здоровья занимающихся.

6. Содержание государственных программ по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису для школьников, студентов, взрослого населения.

7. Методика обучения дошкольников простейшим упражнениям с мячом, воланом и ракеткой.

8. Внеклассная, внешкольная, секционная работа с использованием избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса.

9. Использование занятий избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом в оздоровлении и социальной адаптации инвалидов.

10. Овладение специфичными методическими приемами подготовки мест занятий избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом, их организации и проведения, дозирования игровой нагрузки для инвалидов с учетом характера заболевания.

11. Условия организации и содержание работы самодеятельных клубов и объединений ветеранов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

12. Подготовка планов-конспектов к проведению уроков по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису для школьников младших, средних и старших классов.

13. Разработка примерной программы оздоровительных занятий по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису для населения старшего возраста.

14. Эффективность использования занятий избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом для оздоровления взрослого населения.

Раздел 6. Планирование, организация и методика проведения и судейства соревнований в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе

1. Система выполнения и присвоения спортивных разрядов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
2. Место соревнований, оборудование и инвентарь. Размеры площадки, стола, освещение. Вес и размеры мяча, волана. Требования к ракетке и кию.
3. Командный матч 3х3. Жеребьевка, очередность встреч.
4. Виды и характер соревнований. Права и обязанности капитана или представителя команды.
5. Круговой способ проведения соревнований – преимущества и недостатки. Составление графика очередности встреч на 5 и 8 участников.
6. Состав судейской коллегии. Права и обязанности главного судьи.
7. Олимпийская система проведения соревнований с выбыванием после первого поражения и розыгрышем всех мест. Ее преимущества и недостатки. Составить таблицу на 16 участников. Рассеивание сильнейших участников и одноклубников.
8. Возрастные категории участников соревнований. Права и обязанности участника соревнований. Допуск участников к соревнованию.
9. Олимпийская система проведения соревнований с выбыванием после двух поражений и розыгрышем всех мест. Ее преимущества и недостатки.
10. Составить таблицу на 16 участников. Рассеивание сильнейших участников и одноклубников.
11. Права и обязанности ведущего судьи в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе. Судья счетчик.
12. Правило парной игры. Расстановка игроков и особенности жеребьевки.
13. Правила выполнения подач. Одиночная встреча. Счет. Количество партий в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
14. Командный матч 2х2. Жеребьевка, очередность встреч.
15. Розыгрыш очка. В каких случаях очко считается выигранным в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
16. Судейская терминология в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
17. Перерывы в игре в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
18. Остановки в игре в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
19. Содержание и методика составления положения о соревновании.
21. Методика организации соревнований по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису.
22. Методика проведения соревнований по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису.
23. Правило подачи. Перерывы в игре и остановки.
24. Права и обязанности участников соревнований в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
25. Системы проведения командных соревнований. Костюм участника в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

Раздел 7. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

1. Требования к спортивным сооружениям и комплексам для проведения крупных соревнований по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису.

2. Устройство элементарной площадки для игры в настольный теннис, бадминтон.

3. Оборудование зала для занятий избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом.

4. Эксплуатация и ремонт спортсооружений в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

5. Техника безопасности при занятиях избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом.

6. Хранение и ремонт спортивного инвентаря в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

7. Мячи для настольного тенниса и их технические характеристики.

8. Воланы для бадминтона и их технические характеристики.

9. Столы и сетки для настольного тенниса и их технические характеристики.

10. Основания для настольного тенниса и их технические характеристики.

11. Накладки для настольного тенниса и их технические характеристики.

12. Характеристика современных киев для игры на бильярде.

13. Характеристика бильярдных столов для игры в снукер, пул, русская пирамида.

14. Характеристика шаров для бильярда.

15. Дополнительные принадлежности для игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

16. Требования к спортивной одежде игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

17. Раскройте технологию организации и материально-технического обеспечения учебно-тренировочных сборов и спортивных лагерей для занимающихся настольным теннисом.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование в индивидуально-игровых видах спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис».

Основная литература:

бадминтон

бадминтон

1. Бадминтон : пример. прогр. спортив. подгот. для ДЮСШ, СДЮШОР, УОР, ШВСМ / [авт.-сост. А.П. Горячев, А.А. Ивашин] ; Моск. гор. Федерация бадминтона. - М.: Сов. спорт, 2010. - 156 с.: табл.
2. Бадминтон: Правила игры. Рекомендации для судей / НФБР. 2008.
3. Бадминтон: Правила игры. Рекомендации для судей / НФБР. 2008.
4. Галицкий, А.В. Азбука бадминтона / Галицкий Алексей Васильевич, Марков Олег Михайлович. - М.: ФиС, 1971. - 94 с.: ил
5. Глебович, Б.В. Отбор в спортивном бадминтоне / Всероссийская федерация бадминтона. - Йошкар-Ола, 1994. - 38 с.: ил.
6. Костин, В.А. Азы бадминтона : учеб. пособие / В.А. Костин ; Федер. агентство по образованию, Моск. гос. индустр. ун-т. - М.: [Изд-во Моск. гос. индустр. ун-т], 2007. - 75 с.: ил.
7. Лифшиц, В.Я. Бадминтон / Лифшиц В.Я., Галицкий А.В. - М.: ФиС, 1984. - 176 с.
8. Лифшиц, В.Я. Бадминтон для всех / Лифшиц Владимир Яковлевич, Штильман Михаил Исаакович. - М.: ФиС, 1986. - 131 с.: ил.
9. Помыткин, В.П. Книга тренера по бадминтону: теория и практика / В.П. Помыткин. - М.: 2012
10. Рыбаков, Д.П. Основы спортивного бадминтона / Рыбаков Д.П., Штильман М.И. - М.: ФиС, 1982. - 175 с.
11. Смирнов, Ю.Н. Бадминтон : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 032100 : доп. УМО высш. учеб. заведений РФ / Ю.Н. Смирнов. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Сов. спорт, 2011. - 245 с.: табл.
12. Турманидзе, В.Г. Учимся играть в бадминтон / В.Г. Турманидзе, А.В. Турманидзе. - М.: Чистые пруды, 2009. - 32 с.
13. Щербаков, А.В. Бадминтон. Спортивная игра : учеб.-метод. пособие /А.В. Щербаков, Н.И. Щербакова. - М.: Сов. спорт, 2010. - 153 с.: ил.

бильярд

1. Гофмейстер В.И. Бильярдный спорт. Правила соревнований по бильярдному спорту + В.И. Гофмейстер. - М., Изд-во «Нива России». – 1999г., 240
2. Балин, И.В. Бильярд / И.В. Балин. - М.: Цитадель, 2000. - 415 с.: ил
3. Балин, И.В. В мире бильярда / И.В. Балин. - Ростов н/Д: Феникс, 1999. - 406 с.: ил.
4. Бильярд / авт.-сост. Г.Я. Мисуна. - М.: АСТ, 2009. - 302 с.: ил.
5. Бирн, Р. Бильярд для всех: Пул и карамболь / Бирн Р.; ред. Лошаков А.Л. - М.: Гранд-фаир, 1998. - 392 с.: ил.
5. Бирн, Р. Чудесный мир бильярда : Пул и карамболь / Бирн Роберт; ред. Лошаков А.Л. - М.: Гранд-фаир, 2000. - 329 с.: ил.
6. Готовцев, В.Л. Бильярдный спорт / Готовцев Владлен Леонидович. - Киев: Олимп. лит., 2001. - 215 с.: ил.
7. Капралов, В.А. Спортивный бильярд / Капралов Владимир Александрович. - Ростов н/Д: Феникс, 2002. - 320 с.: ил.

8. Кориолис, Г. Математическая теория явлений бильярдной игры / Пер. с фр. И. Н. Веселовского, М. М. Гернета. - М.: Ника-Пресс, 1999. - 235 с.: ил.
9. Леман, А.И. Теория бильярдной игры / Леман Анатолий Иванович. - М.: Айрис-пресс: РОЛЬФ, 2001. - 273 с.: ил.
10. Лошаков, А.Л. Азбука бильярда : Новая / А.Л. Лошаков. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Центрполиграф, [2009]. - 286 с.: ил.

настольный теннис

1. Амелин, А.Н. Настольный теннис / Амелин А.Н., Пашинин В.А. - 3-е изд., испр. и доп. - М.: ФиС, 1999. - 191 с.: ил.
2. Байгулов, Ю.П. Настольный теннис : Вчера, сегодня, завтра. - М.: ФиС, 2000. - 256 с.: ил.
3. Барчукова, Г. Настольный теннис. - М.: ФиС, 1990. - 174 с.
4. Барчукова, Г.В. Настольный теннис для всех / Г.В. Барчукова. - [Изд. 2-е, перераб. и доп.]. - М.: ФиС, 2008. - 206 с.: ил.
5. Барчукова, Г.В. Теория и методика настольного тенниса : учеб. для студентов вузов, обучающихся по спец. 022300 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Г.В. Барчукова, В.М.М. Богушас, О.В. Матыцин. - М.: Academia, 2006. - 526 с.: ил.
6. Барчукова, Г.В. Учись играть в настольный теннис / Г.В. Барчукова. - М.: Сов. спорт, 1989. - 48 с.
7. Вартамян, М.М. Беседы о настольном теннисе : методика и практика / М.М. Вартамян, В.В. Команов. - М.: 2010. - 298 с.: ил.
8. Вартамян М.М. Российская энциклопедия настольного тенниса./М.М.Вартамян: Магнитогорск: Магнитогорский Дом печати, 2014
9. Захаров, Г.С. Настольный теннис : теорет. основы. - [Ярославль]: Верх.-Волж. кн. изд-во. Иван. отд-ние, 1990. - 192 с.
10. Команов, В.В. Настольный теннис глазами тренера : практика и методика / В.В. Команов ; Федерация настол. тенниса России. - М.: [Информпечать], 2012. - 192 с.: табл.
11. Команов, В.В. Тренировочный процесс в настольном теннисе : учеб.-метод. пособие / В.В. Команов. - М.: Сов. спорт, 2014. - 391 с.: ил.
12. Легенды отечественного настольного тенниса / [авт.-сост.: Г.В. Барчукова, В.В. Команов, В.М. Марков] ; Федерация настол. тенниса России. - М.: [УП-Принт], 2010. - 255 с.: фот.
13. Настольный теннис: Правила игры, судейство и организация соревнований / ред.-сост. Барчукова Г.В. - М.: ФиС: СпортАкадемПресс, 2005. - 143 с.: табл.
14. Настольный теннис : Пример. прогр. для ДЮСШ, СДЮШОР: Доп. Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту / Гос. ком. Рос. Федерации по физ. культуре и спорту. - М.: Сов. спорт, 2004. - 143 с.: табл.
15. Правила игры, судейство и организация соревнований по настольному теннису / ред.-сост. Барчукова Галина Васильевна. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 143 с.: табл.

16. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта настольный теннис / М-во спорта РФ. - [М.]: [Сов. спорт], [2014]. - 24 с.: табл.

17. Фримерман, Э.Я. Настольный теннис / Фримерман Э.Я. - М.: Олимпия пресс, 2005. - 81 с.: ил.

Дополнительная литература:

бадминтон

1. Алексеев Н.И. Философия бадминтона. В чем современность и будущее бадминтона / Каф. физ. воспитания и ЛФК Архангел. мед. ин-та. - Архангельск, 1993. - 15 с.

2. Буркот К.Н. История бадминтона / К.Н. Буркот // Детский тренер. - 2006. - N 4. - С. 130-135.

3. Валеев Ф.Г. Повышение скоростных характеристик игры в спортивном бадминтоне с учетом лабильности нервной системы : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Валеев Фарид Габдуллович; МГАФК. - М., 1998. - 22 с.: ил.

4. Валкин Ю.М. Контроль динамики точности движений у юношей-бадминтонистов 17-19 лет / Ю.М. Валкин, С.Н. Ключникова // Теория и практика физ. культуры : тренер : журнал в журнале. - 2008. - N 2. - С. 47-48.

5. Внеурочные занятия бадминтоном в сочетании со следящими движениями подростков с последствиями церебрального паралича / Ф.Г. Бурякин [и др.] // ЛФК и массаж. - 2006. - N 11. - С. 39-45.

6. Галицкий А.В. Азбука бадминтона / Галицкий Алексей Васильевич, Марков Олег Михайлович. - М.: ФиС, 1971. - 94 с.: ил.

7. Галицкий, А.В. Доступный, как бег трусцой : Игра в бадминтон / Галицкий А.В., Лифшиц В.Я. - М.: Знание, 1987. - 96 с

8. Глебович, Б.В. Бадминтон для детей / Глебович Борис Владимирович, Постников Алексей Алексеевич. - М.: ФиС, 1968. - 160 с.: ил.

9. Голубинский, А.П. Площадка для бадминтона / Голубинский Александр Петрович. - М.: ФиС, 1968. - 11 с.: ил.

10. Григорьев, П.Н. Бадминтон - спортивная игра для всех / Григорьев Павел Николаевич. - Л.: Б. и., 1963. - 56 с.: ил.

11. Изучение и совершенствование сеточных ударов в бадминтоне : Метод. указания для студентов очной формы обучения / МарПИ. - Йошкар-Ола, 1990. - 30 с.: ил.

12. Костин В.А. Азы бадминтона : учеб. пособие / В.А. Костин ; Федер. агентство по образованию, Мос. гос. индустр. ун-т. - М.: Изд-во Моск. гос. индустр. ун-т, 2007. - 75 с.: ил.

13. Кудимова О.В. Методика оценки качества подач и нападающих ударов в бадминтоне / О.В. Кудимова // Спортивные игры в физическом воспитании и спорте : материалы междунар. науч.-практ. конф., г. Смоленск, 24-26 дек. 2002 г. / Смолен. гос. ин-т физ. культуры. - Смоленск, 2002. - С. 334-337.

14. Рыбаков Д.П. Методические рекомендации тренерам к практическим занятиям по обучению технике бадминтона. /Д.П. Рыбаков.- М.: ФиС, 1980.

бильярд

1. Железнев, В.П. 100 эффективных уроков игры на бильярде / Железнев В.П. - Изд. 2-е. - Ростов н/Д: Феникс, 2009. - 284 с.: ил.
2. Железнев, В.П. Бильярд. Секреты обучения и техники игры / В.П. Железнев. - Изд. 5-е. - Ростов н/Д: Феникс, 2008. - 283 с.: ил.
3. Лазарев В.В. Бильярд – игра разума и силы воображения. 2004. - 86 с.
4. Трибис, Е.Е. Большая книга бильярда и боулинга / Е.Е. Трибис, Л.А. Бурлуцкая, И.Е. Землянская. - М.: Вече, [2005]. - 392 с.: ил.
5. Уолл, Э. Все о бильярде и пуле : от простой разбивки до изящ. игры от бортов - буквально все, что нужно для овладения мастерской игрой / Эми Уолл, Фрэнсин Крими ; [пер.с англ. А.Г. Михайлова]. - М.: АСТ: Астрель, 2006. - 281 с.: ил.

настольный теннис

1. Амелин, А.Н. Настольный теннис / Амелин А.Н., Пашинин В.А. - 2-е изд., доп. - М.: ФиС, 1985. - 112 с.
2. Амелин, А.Н. Современный настольный теннис. - М.: ФиС, 1982. - 111 с.: ил
3. Барчукова, Г.В. Критерии отбора перспективных детей в спортивные школы настольного тенниса: монография: утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / Барчукова Г.В. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М.: [Изд-во РГУФКСМиТ], 2016. - 158 с.: ил.
4. Барчукова, Г.В. Контроль функциональной подготовленности игроков в настольный теннис : учеб. пособие для студентов специализации настол. теннис по специальности 032101.65, магистрантов и слушателей ин-та повышения квалификации / Барчукова Г.В. ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: [Принт-Центр], 2010. - 49 с.: ил., табл.
5. Барчукова, Г.В. Методика обучения основным техническим элементам игры в настольный теннис на уроках физической культуры : метод. рекомендации для учителей физ. культуры и преподавателей дополн. образования / Барчукова Г.В., Шипов Л.Н. ; Федерация настол. тенниса России [и др.]. - М.: Принт, 2007. - 35 с.: ил.
6. Барчукова, Г.В. Настольный теннис : учеб. пособие для студентов / Г.В. Барчукова, А.Н. Мизин. - М.: ТВТ Дивизион, 2008. - 187 с.: ил.
7. Барчукова, Г.В. Настольный теннис в вузе : учеб. пособие / Барчукова Галина Васильевна, Мизин Александр Николаевич; ред. Барчуков И.С. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 130 с.: ил.
8. Барчукова, Г.В. Тактика современной игры в настольный теннис : лекция для студентов ГЦОЛИФКа / Барчукова Г.В.; ГЦОЛИФК. - М., 1985. - 28 с.

9. Барчукова, Г.В. Техника игры в настольный теннис : лекция для студентов ГЦОЛИФКа: Утв. Советом ГЦОЛИФКа / Г.В. Барчукова ; Гос. центр. ордена Ленина ин-т физ. культуры. - М., 1986. - 43 с.
10. Барчукова, Г.В. Физическая культура: настольный теннис : учеб. пособие по самостоят. работе студентов дисциплин "Физ. культура" для вузов / Г.В. Барчукова, А.Н. Мизин. - М.: ТВТ Дивизион, 2015. - 310 с.: ил.
11. Журавский В.П. Настольный теннис - такая простая и сложная игра./В.П. Журавский. – Донецк: ООО «Юго-Восток, Лтд», 2007
12. Ландик В.И., Похолечук Ю.Т., Артюзов Г.Н. Методология спортивной подготовки: настольный теннис. - Из-во «НОРД_ПРЕСС», Донецк, 2005
13. Матыцин, О.В. Многолетняя подготовка юных спортсменов в настольном теннисе : учеб. пособие для вузов физ. культуры : доп. Гос. ком. по физ. культуре, спорту и туризму / О.В. Матыцин. - М.: [Теория и практика физ. культуры], 2001. - 203 с.: табл.
14. Мелентьев, А.Н. Основы техники игры в настольный теннис : метод. рекомендации для студентов и преподавателей физ. культуры / Мелентьев А.Н. ; под общ. ред. проф. Г.В. Барчуковой ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма, Каф. теории и методики индивидуал.-игровых видов спорта. - М.: Принт-Центр, 2008. - 53 с.
15. Мелентьев, А.Н. Специальная физическая подготовка игроков в настольный теннис : метод. указания для студентов и преподавателей физ. культуры / Мелентьев А.Н. ; [под общ. ред. Г.В. Барчуковой] ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма, Каф. теории и методики индивидуал.-игровых видов спорта. - М.: Принт-Центр, 2008. - 23 с.
16. Настольный теннис. Пер с кит./ Под.ред. Чжунхуйэй Ц. - М. ФиС, 1987.
17. Настольный теннис : Неизвестное об известном / Под ред. О. В. Матыцина. - М.: Б. и., [1994]. - 87 с.: ил.
18. Ормаи, Л. Современный настольный теннис : [пер. с венг.] / Ормаи Ласло. - М.: ФиС, 1985. - 175 с.: ил.
19. Серова Л.К. Умей владеть ракеткой / Сост. А.М.Кондратов. – Л.: Лениздат, 1989
20. Худец Настольный теннис. Техника с Владимиром Самсоновым / пер. с англ. Белозеров О. – М.: ВистаСпорт, 2005.

Медиотека кафедры ТиМ индивидуально-игровых видов спорта и РГУФКСМиТ (учебно-информационные видео фильмы, видеозаписи с Универсиад, Кубков мира, чемпионатов мира и Олимпийских зимних игр).
Справочно-информационные сайты:

а) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине «Спортивно-

педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

Справочно-информационные сайты:

<http://www.ittf.com>

<http://www.www.fntr.ru>

<http://www.sportedu.ru>

<http://pgks.sportedu.ru/content/resurs-ttonmediothek-na-youtubecom>

<http://www.youtube.com/ttonmediothek>

<http://tablettennis.hobby.ru>

<http://www.russtt.ru>

www.russianbowling.ru ,

www.etbf.eu ,

www.worldtenpinbowling.com ,

www.bowl.com ,

www.fiq.org ,

www.bowling.ru.

<http://www.badm.ru>

<http://www.badminton.ru>

<http://www.badmintonik.ru>

<http://www.nano-sport.ru>

–программное обеспечение дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис»:

–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 (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 «Руконт» 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 «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование в индивидуально-игровых видах спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис».

1.Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

2.Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

3.Специализированный зал настольного тенниса

4.Специализированный зал бадминтона

5.Специализированный бал бильярдного спорта

6.Стол настольного тенниса, ракетки и сетки для настольного тенниса

7.Бильярдные столы: для русского бильярда, пула, снукера

8.Кии и шары для бильярдного спорта

9.Сетки для настольного тенниса и бадминтона

10.Научная аппаратура:

11.многофункциональный секундомер

12.Цифровая видеокамера

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «*Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис*» для обучающихся *Института спорта и физического воспитания* 1 курса, 2 группы *направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной и заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта.

Сроки изучения дисциплины: 1 и 2 семестры

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачет 2 семестр*

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) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Тесты по теме: «Техника безопасности во время проведения занятий по избранному виду спорта»	2 неделя	10
2	Реферат по теме: «Техника безопасности во время проведения занятий по избранному виду спорта»	3 неделя	10
3	Сообщение по теме: «Техника безопасности во время проведения занятий по избранному виду спорта»	6 неделя	10
4	Коллоквиум по теме: «Организация процесса обучения в избранном виде спорта»	7 неделя	5
5	Реферат по теме: «Организация процесса обучения в избранном виде спорта»	8 неделя	10
6	Разноуровневые задания по теме: «Организация процесса обучения в избранном виде спорта»	10 неделя	10
7	Тест по теме: «Материально-техническое обеспечение занятий по избранному виду спорта»	12 неделя	10

8	Реферат по теме: «Материально-техническое обеспечение занятий по избранному виду спорта»	14 неделя	5
9	Ролевая игра по теме: «Материально-техническое обеспечение занятий по избранному виду спорта»	16 неделя	10
10	Посещение занятий	В течение семестра	20
11	ИТОГО		100 баллов

2 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения ²	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа на тему: «Использование занятий избранным видом спорта для оздоровления взрослого населения»	24 неделя	10
2	Подготовка реферата по теме: «Использование занятий избранным видом спорта для оздоровления взрослого населения»	25 неделя	10
3	Подготовка творческого задания по теме: «Использование занятий избранным видом спорта для оздоровления взрослого населения»	27неделя	5
4	Коллоквиум по теме: «Организация и проведения разминки в избранном виде спорт»	29 неделя	5
5	Подготовка реферата по теме: «Организация и проведения разминки в избранном виде спорт»	31 неделя	10
6	Подготовка конспекта и проведение разминки по заданию преподавателя.	35 неделя	10
7	Сдача контрольных нормативов	42 неделя	10
8	Посещение занятий	В течение семестра	10
9	Дифференцированный зачет		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Тесты по теме: «Техника безопасности во время проведения занятий по избранному виду спорта»	10
2	Реферат по теме: «Организация процесса обучения в избранном виде спорта»	10
3	Подготовка конспекта разминки в избранном виде спорта	5
4	Тест по теме: «Материально-техническое обеспечение занятий по	5

² Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	избранному виду спорта»	
5	Подготовка реферата по теме: «Использование занятий избранным видом спорта для оздоровления взрослого населения»	10
6	Сдача контрольных нормативов	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала 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 «*Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис*» для обучающихся *Института спорта и физического воспитания* 2 курса, 2 группы направления подготовки 49.03.01 «*Физическая культура*», профиль «*Спортивная подготовка в избранном виде спорта*» очной и заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта.

Сроки изучения дисциплины: 3 и 4 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен, 4 семестр.

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) ³	Максимальное кол-во баллов
1	Тесты по теме: «Основные средства и методы тренировки, классификация и методика их применения»	2 неделя	10
2	Реферат по теме: «Основные средства и методы тренировки, классификация и методика их применения»	3 неделя	10
3	Кейс задача по теме: «Основные средства и методы тренировки, классификация и методика их применения»	6 неделя	10
4	Коллоквиум по теме: «Требования к специальной работоспособности в избранном виде спорта»	7 неделя	5
5	Реферат по теме: «Требования к специальной работоспособности в избранном виде спорта»	8 неделя	10
6	Эссе по теме: «Требования к специальной работоспособности в избранном виде спорта»	10 неделя	10
7	Тест по теме: «Закрепление навыков организации и проведения соревнований в избранном виде спорта»	12 неделя	10
8	Реферат по теме: «Закрепление навыков организации и проведения соревнований в избранном виде спорта»	14 неделя	5

9	Эссе по теме: «Закрепление навыков организации и проведения соревнований в избранном виде спорта»	16 неделя	10
10	Посещение занятий	В течение семестра	20
11	ИТОГО		100 баллов

4 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения⁴	Максимальное кол-во баллов
1	Коллоквиум по теме: «Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта»	24 неделя	10
2	Подготовка реферата по теме: «Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта»	25 неделя	10
3	Решение разноуровневых заданий по теме: Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта»	27неделя	10
4	Контрольная работа по теме: «Использование занятий избранным видом спорта для оздоровительной работы с детьми»	29 неделя	5
5	Подготовка реферата по теме: «Использование занятий избранным видом спорта для оздоровительной работы с детьми»	31 неделя	10
6	Творческое задание по теме: «Использование занятий избранным видом спорта для оздоровительной работы с детьми»	35 неделя	5
7	Сдача контрольных нормативов	42 неделя	10
8	Посещение занятий	В течение семестра	10
9	Дифференцированный зачет		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Тесты по теме: «Основные средства и методы тренировки, классификация и методика их применения»	10
2	Реферат по теме: «Требования к специальной работоспособности в избранном виде спорта»	10
3	Реферат по теме: «Закрепление навыков организации и проведения соревнований в избранном виде спорта»	5

⁴ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

4	Творческое задание по теме: «Использование занятий избранным видом спорта для оздоровительной работы с детьми»	5
5	Подготовка реферата по теме: «Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта»	10
6	Сдача контрольных нормативов	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала 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 «*Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис*» для обучающихся *Института спорта и физического воспитания* 3 курса, 2 группы направления подготовки *49.03.01 «Физическая культура»*, профиль «*Спортивная подготовка*» очной и заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта.

Сроки изучения дисциплины: 6 и 7 семестры

Форма промежуточной аттестации: *экзамен 7 семестр.*

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

6 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ⁵	Максимальное кол-во баллов
1	Тесты по теме: «Основы теории и методики избранного вида спорта»	<i>2 неделя</i>	<i>10</i>
2	Реферат по теме: «Основы теории и методики избранного вида спорта»	<i>3 неделя</i>	<i>10</i>
3	Сообщение по теме: «Основы теории и методики избранного вида спорта»	<i>6 неделя</i>	<i>10</i>
4	Коллоквиум по теме: «Основы методики обучения избранному виду спорта»	<i>7 неделя</i>	<i>5</i>
5	Реферат по теме: «Основы методики обучения избранному виду спорта»	<i>8 неделя</i>	<i>10</i>
6	Разноуровневые задания по теме: «Основы методики обучения избранному виду спорта»	<i>10 неделя</i>	<i>10</i>
7	Тест по теме: «Виды подготовки в теории и методики избранного вида спорта»	<i>12 неделя</i>	<i>10</i>
8	Реферат по теме: «Виды подготовки в теории и методики избранного вида спорта»	<i>14 неделя</i>	<i>5</i>
9	Эссе по теме: «Виды подготовки в теории и методики избранного вида спорта»	<i>16 неделя</i>	<i>10</i>
10	Посещение занятий	<i>В течение семестра</i>	<i>20</i>
11	ИТОГО		100 баллов

7 семестр

№	<i>Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости</i>	<i>Сроки проведения на очной форме обучения⁶</i>	<i>Максимальное кол-во баллов</i>
1	Тесты по теме: «Основы теории и методика избранного вида спорта»	<i>24 неделя</i>	<i>10</i>
2	Подготовка реферата по теме: «Техника избранного вида спорта»	<i>25 неделя</i>	<i>10</i>
3	Разноуровневые задания по теме: «Техника избранного вида спорта»	<i>27неделя</i>	<i>5</i>
4	Коллоквиум по теме: «Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта»	<i>29 неделя</i>	<i>5</i>
5	Подготовка реферата по теме: «Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта»	<i>31 неделя</i>	<i>10</i>
6	Выполнение заданий по теме: «Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта»	<i>35 неделя</i>	<i>10</i>
7	Сдача контрольных нормативов	<i>42 неделя</i>	<i>10</i>
8	Посещение занятий	<i>В течение семестра</i>	<i>10</i>
9	<i>Дифференцированный зачет</i>		<i>30</i>
	<i>ИТОГО</i>		<i>100 баллов</i>

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Тесты по теме: «Основные средства и методы тренировки, классификация и методика их применения»	<i>10</i>
2	Реферат по теме: «Основы методики обучения избранному виду спорта»	<i>5</i>
3	Реферат по теме: «Виды подготовки в теории и методике избранного вида спорта»	<i>10</i>
4	Провести биомеханический анализ техники выполнения двигательных действий избранного вида спорта, обосновать рациональный способ выполнения движения, выявить характерные ошибки.	<i>5</i>
5	Подготовка реферата по теме: «Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта»	<i>10</i>
6	Сдача контрольных нормативов	<i>10</i>

⁶ 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 «*Спортивно-педагогическое совершенствование бадминтон, бильярд, настольный теннис*» для обучающихся *Института спорта и физического воспитания* 4 курса, 2 группы *направление подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Спортивная подготовка» очной и заочной форм обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта.

Сроки изучения дисциплины: 7 и 8 семестры

Форма промежуточной аттестации: *экзамен 8 семестр.*

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) ⁷	Максимальное кол-во баллов
1	Тесты по теме: «Контроль в подготовке спортсменов индивидуально-игровых видов спорта»	2 неделя	10
2	Реферат по теме: «Контроль в подготовке спортсменов индивидуально-игровых видов спорта»	3 неделя	10
3	Сообщение по теме: «Контроль в подготовке спортсменов индивидуально-игровых видов спорта»	6 неделя	10
4	Контрольная работа по теме: «Система отбора в индивидуально-игровых видах спорта»	7 неделя	5
5	Реферат по теме: «Система отбора в индивидуально-игровых видах спорта»	8 неделя	10
6	Сообщение по теме: «Система отбора в индивидуально-игровых видах спорта»	10 неделя	10
7	Тест по теме: «Психологическая подготовка в индивидуально-игровых видах спорта»	12 неделя	10
8	Реферат по теме: «Психологическая подготовка в индивидуально-игровых видах спорта»	14 неделя	5
9	Эссе по теме: «Психологическая подготовка в индивидуально-игровых видах спорта»	16 неделя	10
10	Посещение занятий	В течение семестра	20
11	ИТОГО		100 баллов

8 семестр

№	<i>Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости</i>	<i>Сроки проведения на очной форме обучения⁸</i>	<i>Максимальное кол-во баллов</i>
1	Контрольная работа по теме: «Система планирования в индивидуально-игровых видах спорта»	<i>24 неделя</i>	<i>10</i>
2	Подготовка реферата по теме: «Система планирования в индивидуально-игровых видах спорта»	<i>25 неделя</i>	<i>10</i>
3	Разноуровневые задания по теме: «Система планирования в индивидуально-игровых видах спорта»	<i>27неделя</i>	<i>5</i>
4	Коллоквиум по теме: «Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта»	<i>29 неделя</i>	<i>5</i>
5	Подготовка реферата по теме: «Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта»	<i>31 неделя</i>	<i>10</i>
6	Выполнение заданий по теме: «Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта»	<i>35 неделя</i>	<i>10</i>
7	Сдача контрольных нормативов	<i>42 неделя</i>	<i>10</i>
8	Посещение занятий	<i>В течение семестра</i>	<i>10</i>
9	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Тесты по теме: «Контроль в подготовке спортсменов индивидуально-игровых видов спорта»	<i>10</i>
2	Реферат по теме: «Система отбора в индивидуально-игровых видах спорта»	<i>10</i>
3	Реферат по теме: «Психологическая подготовка в индивидуально-игровых видах спорта»	<i>5</i>
4	Составить план тренировки в избранном виде спорта на неделю, месяц и год в зависимости от заданных условий.	<i>5</i>
5	Подготовка реферата по теме: «Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта»	<i>10</i>
6	Сдача контрольных нормативов	<i>10</i>

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)».

⁸ 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

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

**«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон,
бильярд, настольный теннис»**
(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 и заочная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис» составляет **20 зачетных единиц** для очной формы обучения и **20 зачетных единиц** для заочной формы обучения.

2.Семестры освоения дисциплины «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис»: 1,2,3,4,5,6,7,8.

3.Цель освоения дисциплины «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис»

Цель освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис» является: подготовить высококвалифицированного бакалавра, 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 настольному теннису в коллективах физкультуры, ДЮСШ, спортивных интернатах и т.п., с контингентом занимающихся от новичков до массовых спортивных разрядов

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине: «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис»

- Способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2).

- Способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3).

- Способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5).

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

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

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

- Способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (ПК-14).

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

5.Краткое содержание дисциплины: «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование: бадминтон, бильярд, настольный теннис»

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. Профессионально-педагогическое мастерство тренера в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1, 2, 3, 4		8	51		
2	Раздел 2. Методика воспитания и совершенствования общих и специальных двигательных и психических качеств игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1-2, 3-4, 5-6, 7-8		12	140		
3	Раздел 3. Изучение и совершенствование стратегии, техники и тактики игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1-2, 3-4, 5-6, 7-8		24	150		
4	Раздел 4. Управление динамикой подготовленности спортсменов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе в годичном и многолетнем циклах	1-2, 3-4, 5-6, 7-8		20	100		
5	Раздел 5. Методика применения	1-2		8	50		

	индивидуально-игровых видов спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе в физкультурно-оздоровительной деятельности	3-4 5-6 7-8					
6	Раздел 6. Планирование, организация и методика проведения и судейства соревнований в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1-2 3-4 5-6 7-8		10	70		
7	Раздел 7. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1-2 3-4 5-6 7-8		8	60		
Итого часов:				90	621	9	экзамен
Всего				720			экзамен

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. Профессионально-педагогическое мастерство тренера в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1-2 3-4 5-6 7-8		30	69		
2	Раздел 2. Методика воспитания и совершенствования общих и специальных двигательных и психических качеств игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1-2 3-4 5-6 7-8		40	100		
3	Раздел 3. Изучение и совершенствование стратегии, техники и тактики игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1-2 3-4 5-6 7-8		40	100		
4	Раздел 4. Управление динамикой подготовленности спортсменов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе в годичном и многолетнем циклах	1-2 3-4 5-6 7-8		40	90		
5	Раздел 5. Методика применения	1-2		36	40		

	индивидуально-игровых видов спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе в физкультурно-оздоровительной деятельности	3-4 5-6 7-8					
6	Раздел 6. Планирование, организация и методика проведения и судейства соревнований в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1-2 3-4 5-6 7-8		36	40		
7	Раздел 7. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1-2 3-4 5-6 7-8		10	40		
Итого часов:				232	479	9	экзамен
Всего				720			экзамен

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 баскетбола

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование»
(баскетбол)**

(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 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 9 от «27» 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.

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:

Лаптев Сергей Олегович, старший преподаватель кафедры ТИМ баскетбола.

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины (модуля) **«Спортивно-педагогическое совершенствование»** – формирование и совершенствование профессиональных знаний, умений, навыков, развитие физических и психических качеств студентов, необходимых для их будущей профессиональной деятельности; обеспечение освоения учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), училищах олимпийского резерва (УОР), и средних специальных учебных заведениях, владеющих теоретическими знаниями научных достижений в нашей стране и за рубежом и умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации, Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата.

Курс «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)» является органичным дополнением к освоению основных разделов дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)» и направлен на формирование, совершенствование и развитие профессиональных знаний, умений, навыков, развитие физических и психических качеств студентов, необходимых для их будущей профессиональной деятельности.

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)» относится к профессиональному циклу вариативной части по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», по профилю «Спортивная подготовка».

Программный материал дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)» опирается в целом на информацию, полученную студентами в результате освоения других предметов учебного плана вуза, что даёт возможность выстроить программу на основе междисциплинарных связей. Освоение курса «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)», главным образом, связано с изучением дисциплин медико-биологического (анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, спортивная медицина и др.) и психолого-педагогического (история, социология, педагогика, психология и др.) циклов.

В своей основе дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)» предусматривает практическую подготовку к различным видам профессиональной деятельности выпускника: тренерской, педагогической, организационно-управленческой, научно-исследовательской, рекреационной, реабилитационной и т.д. В программе определён перечень тем, обязательных преимущественно для формирования и совершенствования профессиональных умений и навыков, необходимых в будущей практической деятельности выпускника.

В течение четырёх лет обучения студенты обязаны совершенствовать индивидуальную физическую и техническую подготовку, как стержневой компонент профессиональной подготовки, а также командную тактическую систему подготовки.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-2	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – - основные требования к проведению занятий по баскетболу – <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – - проводить учебные занятия по баскетболу с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов 			2
ОПК-3	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – средства и методы обучения техники баскетбола; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся в группах начальной подготовки; – требований стандартов спортивной подготовки в баскетболе к проведению занятий с данным контингентом. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической 			4

ОПК-5	<p>культуры и спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в баскетболе с учетом особенностей занимающихся в группах начальной подготовки и требований образовательных стандартов по баскетболу. 			
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы теории и методики физической культуры и спорта; – принципы и методы обучения в технике перемещений, передач мяча и ведении; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки баскетболистов; – требования стандартов спортивной подготовки в баскетболе 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 баскетболе с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов. 			
	<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 баскетболе.</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; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в баскетболе с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов. 			
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы разностороннего развития занимающихся средствами баскетбола и принципов построения занятий по баскетболу оздоровительной направленности 			1
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе подготовки спортсменов в баскетболе; – особенности протекания восстановления при занятиях различными видами баскетбола. 			8

	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – подбирать восстановительные средства, используемые после тренировочных нагрузок в технических видах баскетбола; использовать восстановительные средства, при повышенных тренировочных нагрузках в циклических видах баскетбола. 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – планированием восстановительных мероприятий в тренировочном процессе баскетболистов 			
ОПК-8	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – современные интерпретации новых правил по баскетболу согласно Регламенту FIBA; – судейскую терминологию при проведении соревнований по видам баскетбола; – основные требования к оборудованию и личному инвентарю участников соревнований. 			1
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – правила соревнований по баскетболу; – 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
	<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 			
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 баскетболе; – современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 			6
	<p><i>Уметь:</i></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; <p>использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в баскетболе.</p>			
ПК-11	<p><i>Знать:</i></p> <p>теоретические основы программирования процесса обучения в баскетболе</p>			3
	<p><i>Уметь:</i></p>			

	– составлять обучающие программы по видам баскетбола			
	<i>Уметь:</i> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по видам баскетбола в соответствии с тренировочным этапом многолетней подготовки баскетболистов			6
	<i>Уметь:</i> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по видам баскетбола в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства баскетболистов			7
ПК-14	<i>Знать:</i> – основы теории и методики спортивной тренировки в баскетболе; – средства и методы физической, технической и тактической подготовки в баскетболе			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			

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

4.1 Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц, экзамены – 9 часов, аудиторных занятий – 90 часов, самостоятельная работа студентов – 621 час.

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 «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
I курс	Всего:126 часов (3,5 зачетных единицы)	2		10	116		
1.1	Модуль 1 (1,5 зачетных единицы - 54 часа) «Основные физические качества баскетболистов»			6	48		
1.2	Модуль 2 (1 зачетная единица - 36 часов) «Техника нападения. Методика обучения»			2	34		
1.3	Модуль 3 (1 зачетная единица – 36 часов) «Техника защиты. Методика обучения»			2	34		Зачет
Всего за I курс: 126 часов (3,5 зачетных единиц)				10	116		
II курс	Всего: 50 часов (1 зачетная единица)	3		10	40		
1.4	Модуль 4 (1 зачетная единица) «Тактика нападения (индивидуальные и групповые действия)»			10	40		

II курс	Всего: 94 часа (3 зачетных единицы)	4		10	75		
1.5	Модуль 5 (2 зачетных единицы) «Тактика защиты (индивидуальные и групповые действия)»			10	48		
1.6	Модуль 6 (1 зачетная единица) «Семестровый зачет для студентов второго курса						Зачет
Всего за II курс: 144 часа (4 зачетных единицы)				20	115		
III курс	Всего: 50 часов (1 зачетная единица)	5		10	40		
1.7	Модуль 7 (0,5 зачетных единицы) «Основы развития физических качеств баскетболиста»			5	20		
1.8	Модуль 8 (0,5 зачетных единицы) «Организация и проведение соревнований»			5	20		
III курс	Всего: 94 часа (3 зачетных единицы)	6		10	75		
1.9	Модуль 9 (2 зачетных единицы) «Организация и проведение соревнований»			10	48		
2.0	Модуль 10 «Семестровый зачет для студентов третьего курса»				27		Зачет
Всего за III курс: 144 часа (4 зачетных единицы)				20	75		
IV курс	Всего: 80 часов (2 зачетных единицы)	7		10	70		
2.1	Модуль 11 (2 зачетных единицы) «Современные средства и методы совершенствования техники игры в баскетбол»			10	70		
IV курс	Всего: 64 часа (2 зачетных единицы)	8		4	51		

3.5	Модуль 12 (1 зачетная единица) «Современные средства и методы совершенствования тактики игры в баскетбол»			4	24		
3.6	Модуль 13 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый зачет для студентов четвертого курса»						Зачет
Всего за IV курс: 144 часа (4 зачетных единицы)				14	121		
V курс	Всего: 80 часов (2 зачетных единицы)	9		10	70		
3.7	Модуль 14 «Управление подготовкой баскетболистов. Методические приемы совершенствования игровой подготовки»			4	20		
3.8	Модуль 15 «Контроль за динамикой нагрузок баскетболистов»			2	15		
3.9	Модуль 16 «Современное состояние НМО подготовки баскетболистов»			2	15		
4.0	Модуль 17 «Изучение методик комплексного контроля»			2	20		
V курс	Всего: 82 часа (2 зачетных единицы)	10		10	63	9	Экзамен
4.1	Модуль 18 «Структура и содержание многолетней подготовки баскетболистов»			10	36		
4.2	Модуль 19 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»				27	9	
Всего за V курс: 162 часа (4,5 зачетных единицы)				20	133	9	

Всего за курс: 720 часов		90	621	9	
---------------------------------	--	-----------	------------	----------	--

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

1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)»

1.1. 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))

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

1.2.1. Содержание экзаменационных требований для студентов во IV семестре заочной формы обучения:

1. Баскетбол в Российской системе физического воспитания, его наиболее характерные особенности.
2. Характеристика физического качества сила, средства и методы ее развития в баскетболе.
3. Классификация техники баскетбола (принципиальная схема с конкретным примером).
4. Общая характеристика методики обучения в баскетболе.
5. Значение передач в современном баскетболе, анализ техники передач, выполняемых на месте.
6. Взаимосвязь правил игры в баскетбол с развитием техники и тактики баскетбола.
7. История возникновения баскетбола и развитие игры в России и в мире.
8. Значение физической подготовки баскетболиста и ее характеристика.
9. Характеристика и анализ техники передач, выполняемых в движении.
10. Особенности современной техники баскетбола и ее значение в повышении спортивного мастерства баскетболистов.
11. Броски мяча в движении, методика обучения этим приемам.
12. Анализ итогов чемпионата Единой Лиги ВТБ.
13. Характеристика физического качества быстрота, средства и методы ее развития в баскетболе.
14. Структура, организация и содержание занятия (на примере баскетбола).
15. Характеристика методов организации занимающихся, используемых в баскетболе.
16. Анализ техники ловли и передачи мяча в движении.

17. Характеристика современного состояния баскетбола и тенденции развития.
18. Классификация и характеристика индивидуальных тактических действий игрока с мячом и без мяча.
19. Характеристика физического качества выносливость, средства и методы развития в баскетболе.
20. Классификация бросков мяча в баскетболе, тенденции развития техники бросков.
21. Содержание принципа активности и сознательности в баскетболе, основные пути их реализации в учебном процессе.
22. Классификация бросков мяча в баскетболе, тенденции развития техники бросков.
23. Методика ведения протокола игры и технического отчета.
24. Баскетбол в дореволюционной России, организация соревнований, методические основы.
25. Характеристика физического качества ловкость, средства и методы развития в баскетболе.
26. Структурный анализ техники броска в прыжке и методика обучения этому приему.
27. Содержание принципа доступности и индивидуализации, методические пути реализации его в баскетболе.
28. Характеристика физического качества гибкость, средства и методы ее развития в баскетболе.
29. Характеристика и структурный анализ техники броска одной рукой в движении.
30. Классификация тактики игры в баскетбол.
31. Анализ техники ведения мяча в баскетболе.
32. Правила игры в баскетболе, их эволюция.
33. Содержание принципа наглядности. Его значение и методические пути реализации в баскетболе.
34. Взаимосвязь физической и тактической подготовки баскетболистов.
35. Классификация техники передвижений в защите и нападении, тенденции развития техники передвижений.
36. Классификация и характеристика индивидуальных тактических действий игрока без мяча.
37. Педагогический контроль уровня развития физических качеств (характеристика тестов, методика тестирования).
38. Классификация техники противодействия и овладения мячом, тенденции развития.

39. Особенности проявлений физических качеств, обеспечивающих выполнение бросков мяча в баскетболе.
40. Анализ техники выбивания и вырывания мяча. Методика обучения этим приемам.
41. Оборудование и инвентарь баскетбольных залов.
42. История развития баскетбола в период 1928-1941гг.
43. Характеристика и анализ техники перехвата мяча в баскетболе. Методика обучения этому приему.
44. Обучение общеразвивающим упражнениям в баскетболе (на примере подготовительной части занятия).
45. История развития баскетбола в период 1941-1970гг.
46. Особенности проявления физических качеств в баскетболе.
47. Анализ техники поворотов. Методика обучения.
48. Классификация техники защиты в баскетболе.
49. Участия российских баскетболистов в Олимпийских играх (женщины, мужчины).
50. Характеристика научно-исследовательской работы в баскетболе, ее значение для теории и методики баскетбола.
51. Классификация техники нападения в баскетболе.
52. Определение понятия «техника игры». Значение техники и технической подготовки в общей системе подготовки баскетболистов.
53. Основные ошибки при выполнении передач, педагогические приемы исправление ошибок.
54. Последовательность в изучении приемов техники баскетбола.
55. Характеристика и анализ овладения мячом, при взятии отскока. Методика обучения.
56. История участия российских баскетболистов в Чемпионатах Европы (женщины, мужчины).
57. Анализ контрольных упражнений по специальной физической подготовке баскетболиста.
58. Характеристика и анализ техники накрывания и отбивания мяча. Методика обучения этим приемам.
59. История участия российских баскетболистов в Чемпионатах Мира (женщины, мужчины).
60. Характеристика игры в баскетбол и ее влияние на уровень подготовленности баскетболистов.

61. Требования к местам занятий, оборудованию и инвентарю по баскетболу.
62. Дать определение основным понятиям: техника, тактика, стратегия, классификация, всем физическим качествам.
63. Характеристика способов выхода игрока без мяча на свободное место. Методика обучения.
64. Методика и организация работы секретариата на соревнованиях по баскетболу.
65. Характеристика целостного и расчлененного методов обучения в баскетболе (привести примеры обучения техники).
66. Классификация техники передвижений. Методика обучения приставному шагу.
67. Способы действий против игрока с мячом и без мяча.
68. Структура занятия, задачи, организация, содержание, выбор средств и методов.
69. Методика овладения мячом, отскочившим от щита (с места, с разбега)
70. Характеристика средств и методов развития физического качества сила.
71. Анализ современного состояния баскетбола в России и в мире (по материалам различных источников информации).
72. Анализ техники штрафного броска. Методика исправления ошибок.
73. Конспект занятия. Методика записи упражнения в конспекте занятия.
74. Характеристика групповых действий в нападении и защите.
75. Классификация тактики нападения.

1.2.2. Содержание экзаменационных требований для студентов во VI семестре заочной формы обучения:

1. Тактика игры в баскетбол. Средства, способы и формы ведения игры.
2. Методы тестирования специальной физической и технической подготовленности баскетболистов. Характеристика, задачи, способы измерения результатов.
3. Физическая подготовка баскетболистов. Значение, средства и методы.
4. Метод обследования соревновательной деятельности баскетболистов. Привести примеры.
5. Классификация тактики защиты.
6. Виды спортивной тренировки в баскетболе. Характеристика.
7. Характеристика методов обследования физической подготовленности баскетболистов.
8. Техническая подготовка баскетболистов. Значение, средства и методы.
9. Распределение игроков по функциям. Требование к игрокам различных функций, их характеристика в игровой деятельности.
10. Круговой способ розыгрыша. Характеристика. Примеры использования в

современной соревновательной деятельности.

11. Характеристика стадий и этапов многолетней подготовки баскетболистов.
12. Соревнования в баскетболе. Место в многолетней и круглогодичной подготовке баскетболистов.
13. Психологическая подготовка баскетболистов. Место в практике подготовки команд, средства, методы.
14. Проведение соревнований по баскетболу. Примеры современной практики.
15. Положение о соревнованиях. Основные разделы и их назначение.
16. Классификация средств, используемых в подготовке баскетболистов. Характеристика. Примеры использования на практике.
17. Педагогические наблюдения и хронометраж игровой деятельности в баскетболе. Назначение, способы регистрации, примеры.
18. Командные действия баскетболистов в нападении. Классификация, виды и способы нападения.
19. Взаимосвязь современных правил игры в баскетбол с технико-тактической подготовкой баскетболистов.
20. Командные действия баскетболистов в защите. Классификация, виды и способы защиты.
21. Требования к специальной подготовленности нападающих в различных системах нападения в баскетболе.
22. Характеристика системы проведения чемпионата Мира по баскетболу.
23. Характеристика методов подготовки баскетболистов.
24. Система быстрого прорыва. Характеристика фаз, методика обучения.
25. Травматизм в баскетболе, локализация травм, причины получения.
26. Факторы, определяющие эффективность быстрого прорыва.
27. Характеристика главных соревнований для национальных сборных команд РФ по баскетболу в Олимпийском цикле.
28. Стремительное нападение. Задачи, способы, варианты.
29. Характеристика современного состояния баскетбола и тенденций его развития.
30. Позиционное нападение. Классификация, способы, варианты, комбинации.
31. Требования к специальной подготовленности игроков задней линии при использовании быстрого прорыва.
32. Профилактика травматизма в процессе занятий баскетболом(особенности построения занятий, подбора средств, разминка, восстановительные мероприятия).

33. Методика ведения протокола игры.
34. Составления положения о соревнованиях.
35. Анализ протоколов педагогических наблюдений, проводимых студентом в учебном году.
36. Характеристика методов подготовки баскетболистов.
37. Педагогическое тестирование подготовленности баскетболистов. Задачи, характеристика, способы измерения результатов.
38. Характеристика методов исследования, используемых в баскетболе.
39. Личная защита в баскетболе. Характеристика, методика обучения.
40. Структура и содержание годичного цикла подготовки баскетболистов высокой квалификации.
41. Задачи, средства и методы подготовки баскетболистов в различные возрастные периоды.
42. Система соревнований в баскетболе для команд высокой квалификации.
43. Характеристика главных соревнований и способов их розыгрыша, проводимых ФИБА.
44. Особенности средств и методов спортивной тренировки баскетболистов в подготовительном периоде годичного цикла.
45. Психологическая подготовка в процессе занятий баскетболом. Средства и методы психологической подготовки.
46. Система планирования в подготовке баскетболистов. Документация перспективного, текущего и оперативного планирования.
47. Факторы, определяющие эффективность быстрого прорыва в баскетболе. Методика обучения и совершенствования.
48. Распределение тренировочных нагрузок по зонам интенсивности в баскетболе.
49. Особенности подготовки юных баскетболистов в группах начальной подготовки ДЮСШ.
50. Анализ структуры и содержания Программы для ДЮСШ и СДЮШОР по баскетболу.
51. Методика судейства в баскетболе.
52. Педагогическое тестирование в системе подготовки баскетболистов. Основные требования и система обработки результатов тестирования.
53. Нововведения в правила и методику судейства соревнований по баскетболу в последние годы в России и в мире.
54. Характеристика тренировочных и соревновательных нагрузок в баскетболе.

Основные показатели и контроль нагрузок.

55. Характеристика научно-исследовательской работы в области баскетбола. Требования к научным работам и основные методы ведения исследования.
56. Тактика игры в баскетбол. Классификация и характеристика индивидуальных, групповых и командных тактических действий в современном баскетболе.
57. Модельные характеристики соревновательной деятельности высококвалифицированных баскетболистов разного игрового амплуа.
58. Травматизм в баскетболе. Локализация травм, профилактика травматизма и реабилитация.
59. Современные подходы и основные элементы организации круговой тренировки при совершенствовании спортивного мастерства баскетболистов.
60. Взаимосвязь физической и технической подготовки баскетболистов в процессе обучения и тренировки баскетболистов разного возраста.
61. Отбор в баскетболе. Характеристика организации и методики отбора. Требования к комплектованию команд на различных этапах подготовки.
62. Характеристика активных форм ведения игры в защите в современном баскетболе. Варианты прессинга. Факторы, обеспечивающие эффективность активных форм защитных действий.
63. Задачи, средства и методы тактической подготовки баскетболистов в годичном цикле.
64. Игровая подготовка баскетболистов, ее специфика в структуре годичного цикла.
65. Особенности организации и системы проведения соревнований баскетболистов разного возраста и квалификации.
66. Задачи, средства и методы подготовки баскетболистов в соревновательном периоде годичного цикла.
67. Психологическая подготовка баскетболистов Средства и методы психологической подготовки.
68. Построение многолетней подготовки баскетболистов.
69. Физическая культура в общеобразовательной школе. Взаимосвязь урочных, внеклассных и внешкольных форм занятий по физической культуре.
70. Занятия физической культурой как средство воспитания личностных качеств учащихся.
71. Современное тактическое построение нападения против личного прессинга: варианты, структура, анализ.

72. Материально-техническое обеспечение подготовки баскетболистов.

1.2.3. Содержание экзаменационных требований для студентов во VIII семестре заочной формы обучения:

1. Современное состояние и перспективы развития баскетбола в России и в мире.
2. Тактика современного баскетбола. Факторы, влияющие на выбор тактики и тактическую подготовку.
3. Итоги международных соревнований по баскетболу в текущем году, характеристика ведущих команд (муж., жен.).
4. Организационно-управленческие факторы подготовки баскетболистов высокой квалификации.
5. Планирование объемов и интенсивности нагрузок по периодам и этапам годового цикла.
6. Пульсометрия - метод определения интенсивности нагрузок в баскетболе, зоны интенсивности.
7. Управление физкультурным и спортивным движением в России (государственные и общественные органы управления, их структура, функции и механизмы взаимодействия). Требования к комплектованию команд на различных этапах подготовки. Обоснование избранной темы выпускной квалификационной работы. Задачи, методы, основные результаты.
8. Структура и содержание годового цикла подготовки высококвалифицированных баскетболистов.
9. Характеристика "внешней" и "внутренней" нагрузки в спортивной тренировке баскетболистов.
10. Характеристика современного спортивного инвентаря и оборудования баскетбольных залов.
11. Тренировочные и соревновательные нагрузки баскетболистов высокой квалификации и их регулирование.
12. Инновации в методике судейства соревнований по баскетболу.
13. Система восстановления в подготовке баскетболистов высокой квалификации.
14. Характеристика средств спортивной тренировки баскетболистов.
15. Педагогический анализ тренировочного занятия по баскетболу.
16. Планирование спортивной тренировки баскетболистов, их виды.
17. Психологические средства восстановления баскетболистов.
18. Характеристика методов подготовки баскетболистов на различных этапах годового цикла

19. Система контроля в подготовке баскетболистов высокой квалификации.
20. Круговая тренировка в баскетболе.
21. Моделирование в системе подготовке баскетболистов.
22. Особенности методов спортивной тренировки в подготовительном периоде годичного макроцикла.
23. Характеристика современных методов исследования подготовленности баскетболистов.
24. Материально-техническое обеспечение подготовки баскетболистов.
25. Построение и содержание предсоревновательного этапа подготовительного периода подготовки баскетболистов.
26. Характеристика методов воспитания физических качеств баскетболистов.
27. Педагогический контроль процесса спортивной тренировки баскетболистов.
28. Управление командой баскетболистов в процессе соревнований.
29. Соотношение средств различных видов подготовки баскетболистов в годичном цикле.
30. Характеристика этапов подготовительного периода баскетболистов высокой квалификации.
31. Анализ документации планирования в подготовке баскетболистов.
32. Характеристика клубного баскетбола в России. Итоги чемпионата России, кубка России, клубных европейских соревнований (муж., жен.).
33. Характеристика соревновательного периода баскетболистов высокой квалификации.
34. Педагогические средства восстановления баскетболистов.
35. Методика анализа участия команды в соревнованиях.
36. Система спортивной тренировки баскетболистов, характеристика её составляющих.
37. Типы микроциклов в подготовке баскетболистов высокой квалификации, особенности их построения.
38. Характеристика взаимоотношений "тренер - команда", "тренер - игрок", "игрок - игрок".
39. Педагогическое тестирование как раздел контроля подготовленности баскетболистов. Методика тестирования и обработки результатов.
40. Медико-биологические средства восстановления баскетболистов.
41. Характеристика метода сопряженных воздействий в подготовке баскетболистов.

42. Соревновательные нагрузки в подготовке баскетболистов разного возраста и квалификации.
43. Организация и функционирование "штаба" баскетбольной команды.
44. Интервальная тренировка в подготовке баскетболистов на различных этапах годового цикла.
45. Варианты круговой тренировки на различных этапах годового цикла.
46. Характеристика личного прессинга в баскетболе, варианты, методика совершенствования.
47. Информационное и компьютерное обеспечение в подготовке баскетболистов.
48. Предигровая разминка в баскетболе. Варианты, методика проведения.
49. Методы научных исследований физической подготовленности баскетболистов.
50. Научно-методическое и медицинское обеспечение в подготовке баскетболистов.
51. Характеристика предсезонной подготовки баскетболистов высокой квалификации. Средства, методы.
52. Организация и управление развитием баскетбола в России: в клубах, ВУЗах, в средних учебных заведениях, в спортивных школах.
53. Методика разработки годового плана-графика подготовки баскетболистов.
54. Характеристика подготовки баскетболистов на этапе специальной подготовки подготовительного периода годового цикла.
55. Структура и деятельность Российской Федерации баскетбола.
56. Оперативное планирование в подготовке баскетболистов.
57. Обследование соревновательной деятельности баскетболистов. Методика и анализ.
58. Структура и основные направления деятельности Международной Федерации баскетбола (ФИБА) и евро-ФИБА, их взаимодействие.
59. Технические средства в различных видах подготовки баскетболистов.
60. Средства и методы подготовки баскетболистов в межигровых циклах соревновательного периода.
61. Характеристика объемов интенсивности нагрузок баскетболистов высокой квалификации.
62. Педагогические наблюдения как метод научных исследований в баскетболе.
63. Научно-исследовательская работа в баскетболе, современное состояние и направления развития.

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

1. Особенности организации, структуры управления и деятельности структур РФБ (Ассоциации студенческого баскетбола (АСБ), Детско-юношеской баскетбольной лиги (ДЮБЛ) и Ассоциации уличного баскетбола).
2. Структура и содержание годового цикла подготовки баскетболистов высокой квалификации.
3. Характеристика средств и методов восстановления баскетболистов.
4. Система соревнований в баскетболе для команд высокой квалификации. Характеристика главных соревнований и способов их розыгрыша, проводимых ФИБА.
5. Особенности средств и методов спортивной тренировки баскетболистов в подготовительном периоде годового цикла.
6. Психологическая подготовка в процессе занятий баскетболом. Средства и методы психологической подготовки.
7. Управление физкультурным и спортивным движением в России (государственные и общественные органы управления, их структура, функции и механизмы взаимодействия).
8. Система планирования в подготовке баскетболистов. Характеристика перспективного, текущего и оперативного планирования.
9. Положение о ДЮСШ, СДЮШОР – основной документ организации и управления подготовкой юных баскетболистов.
10. Задачи и содержание процесса подготовки баскетболистов в соревновательном периоде.
11. Особенности подготовки юных баскетболистов в группах начальной подготовки ДЮСШ.
12. Современные средства и методы скоростно-силовой подготовки баскетболистов.
13. Анализ структуры и содержания Программы для ДЮСШ и СДЮШОР по баскетболу.
14. Техническая подготовка баскетболистов. Современные средства и методы совершенствования.
15. Распределение тренировочных нагрузок по зонам интенсивности в баскетболе.
16. Модель тренера в спорте высших достижений (на примере баскетбола).
17. Педагогическое тестирование в системе подготовки баскетболистов. Основные требования и система обработки результатов тестирования.
18. Нововведения в правила и методику судейства соревнований по баскетболу в России и в мире.

19. Характеристика тренировочных и соревновательных нагрузок в баскетболе. Основные показатели и контроль нагрузок.
20. Характеристика научно-исследовательской работы в области баскетбола. Требования к научным работам и основные методы ведения исследования.
21. Структура, задачи и основные направления деятельности Российской Федерации баскетбола.
22. Модельные характеристики соревновательной деятельности высококвалифицированных баскетболистов разного игрового амплуа.
23. Травматизм в баскетболе. Локализация травм, профилактика травматизма и реабилитация.
24. Тактическая подготовка баскетболистов, Характеристика средств и методов.
25. Взаимосвязь физической и технической подготовки баскетболистов в процессе обучения и тренировки баскетболистов разного возраста.
26. Система подготовки спортивных резервов в России (Документация, учреждения по подготовке спортивных резервов, организация многолетней подготовки, организация и содержание учебно-тренировочного процесса).
27. Характеристика деятельности международных организаций мирового и европейского баскетбола
28. Педагогическое тестирование в баскетболе. Характеристика тестов по различным видам подготовки баскетболистов
29. Современные средства и методы, используемые в процессе физической подготовки баскетболистов.
30. Методика отбора в СШОР по баскетболу (организация, критерии отбора: состояние здоровья, морфофункциональные, психологические и спортивно-педагогические и другие показатели).
31. Задачи, средства и методы тактической подготовки баскетболистов в годичном цикле.
32. Особенности подготовки юных баскетболистов в учебно-тренировочных группах ДЮСШ.
33. Игровая подготовка баскетболистов, ее специфика в структуре годичного цикла.
34. Особенности организации и системы проведения соревнований баскетболистов разного возраста и квалификации.
35. Задачи, средства и методы подготовки баскетболистов в соревновательном периоде годичного цикла.
36. Планирование спортивной тренировки в баскетболе. Виды планирования.

37. Построение многолетней подготовки баскетболистов.
38. Контроль соревновательной деятельности баскетболистов.
39. Современное состояние баскетбола в России и в мире.
40. Характеристика средств и методов спортивной тренировки в баскетболе.
41. Характеристика и содержание подготовки баскетболистов на этапе специальной подготовки подготовительного периода
42. Система комплексного контроля в подготовке баскетболистов
43. Методы оценки тренировочных нагрузок, применяемых в баскетболе.
44. Материально-техническое обеспечение подготовки баскетболистов.
45. Построение годового тренировочного плана-схемы баскетболистов.
46. Задачи и содержание процесса подготовки баскетболистов в группах начальной подготовки ДЮСШ.
47. Характеристика тренировочных микроциклов в подготовке баскетболистов на различных этапах годового цикла.
48. Система соревнований баскетболистов высокой квалификации в России. Особенности календаря, способы розыгрыша.
49. Современные средства и методы повышения работоспособности баскетболистов.
50. Правила соревнований по баскетболу. Углубленный анализ правил с последними дополнениями и изменениями.
51. Виды планирования в спортивной подготовке. Характеристика текущего планирования.
52. Характеристика и содержание научно-методического и медицинского обеспечения подготовки сборных команд России
53. Задачи научно-исследовательской работы в области баскетбола. Требования к научным работам и основные методы ведения исследования.
54. Структура и содержание Целевой комплексной программы подготовки российских баскетболистов к Олимпийским играм.
55. Анализ участия российских баскетболистов в международных соревнованиях (мужских, женских и резервных команд).
56. Характеристика педагогического контроля в подготовке баскетболистов.
57. Задачи и содержание подготовки баскетболистов в тренировочных группах ДЮСШ.
58. Характеристика методов педагогических исследований в баскетболе: анализ литературы и различных документов, наблюдение, анкетирование, изучение и

обобщение педагогического опыта, тестирование, обследование соревновательной деятельности, педагогический эксперимент.

59. Задачи и содержание подготовки баскетболистов в группах спортивного совершенствования ДЮСШ.
60. Характеристика методов используемых в процессе физической подготовки баскетболистов.

1.2.5. Примерная тематика курсовых работ для студентов заочной формы обучения:

1. Физическая подготовка баскетболистов, средства и методы.
2. Силовая подготовка баскетболистов, средства и методы.
3. Характеристика скоростных способностей баскетболистов, средства и методы развития.
4. Скоростно-силовая подготовка баскетболистов, средства и методы развития (на примере прыгучести).
5. Круговая тренировка в баскетболе, особенности проведения.
6. Взаимосвязь и взаимовлияние физической и технической подготовки баскетболистов.
7. Техника выполнения штрафного броска. Методика обучения и совершенствования.
8. Техника бросков в прыжке. Методика обучения и совершенствования.
9. Совершенствование эффективности бросков в современном баскетболе.
10. Тактика нападения в баскетболе. Характеристика позиционного нападения, варианты и современные комбинации.
11. Тактическая подготовка баскетболистов, средства и методы.
12. Характеристика быстрого прорыва в баскетболе, средства и методы обучения и совершенствования.
13. Характеристика зонной защиты в баскетболе, средства и методы обучения и совершенствования.
14. Характеристика личного прессинга в баскетболе, средства и методы обучения и совершенствования.
15. Характеристика зонного прессинга в баскетболе, средства и методы обучения и совершенствования.
16. Многолетняя подготовка баскетболистов, особенности организации и направленности подготовки на разных этапах.
17. Анализ организации и особенности подготовки юных баскетболистов в ДЮСШ.
18. Возрастные особенности детей, подростков, девушек и юношей, занимающихся баскетболом.
19. Организация и методика отбора детей в ДЮСШ по баскетболу
20. Организация и особенности подготовки юных баскетболистов в группах мини-баскетбола.
21. Организация, задачи и направленность подготовки команд Детско-юношеской баскетбольной лиги.

22. Организационно-методические аспекты деятельности Школьной Баскетбольной Лиги в России.
23. Особенности организации и проведения Молодежного чемпионата.
24. Особенности подготовки баскетболистов студенческих команд.
25. Соревнования в баскетболе, классификация, способы розыгрыша.
26. Характеристика соревновательной деятельности баскетболистов разного игрового амплуа.
27. Сравнительная характеристика соревновательной деятельности баскетболистов-выпускников ДЮСШ и игроков высокой квалификации.
28. Психологическая подготовка баскетболистов.
29. Взаимоотношение игроков и тренера в современном баскетболе.
30. Организация и управление подготовкой баскетболистов в Национальной Баскетбольной Ассоциации США.
31. Сравнительная характеристика подготовленности баскетболистов высокой квалификации России, Европы и США.
32. Подготовка судейского аппарата (судей в поле и секретариата) в баскетболе.
33. Стритбол. Особенности игровой деятельности, правил соревнований, судейства и организации тренировочной и соревновательной деятельности.

1.2.6. Примерная тематика выпускных квалификационных работ:

1. Прогнозирование спортивных достижений в баскетболе.
2. Содержание учебно-тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки баскетболистов.
3. Модели соревновательной деятельности в баскетболе.
4. Методики повышения уровня подготовленности баскетболистов.
5. Модельные характеристики спортсмена баскетбола.
6. Планирование тренировочных нагрузок в видах баскетбола и их взаимовлияние.
7. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в различных группах ДЮСШ по баскетболу.
8. Внедрение путей решения анатомо-физиологических, биохимических, биомеханических и других актуальных проблем баскетбола.
9. Инновации в методике обучения технике и тактике баскетбола.
10. Тренажерные технологии и их использование в тренировочном процессе баскетболистов.
11. Особенности подготовки баскетболистов студенческих команд.
12. Соревнования в баскетболе, классификация, способы розыгрыша.
13. Характеристика соревновательной деятельности баскетболистов разного игрового амплуа.
14. Сравнительная характеристика соревновательной деятельности баскетболистов- выпускников ДЮСШ и игроков высокой квалификации.
15. Система фармакологической поддержки баскетболистов в тренировочном процессе и соревнованиях.
16. Рационализация питания спортсменов занимающихся по баскетболу.
17. Содержание периодов и этапов годового цикла тренировочного процесса спортсменов баскетбола на различных этапах многолетней подготовки.
18. Система соревнований как составной части многолетней подготовки баскетболистов.
19. Многолетняя подготовка баскетболистов, особенности организации и направленности подготовки на разных этапах.
20. Анализ организации и особенности подготовки юных баскетболистов в ДЮСШ.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)»

Основная литература

1. Нестеровский Д.И. Теория и методика баскетбола : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению "Пед. образование" : рек. УМО по образованию в обл. подгот. пед. кадров / Д.И. Нестеровский. - 6-е изд., перераб. - М.: Academia, 2014. - 349 с.: ил.

Дополнительная литература.

1. Анискина С.Н. Методика обучения технике и тактике баскетбола : метод. разработ. для специальности 032101 / С.Н. Анискина ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: [Физ. культура], 2008. - 40 с.: ил.

2. Виссел Х. Баскетбол : шаги к успеху : [пер. с англ.] / Хол Виссел. - М.: АСТ: Астрель, [2011]. - 240 с.: ил.

3. Вуттен М. Как добиться успеха в подготовке баскетболистов / Морган Вуттен ; [пер.с англ. А.В. Зубковой]. - М.: ТВТ Дивизион, 2008. - 400 с.: ил.

4. Гатмен Б. Все о тренировке юного баскетболиста / Билл Гатмен, Том Финнеган ; [пер. с англ. Т.А. Бобровой]. - М.: АСТ: Астрель, [2007]. - 303 с.: ил.

5. Гомельский Е.Я. Вся баскетбольная рать / Е.Я. Гомельский. - М.: Вагриус, [2009]. - 127 с.: ил.

6. Инновационные технологии в спортивных играх: теория и практика. Вып. 5 : (сб. лекций) : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / [авт.-сост. В.П. Черемисин] ; Моск. гос. акад. физ. культуры. - Малаховка: [МГАФК], 2010. - 257 с.: ил.

7. Климов С.Е. Дворовый спорт / С.Е. Климов. - [2-е изд., перераб. и доп.]. - М.: Сов. спорт, 2008. - 163 с.: ил.

8. Козин В.В. Моделирование противодействий соперников в технико-тактической подготовке баскетболистов групп спортивного совершенствования : Монография : рек. для магистрантов и бакалавров физкультур. вузов по направлениям 034300.68, 034300.62 / Козин В.В. ; М-во спорта РФ, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2014. - 166 с.: рис.

9. Лепешкин В.А. Баскетбол : подвиж. и учеб. игры / В.А. Лепешкин. - М.: Сов. спорт, 2011. - 98 с.: ил.

10. Лепешкин В.А. Баскетбол : подвиж. и учеб. игры / В.А. Лепешкин. - М.: Сов. спорт, 2013. - 98 с.: ил.

11. Лях В.И. Физическая культура : 10-11 кл. : учеб. для общеобразоват. учреждений : рек. М-вом образования и науки РФ / В.И. Лях, А.А. Зданевич ; под общ. ред. В.И. Ляха. - 6-е изд. - М.: Просвещение, 2011. - 237 с.: ил.

12. Малкин В.Р. Управление психологической подготовкой в спорте / В.Р. Малкин. - М.: ФиС, 2008. - 194 с.

13. Малов В.И. Сто великих спортивных достижений / В.И. Малов. - М.: Вече, 2007. - 426 с.: ил.

14. Малов В.И. Сто великих спортивных достижений / В.И. Малов. - М.: Вече, 2010. - 426 с.: ил.

15. Методические основы подготовки судей по баскетболу : учеб.-метод. пособие / [под ред. И.К. Латыпова, Дмитриева И.К.]. - М.: Наука, 2012. - 278 с.: ил.

16. Методические рекомендации и практические советы для судей по баскетболу : [учеб.-метод. пособие] / под ред. И.К. Латыпова. - М.: Наука, 2014. - 103 с.: ил.

17. Методические указания к тестированию общей и специальной физической подготовленности : для самостоят. занятий студентов всех специальностей / Федер.

- агентство по образованию [и др.] ; [сост. Э.М. Кураков [и др.]]. - М.: [ГУУ], 2007. - 48 с.: ил.
18. Научные исследования в избранном виде спорта (баскетбол) [Электронный ресурс] : рабочая прогр. дисциплины : направление подгот. 49.03.01 : профиль подгот.: "Физ. культура" : квалификация (степень) выпускника - Акад. бакалавр : форма обучения - оч., заоч. : утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / сост.: Костикова Л.В. [и др.] ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2015
19. Официальные правила баскетбола 1994-1998. Официальные правила мини-баскетбола 1994-1998. : Одобрены и утверждены на Когр. ФИБА в авг. 1994 г. в Торонто (Канада) / Междунар. Федерация баскетбола. - Б. м., Б. г. - 135 с.: ил.
20. Официальные правила баскетбола 2008 : утв. Центр. Бюро ФИБА : Пекин, Кит. Нар. Респ., 26 апр. 2008 г. : [утв. Рос. Федерацией баскетбола 1 июля 2008 г.] / FIBA, [Рос. федерация баскетбола]. - [Б. м.: Б. и.], [2008?]. - 138 с.: ил.
21. Официальные правила баскетбола 2010 : утв. Центр. Бюро ФИБА : Сан-Хуан, Пуэрто-Рико, 17 апр. 2010 г. : Действуют с 1 окт. 2010 г. : [утв. Исполкомом РФ баскетбола 21 мая 2010 г.] / FIBA, [Рос. федерация баскетбола]. - [М.: [Инфобаскет], [2010?]. - 156 с.: ил.
22. Официальные правила баскетбола 2012 : утв. Центр. Бюро ФИБА : Рио-де-Жанейро, Бразилия, 29 апр. 2012 г. : Действуют с 1 окт. 2012 г. : [утв. Исполкомом Рос. Федерацией баскетбола 19 июля 2012 г.] / FIBA, [Рос. федерация баскетбола]. - [Б. м.: Б. и.], [2012?]. - 119 с.: ил.
23. Перечень статей в сборниках научных трудов, утвержденных ВАК Украины по специальности "Физическое воспитание и спорт". - Б. м.: Б. и., Б. г. - 20 с.
24. Программа подготовки начинающих судей по баскетболу / [подгот.: Дмитриев Ф.Б., Григорьев М.П., Латыпов И.К.] ; Рос. федерация баскетбола. - М., 2013. - 30 с.
25. Пэйе Б. Баскетбол для юниоров : 110 упражнений от простых до сложных : [пер.с англ.] / Баррел Пэйе, Патрик Пайе. - М.: ТВТ Дивизион, 2008. - 3251 с.: ил.
26. Семенов В.Б. Секция баскетбола в школе / В.Б. Семенов. - М.: Чистые пруды, 2010. - 31 с.: ил.
27. Система физического воспитания в ДОУ : планирование, информ.-метод. материалы, разраб. занятий и упражнений, спортив. игры / авт.-сост. О.М. Литвинова. - Волгоград: Учитель, [2007]. - 238 с.: табл.
28. Скворцова М.Ю. Методика проведения занятий по физической подготовке баскетболистов : [учеб. пособие] / М.Ю. Скворцова ; Федер. агентство по образованию, Гос. образов. учреждение высш. проф. образования "Кузбас. гос. тех. ун-т". - Кемерово, 2007. - 112 с.: ил.
29. Современность как предмет исследования, междунар. науч. конф. (2011; Малаховка). 4 Международная научная конференция "Современность как предмет исследования", 28-30 окт. 2011 г. : сб. материалов / под ред. д-ра соц. наук, проф. Фомина Ю.А. ; Моск. гос. акад. физ. культуры, Моск. обл. олимп. акад. - Малаховка: [Изд-во МГАФК], 2011. - 172 с.: табл.
30. Современный баскетбол - настоящее и будущее, всерос. науч.-практ. конф. (2009; Москва). Всероссийская научно-практическая конференция "Современный баскетбол - настоящее и будущее" : сб. материалов / М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Рос. федерация баскетбола, Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2009. - 225 с.: ил.
31. Спортивные игры : техника, тактика, методика обучения : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности 033100 - Физ. культура : доп. Умо по

специальностям пед. образования / под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. - 5-е изд., стер. - М.: Academia, 2008. - 518 с.: ил.

32. Судейство соревнований в избранном виде спорта (баскетбол) [Электронный ресурс] : рабочая прогр. дисциплины : направление подгот. 49.03.01 : профиль подгот.: "Спортив. подгот." : квалификация (степень) выпускника - Акад. бакалавр : форма обучения - оч., заоч. : утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / сост.: Костикова Л.В. [и др.] ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2015

33. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол : в ред. приказа Минспорта Рос. от 23.07.2014 г. № 620 / М-во спорта РФ. - [М.]: [Сов. спорт], [2016]. - 25 с.: табл.

34. Физическая культура : 5-7 кл. : учеб. для общеобразоват. учреждений : рек. М-вом образования и науки РФ / под ред. М.Я. Виленского. - 6-е изд. - М.: Просвещение, 2010. - 156 с.: ил.

35. Яхонтов Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101 : доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту / Е.Р. Яхонтов ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, С.-Петербург. гос. ун-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта, Высш. шк. тренеров по баскетболу. - 4-е изд., стер. - СПб.: [Олимп-СПб], 2008. - 134 с.: ил.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

1. <http://www.fiba.com>
2. <http://www.fibaeurope.com>
3. <http://www.russiabasket.ru>
4. <http://www.pro100basket.ru>
5. <http://www.mbl.su>
6. <http://www.cskabasket.com>
7. <http://www.pbleague.ru>
8. <http://www.euroleague.net>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Баскетбольный зал (42х24м.);

Спортивный инвентарь:

- Баскетбольные мячи (7 size) – 40 штук;
- Баскетбольные мячи (6 size) – 30 штук;
- Гантели виниловые – 10 штук;
- Обводные стойки – 12 штук;
- Медицинбол – 5 штук;
- Набивные мячи – 30 штук;
- Скакалки – 70 штук
- Компьютерный класс

Научная аппаратура и оргтехника:

- Акустическая система активная Wharfedale Titan 12 Active;
- Анализатор жировой массы TBF-300P;
- Видеокамера SONY VCR-CR42E;
- Видеомагнитофон и DVD рекордер;
- Динамометр кистевой;
- Интерактивная доска Smart Board 660;
- Командная система мониторинга сердечного ритма «Polar Team System»;
- Комплект информационных универсальных табло для игровых видов спорта с системой подвеса;
- Компьютер комплектации «Стандарт» - (9 шт.);
- Компьютер комплектации «ФАЙЛ-СЕРВЕР»;
- Ноутбук – 3 штуки;
- Проектор Benq PB8263;
- Эквалайзер Berhringer FBQ;
- Экран Varonet 152*203 MW.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол) для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка заочной формы обучения.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола
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 (I и II семестр)	Сроки проведения	Количество баллов
1	Составление комплексов упражнений по методике обучения технике нападения	В период обучения	10
2	Составление комплексов упражнений по методике обучения технике защиты	В период обучения	10
3	Посещение и просмотр тренировочных занятий с различным контингентом	В период обучения	15
4	Проведение подготовительной части занятия на группах различного возраста и квалификации	В период обучения	15
5	Ведение протоколов матчей	В период обучения	10
6	Выполнение функций оператора табло, секундометриста и оператора счётчика 24 секунд	В период обучения	10
7	Посещение занятий	Весь период	15
8	Сдача экзамена (рубежный контроль)		15
	ИТОГО:		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) Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка заочной формы обучения.

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола

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 (III и IV семестр)	Сроки проведения	Количество баллов
1	Анализ и обобщение литературных источников на тему «Тактика нападения (индивидуальные и групповые действия)»	В период обучения	10
2	Анализ и обобщение литературных источников на тему «Тактика защиты (индивидуальные и групповые действия)»	В период обучения	10
3	Проведение части занятия. Совершенствование техники нападения.	В период обучения	10
4	Проведение части занятия. Совершенствование техники нападения.	В период обучения	10
5	Выполнение функций судьи, судьи-секретаря и составление статистических отчетов	В период обучения	10
6	Выполнение функций оператора табло, секундометриста и оператора счётчика 24 секунд	В период обучения	15
7	Посещение занятий	Весь период	10
8	Сдача экзамена (рубежный контроль)		15
	ИТОГО:		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) Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка заочной формы обучения.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.

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 (V и VI семестр)	Сроки проведения	Количество баллов
1	Выполнение практических нормативов по физической подготовке	В период обучения	10
2	Выполнение практических нормативов по технической подготовке	В период обучения	10
3	Анализ и обобщение литературных источников по тактической подготовке.	В период обучения	10
4	Демонстрация вариантов индивидуальных тактических действий на макете площадки	Весь период	10
5	Демонстрация вариантов групповых тактических взаимодействий на макете площадки	Весь период	15
6	Выполнение функций оператора табло, секундометриста и оператора счётчика 24 секунд	Весь период	15
7	Посещение занятий	Весь период	10
8	Сдача экзамена (рубежный контроль)	43 неделя	20
	ИТОГО:		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) Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка заочной формы обучения.

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.
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 (VII и VIII семестр)	Сроки проведения	Количество баллов
1	Составление плана годового макроцикла.	В период обучения	10
2	Устный опрос по применению методов педагогического тестирования в баскетболе	В период обучения	15
3	Анализ показателей соревновательной деятельности баскетболистов высокой квалификации на Олимпийских играх (Чемпионате Мира)	В период обучения	15
4	Выполнение функций судьи, судьи-секретаря и составление статистических отчетов	Весь период	15
5	Выполнение функций оператора табло, секундометриста и оператора счётчика 24 секунд	Весь период	15
6	Посещение занятий	Весь период	10
7	Сдача экзамена (рубежный контроль)		20
	ИТОГО:		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) Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол) для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка заочной формы обучения.

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 9,10 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля (VII и VIII семестр)	Сроки проведения	Количество баллов
1	Составление плана годовичного макроцикла.	В период обучения	10
2	Устный опрос по применению методов педагогического тестирования в баскетболе	В период обучения	15
3	Анализ показателей соревновательной деятельности баскетболистов высокой квалификации на Олимпийских играх (Чемпионате Мира)	В период обучения	15
4	Выполнение функций судьи, судьи-секретаря и составление статистических отчетов	Весь период	15
5	Выполнение функций оператора табло, секундометриста и оператора счётчика 24 секунд	Весь период	15
6	Посещение занятий	Весь период	10
7	Сдача экзамена (рубежный контроль)		20
	ИТОГО:		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

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 баскетбола

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

**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование»
(баскетбол)**

(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: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 20 зачетных единиц.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10.

3. Цель дисциплины: сформировать готовность к педагогической деятельности в области физической культуры и спорта и способности к самообразованию и самосовершенствованию, обеспечить прочное и сознательное овладение основами педагогических знаний и умений, которые необходимы в практической деятельности студентам по направлению 49.03.01 «Физическая культура».

Задачи дисциплины:

1. Сформировать достаточный запас теоретических знаний, а также практических умений и навыков, обеспечивающих профессиональную подготовленность выпускника;
2. Обеспечить готовность к практической реализации, установленных программой дисциплины, общекультурных и профессиональных компетенций;
3. Сформировать компетенции на основе полученных знаний и практической готовности к самостоятельному, творческому решению воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли;
4. Обеспечить готовность к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленную на подготовку высококвалифицированных баскетболистов;
5. Обеспечить готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы по баскетболу, направленной на оздоровление, всестороннее развитие личности, закаливание и приобщение к здоровому образу жизни;
6. Владеть организационно-управленческими компетенциями, методикой научных исследований, использованием информационных технологий в профессиональной деятельности;
7. Владеть способностями получения и использования в профессиональной деятельности достижений отечественных и зарубежных специалистов, побуждать к собственным инновационным разработкам, профессионально совершенствоваться в избранной физкультурно-спортивной деятельности;
8. Обеспечить формирование технических и тактических навыков игры в баскетбол;
9. Сформировать готовность к участию в соревновательной деятельности на основе полученных теоретических и практических знаний, умений и навыков игры в баскетбол.

Компетенции:

В процессе освоения данной дисциплины формируются следующие компетенции:

- способностью проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2);
- 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 оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);
- способностью организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);
- 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 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);

**4. Краткое содержание дисциплины (модуля):
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.	Основные физические качества баскетболистов	2		6	48	Зачет	
2.	Техника нападения. Методика обучения	2		2	34		
3.	Техника защиты. Методика обучения	2		2	34		
4.	Тактика нападения (индивидуальные и групповые действия)	3		10	40		
5.	Тактика защиты (индивидуальные и групповые действия)	4		10	48		
6.	Семестровый экзамен	4			27		
7.	Основы развития физических качеств баскетболистов	5		5	20	Зачет	
8.	Организация и проведение соревнований	5		5	20		
9.	Организация и проведение соревнований	6		10	48		
10.	Семестровый экзамен	6			27		
11.	Современные средства и методы совершенствования техники игры в баскетбол	7		10	70	Зачет	
12.	Современные средства и методы совершенствования тактики игры в баскетбол	8		4	24		
13.	Семестровый экзамен	8			27		
14.	Управление подготовкой	9		4	20	Зачет	

	баскетболистов. Методические приемы совершенствования игровой подготовки						
15.	Контроль за динамикой нагрузок баскетболистов	9		2	15		
16.	Современное состояние НМО подготовки баскетболистов	9		2	15		
17.	Изучение методик комплексного контроля	9		2	20		
18.	Структура и содержание многолетней подготовки баскетболистов	10		10	36		
19.	Семестровый экзамен	10			27	9	Экзамен
Итого часов:				90	621	9	
							720 часов

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 баскетбола

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование»
(баскетбол)**

(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 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 8 от «21» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики баскетбола
Протокол №41 от «29»июня 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики баскетбола
Протокол №34 от «22»июня 2017 г.

Составитель:

Лаптев Сергей Олегович, старший преподаватель кафедры ТИМ баскетбола.

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины (модуля) **«Спортивно-педагогическое совершенствование»** – формирование и совершенствование профессиональных знаний, умений, навыков, развитие физических и психических качеств студентов, необходимых для их будущей профессиональной деятельности; обеспечение освоения учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), училищах олимпийского резерва (УОР), и средних специальных учебных заведениях, владеющих теоретическими знаниями научных достижений в нашей стране и за рубежом и умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации, Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата.

Курс «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)» является органичным дополнением к освоению основных разделов дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)» и направлен на формирование, совершенствование и развитие профессиональных знаний, умений, навыков, развитие физических и психических качеств студентов, необходимых для их будущей профессиональной деятельности.

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)» относится к профессиональному циклу вариативной части по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», по профилю «Спортивная подготовка».

Программный материал дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)» опирается в целом на информацию, полученную студентами в результате освоения других предметов учебного плана вуза, что даёт возможность выстроить программу на основе междисциплинарных связей. Освоение курса «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)», главным образом, связано с изучением дисциплин медико-биологического (анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, спортивная медицина и др.) и психолого-педагогического (история, социология, педагогика, психология и др.) циклов.

В своей основе дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)» предусматривает практическую подготовку к различным видам профессиональной деятельности выпускника: тренерской, педагогической, организационно-управленческой, научно-исследовательской, рекреационной, реабилитационной и т.д. В программе определён перечень тем, обязательных преимущественно для формирования и совершенствования профессиональных умений и навыков, необходимых в будущей практической деятельности выпускника.

В течение четырёх лет обучения студенты обязаны совершенствовать индивидуальную физическую и техническую подготовку, как стержневой компонент профессиональной подготовки, а также командную тактическую систему подготовки.

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-2	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – - основные требования к проведению занятий по баскетболу – <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – - проводить учебные занятия по баскетболу с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов 	2		
ОПК-3	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – средства и методы обучения техники баскетбола; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся в группах начальной подготовки; – требований стандартов спортивной подготовки в баскетболе к проведению занятий с данным контингентом. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической 	4		

ОПК-5	культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в баскетболе с учетом особенностей занимающихся в группах начальной подготовки и требований образовательных стандартов по баскетболу.			
	<i>Знать:</i> – основы теории и методики физической культуры и спорта; – принципы и методы обучения в технике перемещений, передач мяча и ведении; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки баскетболистов; – требования стандартов спортивной подготовки в баскетболе к проведению занятий с данным контингентом.	6		
	<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 баскетболе с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов.			
	<i>Знать:</i> – 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 баскетболе.	7		
	<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 баскетболе с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов.			
	<i>Знать:</i> – основы разностороннего развития занимающихся средствами баскетбола и принципов построения занятий по баскетболу оздоровительной направленности	1		
	<i>Знать:</i> – факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе подготовки спортсменов в баскетболе; – особенности протекания восстановления при занятиях различными видами баскетбола.	8		

	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – подбирать восстановительные средства, используемые после тренировочных нагрузок в технических видах баскетбола; использовать восстановительные средства, при повышенных тренировочных нагрузках в циклических видах баскетбола. 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – планированием восстановительных мероприятий в тренировочном процессе баскетболистов 			
ОПК-8	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – современные интерпретации новых правил по баскетболу согласно Регламенту FIBA; – судейскую терминологию при проведении соревнований по видам баскетбола; – основные требования к оборудованию и личному инвентарю участников соревнований. 	1		
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – правила соревнований по баскетболу; – 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		
	<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 			
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 баскетболе; – современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 	6		
	<p><i>Уметь:</i></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; <p>использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в баскетболе.</p>			
ПК-11	<p><i>Знать:</i></p> <p>теоретические основы программирования процесса обучения в баскетболе</p>	3		
	<p><i>Уметь:</i></p>			

	– составлять обучающие программы по видам баскетбола			
	<i>Уметь:</i> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по видам баскетбола в соответствии с тренировочным этапом многолетней подготовки баскетболистов	6		
	<i>Уметь:</i> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по видам баскетбола в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства баскетболистов	7		
ПК-14	<i>Знать:</i> – основы теории и методики спортивной тренировки в баскетболе; – средства и методы физической, технической и тактической подготовки в баскетболе	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			

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

4.1 Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц, экзамены – 9 часов, аудиторных занятий – 232 часа, самостоятельная работа студентов – 479 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 «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
I курс	Всего:108 часов (3 зачетных единицы)	1		26	82		
1.1	Модуль 1 (1 зачетная единица - 36 часов) «Основные физические качества баскетболистов»			6	30		
1.2	Модуль 2 (1 зачетная единица - 36 часов) «Техника нападения. Методика обучения»			10	26		
1.3	Модуль 3 (1 зачетная единица – 36 часов) «Техника защиты. Методика обучения»			10	26		
I курс	Всего:126 часов (3,5 зачетных единицы)	2		26	100		Зачет
1.4	Модуль 4 (1 зачетная единица – 36 часа) «Тактика нападения (индивидуальные и групповые действия)»			13	50		

1.5	Модуль 5 (1,5 зачетных единицы – 54 часа) «Тактика защиты (индивидуальные и групповые действия)»			13	50		
1.6	Модуль 6 «Семестровый зачет для студентов первого курса»						
Всего за I курс: 234 часа (6,5 зачетных единиц)				52	182		
II курс	Всего: 63 часа (1,75 зачетных единицы)	3		30	33		
1.7	Модуль 7 (0,75 зачетных единицы - 27 часов) «Основы развития физических качеств баскетболиста»			12	15		
1.8	Модуль 8 (1 зачетная единица - 36 часов) «Организация и проведение соревнований»			18	18		
II курс	Всего: 63 часа (1,75 зачетных единицы)	4		30	33		Зачет
1.9	Модуль 9 (1,75 зачетных единиц - 63 часа) «Организация и проведение соревнований»			30	33		
2.0	Модуль 10 «Семестровый зачет для студентов второго курса»						
Всего за II курс: 126 часов (3,5 зачетных единицы)				60	66		
III курс	Всего: 63 часа (1,75 зачетных единицы)	5		30	33		
2.1	Модуль 11 (1,75 зачетных единицы – 63 часа) «Современные средства и методы совершенствования техники игры в			30	33		

	баскетбол»						
III курс	Всего:72 часа (2 зачетных единиц)	6		30	33		Зачет
3.5	Модуль 12 (1,75 зачетных единицы – 63 часа) «Современные средства и методы совершенствования тактики игры в баскетбол»			30	33		
3.6	Модуль 13 «Семестровый зачет для студентов третьего курса»						
Всего за III курс: 126 часов (3,5 зачетных единицы)				60	66		
IV курс	Всего: 126 часа (3,5 зачетных единиц)	7		30	96		
3.7	Модуль 14 (1 зачетная единица - 36 часов) «Управление подготовкой баскетболистов. Методические приемы совершенствования игровой подготовки»			6	30		
3.8	Модуль 15 (1 зачетная единица – 36 часов) «Контроль за динамикой нагрузок баскетболистов»			6	30		
3.9	Модуль 16 (1 зачетная единица – 36 часов) «Современное состояние НМО подготовки баскетболистов»			8	28		
4.0	Модуль 17 (0,5 зачетных единицы – 18 часов) «Изучение методик комплексного контроля»			10	8		
IV курс	Всего: 108 часов (3 зачетных единицы)	8		30	69	9	Экзамен
4.1	Модуль 18 (2 зачетных единицы - 72 часа) «Структура и содержание многолетней подготовки			30	42		

	баскетболистов»						
4.2	Модуль 19 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»				27	9	
Всего за IV курс: 234 часа (6,5 зачетных единиц)			60	210	9		
Всего за курс: 720 часов			232	479	9		

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

1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)»

1.1. 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))

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

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

1. Баскетбол в Российской системе физического воспитания, его наиболее характерные особенности.
2. Характеристика физического качества сила, средства и методы ее развития в баскетболе.
3. Классификация техники баскетбола (принципиальная схема с конкретным примером).
4. Общая характеристика методики обучения в баскетболе.
5. Значение передач в современном баскетболе, анализ техники передач, выполняемых на месте.
6. Взаимосвязь правил игры в баскетбол с развитием техники и тактики баскетбола.
7. История возникновения баскетбола и развитие игры в России и в мире.
8. Значение физической подготовки баскетболиста и ее характеристика.
9. Характеристика и анализ техники передач, выполняемых в движении.
10. Особенности современной техники баскетбола и ее значение в повышении спортивного мастерства баскетболистов.
11. Броски мяча в движении, методика обучения этим приемам.
12. Анализ итогов чемпионата Единой Лиги ВТБ.
13. Характеристика физического качества быстрота, средства и методы ее развития в баскетболе.
14. Структура, организация и содержание занятия (на примере баскетбола).
15. Характеристика методов организации занимающихся, используемых в баскетболе.
16. Анализ техники ловли и передачи мяча в движении.

17. Характеристика современного состояния баскетбола и тенденции развития.
18. Классификация и характеристика индивидуальных тактических действий игрока с мячом и без мяча.
19. Характеристика физического качества выносливость, средства и методы развития в баскетболе.
20. Классификация бросков мяча в баскетболе, тенденции развития техники бросков.
21. Содержание принципа активности и сознательности в баскетболе, основные пути их реализации в учебном процессе.
22. Классификация бросков мяча в баскетболе, тенденции развития техники бросков.
23. Методика ведения протокола игры и технического отчета.
24. Баскетбол в дореволюционной России, организация соревнований, методические основы.
25. Характеристика физического качества ловкость, средства и методы развития в баскетболе.
26. Структурный анализ техники броска в прыжке и методика обучения этому приему.
27. Содержание принципа доступности и индивидуализации, методические пути реализации его в баскетболе.
28. Характеристика физического качества гибкость, средства и методы ее развития в баскетболе.
29. Характеристика и структурный анализ техники броска одной рукой в движении.
30. Классификация тактики игры в баскетбол.
31. Анализ техники ведения мяча в баскетболе.
32. Правила игры в баскетболе, их эволюция.
33. Содержание принципа наглядности. Его значение и методические пути реализации в баскетболе.
34. Взаимосвязь физической и тактической подготовки баскетболистов.
35. Классификация техники передвижений в защите и нападении, тенденции развития техники передвижений.
36. Классификация и характеристика индивидуальных тактических действий игрока без мяча.
37. Педагогический контроль уровня развития физических качеств (характеристика тестов, методика тестирования).
38. Классификация техники противодействия и овладения мячом, тенденции развития.

39. Особенности проявлений физических качеств, обеспечивающих выполнение бросков мяча в баскетболе.
40. Анализ техники выбивания и вырывания мяча. Методика обучения этим приемам.
41. Оборудование и инвентарь баскетбольных залов.
42. История развития баскетбола в период 1928-1941гг.
43. Характеристика и анализ техники перехвата мяча в баскетболе. Методика обучения этому приему.
44. Обучение общеразвивающим упражнениям в баскетболе (на примере подготовительной части занятия).
45. История развития баскетбола в период 1941-1970гг.
46. Особенности проявления физических качеств в баскетболе.
47. Анализ техники поворотов. Методика обучения.
48. Классификация техники защиты в баскетболе.
49. Участия российских баскетболистов в Олимпийских играх (женщины, мужчины).
50. Характеристика научно-исследовательской работы в баскетболе, ее значение для теории и методики баскетбола.
51. Классификация техники нападения в баскетболе.
52. Определение понятия «техника игры». Значение техники и технической подготовки в общей системе подготовки баскетболистов.
53. Основные ошибки при выполнении передач, педагогические приемы исправление ошибок.
54. Последовательность в изучении приемов техники баскетбола.
55. Характеристика и анализ овладения мячом, при взятии отскока. Методика обучения.
56. История участия российских баскетболистов в Чемпионатах Европы (женщины, мужчины).
57. Анализ контрольных упражнений по специальной физической подготовке баскетболиста.
58. Характеристика и анализ техники накрывания и отбивания мяча. Методика обучения этим приемам.
59. История участия российских баскетболистов в Чемпионатах Мира (женщины, мужчины).
60. Характеристика игры в баскетбол и ее влияние на уровень подготовленности баскетболистов.

61. Требования к местам занятий, оборудованию и инвентарю по баскетболу.
62. Дать определение основным понятиям: техника, тактика, стратегия, классификация, всем физическим качествам.
63. Характеристика способов выхода игрока без мяча на свободное место. Методика обучения.
64. Методика и организация работы секретариата на соревнованиях по баскетболу.
65. Характеристика целостного и расчлененного методов обучения в баскетболе (привести примеры обучения техники).
66. Классификация техники передвижений. Методика обучения приставному шагу.
67. Способы действий против игрока с мячом и без мяча.
68. Структура занятия, задачи, организация, содержание, выбор средств и методов.
69. Методика овладения мячом, отскочившим от щита (с места, с разбега)
70. Характеристика средств и методов развития физического качества сила.
71. Анализ современного состояния баскетбола в России и в мире (по материалам различных источников информации).
72. Анализ техники штрафного броска. Методика исправления ошибок.
73. Конспект занятия. Методика записи упражнения в конспекте занятия.
74. Характеристика групповых действий в нападении и защите.
75. Классификация тактики нападения.

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

1. Тактика игры в баскетбол. Средства, способы и формы ведения игры.
2. Методы тестирования специальной физической и технической подготовленности баскетболистов. Характеристика, задачи, способы измерения результатов.
3. Физическая подготовка баскетболистов. Значение, средства и методы.
4. Метод обследования соревновательной деятельности баскетболистов. Привести примеры.
5. Классификация тактики защиты.
6. Виды спортивной тренировки в баскетболе. Характеристика.
7. Характеристика методов обследования физической подготовленности баскетболистов.
8. Техническая подготовка баскетболистов. Значение, средства и методы.
9. Распределение игроков по функциям. Требование к игрокам различных функций, их характеристика в игровой деятельности.
10. Круговой способ розыгрыша. Характеристика. Примеры использования в

современной соревновательной деятельности.

11. Характеристика стадий и этапов многолетней подготовки баскетболистов.
12. Соревнования в баскетболе. Место в многолетней и круглогодичной подготовке баскетболистов.
13. Психологическая подготовка баскетболистов. Место в практике подготовки команд, средства, методы.
14. Проведение соревнований по баскетболу. Примеры современной практики.
15. Положение о соревнованиях. Основные разделы и их назначение.
16. Классификация средств, используемых в подготовке баскетболистов. Характеристика. Примеры использования на практике.
17. Педагогические наблюдения и хронометраж игровой деятельности в баскетболе. Назначение, способы регистрации, примеры.
18. Командные действия баскетболистов в нападении. Классификация, виды и способы нападения.
19. Взаимосвязь современных правил игры в баскетбол с технико-тактической подготовкой баскетболистов.
20. Командные действия баскетболистов в защите. Классификация, виды и способы защиты.
21. Требования к специальной подготовленности нападающих в различных системах нападения в баскетболе.
22. Характеристика системы проведения чемпионата Мира по баскетболу.
23. Характеристика методов подготовки баскетболистов.
24. Система быстрого прорыва. Характеристика фаз, методика обучения.
25. Травматизм в баскетболе, локализация травм, причины получения.
26. Факторы, определяющие эффективность быстрого прорыва.
27. Характеристика главных соревнований для национальных сборных команд РФ по баскетболу в Олимпийском цикле.
28. Стремительное нападение. Задачи, способы, варианты.
29. Характеристика современного состояния баскетбола и тенденций его развития.
30. Позиционное нападение. Классификация, способы, варианты, комбинации.
31. Требования к специальной подготовленности игроков задней линии при использовании быстрого прорыва.
32. Профилактика травматизма в процессе занятий баскетболом(особенности построения занятий, подбора средств, разминка, восстановительные мероприятия).

33. Методика ведения протокола игры.
34. Составления положения о соревнованиях.
35. Анализ протоколов педагогических наблюдений, проводимых студентом в учебном году.
36. Характеристика методов подготовки баскетболистов.
37. Педагогическое тестирование подготовленности баскетболистов. Задачи, характеристика, способы измерения результатов.
38. Характеристика методов исследования, используемых в баскетболе.
39. Личная защита в баскетболе. Характеристика, методика обучения.
40. Структура и содержание годичного цикла подготовки баскетболистов высокой квалификации.
41. Задачи, средства и методы подготовки баскетболистов в различные возрастные периоды.
42. Система соревнований в баскетболе для команд высокой квалификации.
43. Характеристика главных соревнований и способов их розыгрыша, проводимых ФИБА.
44. Особенности средств и методов спортивной тренировки баскетболистов в подготовительном периоде годичного цикла.
45. Психологическая подготовка в процессе занятий баскетболом. Средства и методы психологической подготовки.
46. Система планирования в подготовке баскетболистов. Документация перспективного, текущего и оперативного планирования.
47. Факторы, определяющие эффективность быстрого прорыва в баскетболе. Методика обучения и совершенствования.
48. Распределение тренировочных нагрузок по зонам интенсивности в баскетболе.
49. Особенности подготовки юных баскетболистов в группах начальной подготовки ДЮСШ.
50. Анализ структуры и содержания Программы для ДЮСШ и СДЮШОР по баскетболу.
51. Методика судейства в баскетболе.
52. Педагогическое тестирование в системе подготовки баскетболистов. Основные требования и система обработки результатов тестирования.
53. Нововведения в правила и методику судейства соревнований по баскетболу в последние годы в России и в мире.
54. Характеристика тренировочных и соревновательных нагрузок в баскетболе.

Основные показатели и контроль нагрузок.

55. Характеристика научно-исследовательской работы в области баскетбола. Требования к научным работам и основные методы ведения исследования.
56. Тактика игры в баскетбол. Классификация и характеристика индивидуальных, групповых и командных тактических действий в современном баскетболе.
57. Модельные характеристики соревновательной деятельности высококвалифицированных баскетболистов разного игрового амплуа.
58. Травматизм в баскетболе. Локализация травм, профилактика травматизма и реабилитация.
59. Современные подходы и основные элементы организации круговой тренировки при совершенствовании спортивного мастерства баскетболистов.
60. Взаимосвязь физической и технической подготовки баскетболистов в процессе обучения и тренировки баскетболистов разного возраста.
61. Отбор в баскетболе. Характеристика организации и методики отбора. Требования к комплектованию команд на различных этапах подготовки.
62. Характеристика активных форм ведения игры в защите в современном баскетболе. Варианты прессинга. Факторы, обеспечивающие эффективность активных форм защитных действий.
63. Задачи, средства и методы тактической подготовки баскетболистов в годичном цикле.
64. Игровая подготовка баскетболистов, ее специфика в структуре годичного цикла.
65. Особенности организации и системы проведения соревнований баскетболистов разного возраста и квалификации.
66. Задачи, средства и методы подготовки баскетболистов в соревновательном периоде годичного цикла.
67. Психологическая подготовка баскетболистов Средства и методы психологической подготовки.
68. Построение многолетней подготовки баскетболистов.
69. Физическая культура в общеобразовательной школе. Взаимосвязь урочных, внеклассных и внешкольных форм занятий по физической культуре.
70. Занятия физической культурой как средство воспитания личностных качеств учащихся.
71. Современное тактическое построение нападения против личного прессинга: варианты, структура, анализ.

72. Материально-техническое обеспечение подготовки баскетболистов.

1.2.3. Содержание экзаменационных требований для студентов во VI семестре очной формы обучения:

1. Современное состояние и перспективы развития баскетбола в России и в мире.
2. Тактика современного баскетбола. Факторы, влияющие на выбор тактики и тактическую подготовку.
3. Итоги международных соревнований по баскетболу в текущем году, характеристика ведущих команд (муж., жен.).
4. Организационно-управленческие факторы подготовки баскетболистов высокой квалификации.
5. Планирование объемов и интенсивности нагрузок по периодам и этапам годового цикла.
6. Пульсометрия - метод определения интенсивности нагрузок в баскетболе, зоны интенсивности.
7. Управление физкультурным и спортивным движением в России (государственные и общественные органы управления, их структура, функции и механизмы взаимодействия). Требования к комплектованию команд на различных этапах подготовки. Обоснование избранной темы выпускной квалификационной работы. Задачи, методы, основные результаты.
8. Структура и содержание годового цикла подготовки высококвалифицированных баскетболистов.
9. Характеристика "внешней" и "внутренней" нагрузки в спортивной тренировке баскетболистов.
10. Характеристика современного спортивного инвентаря и оборудования баскетбольных залов.
11. Тренировочные и соревновательные нагрузки баскетболистов высокой квалификации и их регулирование.
12. Инновации в методике судейства соревнований по баскетболу.
13. Система восстановления в подготовке баскетболистов высокой квалификации.
14. Характеристика средств спортивной тренировки баскетболистов.
15. Педагогический анализ тренировочного занятия по баскетболу.
16. Планирование спортивной тренировки баскетболистов, их виды.
17. Психологические средства восстановления баскетболистов.
18. Характеристика методов подготовки баскетболистов на различных этапах годового цикла

19. Система контроля в подготовке баскетболистов высокой квалификации.
20. Круговая тренировка в баскетболе.
21. Моделирование в системе подготовке баскетболистов.
22. Особенности методов спортивной тренировки в подготовительном периоде годичного макроцикла.
23. Характеристика современных методов исследования подготовленности баскетболистов.
24. Материально-техническое обеспечение подготовки баскетболистов.
25. Построение и содержание предсоревновательного этапа подготовительного периода подготовки баскетболистов.
26. Характеристика методов воспитания физических качеств баскетболистов.
27. Педагогический контроль процесса спортивной тренировки баскетболистов.
28. Управление командой баскетболистов в процессе соревнований.
29. Соотношение средств различных видов подготовки баскетболистов в годичном цикле.
30. Характеристика этапов подготовительного периода баскетболистов высокой квалификации.
31. Анализ документации планирования в подготовке баскетболистов.
32. Характеристика клубного баскетбола в России. Итоги чемпионата России, кубка России, клубных европейских соревнований (муж., жен.).
33. Характеристика соревновательного периода баскетболистов высокой квалификации.
34. Педагогические средства восстановления баскетболистов.
35. Методика анализа участия команды в соревнованиях.
36. Система спортивной тренировки баскетболистов, характеристика её составляющих.
37. Типы микроциклов в подготовке баскетболистов высокой квалификации, особенности их построения.
38. Характеристика взаимоотношений "тренер - команда", "тренер - игрок", "игрок - игрок".
39. Педагогическое тестирование как раздел контроля подготовленности баскетболистов. Методика тестирования и обработки результатов.
40. Медико-биологические средства восстановления баскетболистов.
41. Характеристика метода сопряженных воздействий в подготовке баскетболистов.

42. Соревновательные нагрузки в подготовке баскетболистов разного возраста и квалификации.
43. Организация и функционирование "штаба" баскетбольной команды.
44. Интервальная тренировка в подготовке баскетболистов на различных этапах годового цикла.
45. Варианты круговой тренировки на различных этапах годового цикла.
46. Характеристика личного прессинга в баскетболе, варианты, методика совершенствования.
47. Информационное и компьютерное обеспечение в подготовке баскетболистов.
48. Предигровая разминка в баскетболе. Варианты, методика проведения.
49. Методы научных исследований физической подготовленности баскетболистов.
50. Научно-методическое и медицинское обеспечение в подготовке баскетболистов.
51. Характеристика предсезонной подготовки баскетболистов высокой квалификации. Средства, методы.
52. Организация и управление развитием баскетбола в России: в клубах, ВУЗах, в средних учебных заведениях, в спортивных школах.
53. Методика разработки годового плана-графика подготовки баскетболистов.
54. Характеристика подготовки баскетболистов на этапе специальной подготовки подготовительного периода годового цикла.
55. Структура и деятельность Российской Федерации баскетбола.
56. Оперативное планирование в подготовке баскетболистов.
57. Обследование соревновательной деятельности баскетболистов. Методика и анализ.
58. Структура и основные направления деятельности Международной Федерации баскетбола (ФИБА) и евро-ФИБА, их взаимодействие.
59. Технические средства в различных видах подготовки баскетболистов.
60. Средства и методы подготовки баскетболистов в межигровых циклах соревновательного периода.
61. Характеристика объемов интенсивности нагрузок баскетболистов высокой квалификации.
62. Педагогические наблюдения как метод научных исследований в баскетболе.
63. Научно-исследовательская работа в баскетболе, современное состояние и направления развития.

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

1. Особенности организации, структуры управления и деятельности структур РФБ (Ассоциации студенческого баскетбола (АСБ), Детско-юношеской баскетбольной лиги (ДЮБЛ) и Ассоциации уличного баскетбола).
2. Структура и содержание годового цикла подготовки баскетболистов высокой квалификации.
3. Характеристика средств и методов восстановления баскетболистов.
4. Система соревнований в баскетболе для команд высокой квалификации. Характеристика главных соревнований и способов их розыгрыша, проводимых ФИБА.
5. Особенности средств и методов спортивной тренировки баскетболистов в подготовительном периоде годового цикла.
6. Психологическая подготовка в процессе занятий баскетболом. Средства и методы психологической подготовки.
7. Управление физкультурным и спортивным движением в России (государственные и общественные органы управления, их структура, функции и механизмы взаимодействия).
8. Система планирования в подготовке баскетболистов. Характеристика перспективного, текущего и оперативного планирования.
9. Положение о ДЮСШ, СДЮШОР – основной документ организации и управления подготовкой юных баскетболистов.
10. Задачи и содержание процесса подготовки баскетболистов в соревновательном периоде.
11. Особенности подготовки юных баскетболистов в группах начальной подготовки ДЮСШ.
12. Современные средства и методы скоростно-силовой подготовки баскетболистов.
13. Анализ структуры и содержания Программы для ДЮСШ и СДЮШОР по баскетболу.
14. Техническая подготовка баскетболистов. Современные средства и методы совершенствования.
15. Распределение тренировочных нагрузок по зонам интенсивности в баскетболе.
16. Модель тренера в спорте высших достижений (на примере баскетбола).
17. Педагогическое тестирование в системе подготовки баскетболистов. Основные требования и система обработки результатов тестирования.
18. Нововведения в правила и методику судейства соревнований по баскетболу в России и в мире.

19. Характеристика тренировочных и соревновательных нагрузок в баскетболе. Основные показатели и контроль нагрузок.
20. Характеристика научно-исследовательской работы в области баскетбола. Требования к научным работам и основные методы ведения исследования.
21. Структура, задачи и основные направления деятельности Российской Федерации баскетбола.
22. Модельные характеристики соревновательной деятельности высококвалифицированных баскетболистов разного игрового амплуа.
23. Травматизм в баскетболе. Локализация травм, профилактика травматизма и реабилитация.
24. Тактическая подготовка баскетболистов, Характеристика средств и методов.
25. Взаимосвязь физической и технической подготовки баскетболистов в процессе обучения и тренировки баскетболистов разного возраста.
26. Система подготовки спортивных резервов в России (Документация, учреждения по подготовке спортивных резервов, организация многолетней подготовки, организация и содержание учебно-тренировочного процесса).
27. Характеристика деятельности международных организаций мирового и европейского баскетбола
28. Педагогическое тестирование в баскетболе. Характеристика тестов по различным видам подготовки баскетболистов
29. Современные средства и методы, используемые в процессе физической подготовки баскетболистов.
30. Методика отбора в СШОР по баскетболу (организация, критерии отбора: состояние здоровья, морфофункциональные, психологические и спортивно-педагогические и другие показатели).
31. Задачи, средства и методы тактической подготовки баскетболистов в годичном цикле.
32. Особенности подготовки юных баскетболистов в учебно-тренировочных группах ДЮСШ.
33. Игровая подготовка баскетболистов, ее специфика в структуре годичного цикла.
34. Особенности организации и системы проведения соревнований баскетболистов разного возраста и квалификации.
35. Задачи, средства и методы подготовки баскетболистов в соревновательном периоде годичного цикла.
36. Планирование спортивной тренировки в баскетболе. Виды планирования.

37. Построение многолетней подготовки баскетболистов.
38. Контроль соревновательной деятельности баскетболистов.
39. Современное состояние баскетбола в России и в мире.
40. Характеристика средств и методов спортивной тренировки в баскетболе.
41. Характеристика и содержание подготовки баскетболистов на этапе специальной подготовки подготовительного периода
42. Система комплексного контроля в подготовке баскетболистов
43. Методы оценки тренировочных нагрузок, применяемых в баскетболе.
44. Материально-техническое обеспечение подготовки баскетболистов.
45. Построение годового тренировочного плана-схемы баскетболистов.
46. Задачи и содержание процесса подготовки баскетболистов в группах начальной подготовки ДЮСШ.
47. Характеристика тренировочных микроциклов в подготовке баскетболистов на различных этапах годового цикла.
48. Система соревнований баскетболистов высокой квалификации в России. Особенности календаря, способы розыгрыша.
49. Современные средства и методы повышения работоспособности баскетболистов.
50. Правила соревнований по баскетболу. Углубленный анализ правил с последними дополнениями и изменениями.
51. Виды планирования в спортивной подготовке. Характеристика текущего планирования.
52. Характеристика и содержание научно-методического и медицинского обеспечения подготовки сборных команд России
53. Задачи научно-исследовательской работы в области баскетбола. Требования к научным работам и основные методы ведения исследования.
54. Структура и содержание Целевой комплексной программы подготовки российских баскетболистов к Олимпийским играм.
55. Анализ участия российских баскетболистов в международных соревнованиях (мужских, женских и резервных команд).
56. Характеристика педагогического контроля в подготовке баскетболистов.
57. Задачи и содержание подготовки баскетболистов в тренировочных группах ДЮСШ.
58. Характеристика методов педагогических исследований в баскетболе: анализ литературы и различных документов, наблюдение, анкетирование, изучение и

обобщение педагогического опыта, тестирование, обследование соревновательной деятельности, педагогический эксперимент.

59. Задачи и содержание подготовки баскетболистов в группах спортивного совершенствования ДЮСШ.
60. Характеристика методов используемых в процессе физической подготовки баскетболистов.

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

1. Физическая подготовка баскетболистов, средства и методы.
2. Силовая подготовка баскетболистов, средства и методы.
3. Характеристика скоростных способностей баскетболистов, средства и методы развития.
4. Скоростно-силовая подготовка баскетболистов, средства и методы развития (на примере прыгучести).
5. Круговая тренировка в баскетболе, особенности проведения.
6. Взаимосвязь и взаимовлияние физической и технической подготовки баскетболистов.
7. Техника выполнения штрафного броска. Методика обучения и совершенствования.
8. Техника бросков в прыжке. Методика обучения и совершенствования.
9. Совершенствование эффективности бросков в современном баскетболе.
10. Тактика нападения в баскетболе. Характеристика позиционного нападения, варианты и современные комбинации.
11. Тактическая подготовка баскетболистов, средства и методы.
12. Характеристика быстрого прорыва в баскетболе, средства и методы обучения и совершенствования.
13. Характеристика зонной защиты в баскетболе, средства и методы обучения и совершенствования.
14. Характеристика личного прессинга в баскетболе, средства и методы обучения и совершенствования.
15. Характеристика зонного прессинга в баскетболе, средства и методы обучения и совершенствования.
16. Многолетняя подготовка баскетболистов, особенности организации и направленности подготовки на разных этапах.
17. Анализ организации и особенности подготовки юных баскетболистов в ДЮСШ.
18. Возрастные особенности детей, подростков, девушек и юношей, занимающихся баскетболом.
19. Организация и методика отбора детей в ДЮСШ по баскетболу
20. Организация и особенности подготовки юных баскетболистов в группах мини-баскетбола.
21. Организация, задачи и направленность подготовки команд Детско-юношеской баскетбольной лиги.

22. Организационно-методические аспекты деятельности Школьной Баскетбольной Лиги в России.
23. Особенности организации и проведения Молодежного чемпионата.
24. Особенности подготовки баскетболистов студенческих команд.
25. Соревнования в баскетболе, классификация, способы розыгрыша.
26. Характеристика соревновательной деятельности баскетболистов разного игрового амплуа.
27. Сравнительная характеристика соревновательной деятельности баскетболистов-выпускников ДЮСШ и игроков высокой квалификации.
28. Психологическая подготовка баскетболистов.
29. Взаимоотношение игроков и тренера в современном баскетболе.
30. Организация и управление подготовкой баскетболистов в Национальной Баскетбольной Ассоциации США.
31. Сравнительная характеристика подготовленности баскетболистов высокой квалификации России, Европы и США.
32. Подготовка судейского аппарата (судей в поле и секретариата) в баскетболе.
33. Стритбол. Особенности игровой деятельности, правил соревнований, судейства и организации тренировочной и соревновательной деятельности.

1.2.6. Примерная тематика выпускных квалификационных работ:

1. Прогнозирование спортивных достижений в баскетболе.
2. Содержание учебно-тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки баскетболистов.
3. Модели соревновательной деятельности в баскетболе.
4. Методики повышения уровня подготовленности баскетболистов.
5. Модельные характеристики спортсмена баскетбола.
6. Планирование тренировочных нагрузок в видах баскетбола и их взаимовлияние.
7. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в различных группах ДЮСШ по баскетболу.
8. Внедрение путей решения анатомо-физиологических, биохимических, биомеханических и других актуальных проблем баскетбола.
9. Инновации в методике обучения технике и тактике баскетбола.
10. Тренажерные технологии и их использование в тренировочном процессе баскетболистов.
11. Особенности подготовки баскетболистов студенческих команд.
12. Соревнования в баскетболе, классификация, способы розыгрыша.
13. Характеристика соревновательной деятельности баскетболистов разного игрового амплуа.
14. Сравнительная характеристика соревновательной деятельности баскетболистов- выпускников ДЮСШ и игроков высокой квалификации.
15. Система фармакологической поддержки баскетболистов в тренировочном процессе и соревнованиях.
16. Рационализация питания спортсменов занимающихся по баскетболу.
17. Содержание периодов и этапов годового цикла тренировочного процесса спортсменов баскетбола на различных этапах многолетней подготовки.
18. Система соревнований как составной части многолетней подготовки баскетболистов.
19. Многолетняя подготовка баскетболистов, особенности организации и направленности подготовки на разных этапах.
20. Анализ организации и особенности подготовки юных баскетболистов в ДЮСШ.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)»

Основная литература

1. Нестеровский Д.И. Теория и методика баскетбола : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению "Пед. образование" : рек. УМО по образованию в обл. подгот. пед. кадров / Д.И. Нестеровский. - 6-е изд., перераб. - М.: Academia, 2014. - 349 с.: ил.

Дополнительная литература.

1. Анискина С.Н. Методика обучения технике и тактике баскетбола : метод. разработ. для специальности 032101 / С.Н. Анискина ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: [Физ. культура], 2008. - 40 с.: ил.

2. Виссел Х. Баскетбол : шаги к успеху : [пер. с англ.] / Хол Виссел. - М.: АСТ: Астрель, [2011]. - 240 с.: ил.

3. Вуттен М. Как добиться успеха в подготовке баскетболистов / Морган Вуттен ; [пер.с англ. А.В. Зубковой]. - М.: ТВТ Дивизион, 2008. - 400 с.: ил.

4. Гатмен Б. Все о тренировке юного баскетболиста / Билл Гатмен, Том Финнеган ; [пер. с англ. Т.А. Бобровой]. - М.: АСТ: Астрель, [2007]. - 303 с.: ил.

5. Гомельский Е.Я. Вся баскетбольная рать / Е.Я. Гомельский. - М.: Вагриус, [2009]. - 127 с.: ил.

6. Инновационные технологии в спортивных играх: теория и практика. Вып. 5 : (сб. лекций) : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / [авт.-сост. В.П. Черемисин] ; Моск. гос. акад. физ. культуры. - Малаховка: [МГАФК], 2010. - 257 с.: ил.

7. Климов С.Е. Дворовый спорт / С.Е. Климов. - [2-е изд., перераб. и доп.]. - М.: Сов. спорт, 2008. - 163 с.: ил.

8. Козин В.В. Моделирование противодействий соперников в технико-тактической подготовке баскетболистов групп спортивного совершенствования : Монография : рек. для магистрантов и бакалавров физкультур. вузов по направлениям 034300.68, 034300.62 / Козин В.В. ; М-во спорта РФ, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2014. - 166 с.: рис.

9. Лепешкин В.А. Баскетбол : подвиж. и учеб. игры / В.А. Лепешкин. - М.: Сов. спорт, 2011. - 98 с.: ил.

10. Лепешкин В.А. Баскетбол : подвиж. и учеб. игры / В.А. Лепешкин. - М.: Сов. спорт, 2013. - 98 с.: ил.

11. Лях В.И. Физическая культура : 10-11 кл. : учеб. для общеобразоват. учреждений : рек. М-вом образования и науки РФ / В.И. Лях, А.А. Зданевич ; под общ. ред. В.И. Ляха. - 6-е изд. - М.: Просвещение, 2011. - 237 с.: ил.

12. Малкин В.Р. Управление психологической подготовкой в спорте / В.Р. Малкин. - М.: ФиС, 2008. - 194 с.

13. Малов В.И. Сто великих спортивных достижений / В.И. Малов. - М.: Вече, 2007. - 426 с.: ил.

14. Малов В.И. Сто великих спортивных достижений / В.И. Малов. - М.: Вече, 2010. - 426 с.: ил.

15. Методические основы подготовки судей по баскетболу : учеб.-метод. пособие / [под ред. И.К. Латыпова, Дмитриева И.К.]. - М.: Наука, 2012. - 278 с.: ил.

16. Методические рекомендации и практические советы для судей по баскетболу : [учеб.-метод. пособие] / под ред. И.К. Латыпова. - М.: Наука, 2014. - 103 с.: ил.

17. Методические указания к тестированию общей и специальной физической подготовленности : для самостоят. занятий студентов всех специальностей / Федер.

- агентство по образованию [и др.] ; [сост. Э.М. Кураков [и др.]]. - М.: [ГУУ], 2007. - 48 с.: ил.
18. Научные исследования в избранном виде спорта (баскетбол) [Электронный ресурс] : рабочая прогр. дисциплины : направление подгот. 49.03.01 : профиль подгот.: "Физ. культура" : квалификация (степень) выпускника - Акад. бакалавр : форма обучения - оч., заоч. : утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / сост.: Костикова Л.В. [и др.] ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2015
19. Официальные правила баскетбола 1994-1998. Официальные правила мини-баскетбола 1994-1998. : Одобрены и утверждены на Когр. ФИБА в авг. 1994 г. в Торонто (Канада) / Междунар. Федерация баскетбола. - Б. м., Б. г. - 135 с.: ил.
20. Официальные правила баскетбола 2008 : утв. Центр. Бюро ФИБА : Пекин, Кит. Нар. Респ., 26 апр. 2008 г. : [утв. Рос. Федерацией баскетбола 1 июля 2008 г.] / ФИБА, [Рос. федерация баскетбола]. - [Б. м.: Б. и.], [2008?]. - 138 с.: ил.
21. Официальные правила баскетбола 2010 : утв. Центр. Бюро ФИБА : Сан-Хуан, Пуэрто-Рико, 17 апр. 2010 г. : Действуют с 1 окт. 2010 г. : [утв. Исполкомом РФ баскетбола 21 мая 2010 г.] / ФИБА, [Рос. федерация баскетбола]. - [М.: [Инфобаскет], [2010?]]. - 156 с.: ил.
22. Официальные правила баскетбола 2012 : утв. Центр. Бюро ФИБА : Рио-де-Жанейро, Бразилия, 29 апр. 2012 г. : Действуют с 1 окт. 2012 г. : [утв. Исполкомом Рос. Федерацией баскетбола 19 июля 2012 г.] / ФИБА, [Рос. федерация баскетбола]. - [Б. м.: Б. и.], [2012?]. - 119 с.: ил.
23. Перечень статей в сборниках научных трудов, утвержденных ВАК Украины по специальности "Физическое воспитание и спорт". - Б. м.: Б. и., Б. г. - 20 с.
24. Программа подготовки начинающих судей по баскетболу / [подгот.: Дмитриев Ф.Б., Григорьев М.П., Латыпов И.К.] ; Рос. федерация баскетбола. - М., 2013. - 30 с.
25. Пэйе Б. Баскетбол для юниоров : 110 упражнений от простых до сложных : [пер.с англ.] / Баррел Пэйе, Патрик Пайе. - М.: ТВТ Дивизион, 2008. - 3251 с.: ил.
26. Семенов В.Б. Секция баскетбола в школе / В.Б. Семенов. - М.: Чистые пруды, 2010. - 31 с.: ил.
27. Система физического воспитания в ДОУ : планирование, информ.-метод. материалы, разраб. занятий и упражнений, спортив. игры / авт.-сост. О.М. Литвинова. - Волгоград: Учитель, [2007]. - 238 с.: табл.
28. Скворцова М.Ю. Методика проведения занятий по физической подготовке баскетболистов : [учеб. пособие] / М.Ю. Скворцова ; Федер. агентство по образованию, Гос. образов. учреждение высш. проф. образования "Кузбас. гос. тех. ун-т". - Кемерово, 2007. - 112 с.: ил.
29. Современность как предмет исследования, междунар. науч. конф. (2011; Малаховка). 4 Международная научная конференция "Современность как предмет исследования", 28-30 окт. 2011 г. : сб. материалов / под ред. д-ра соц. наук, проф. Фомина Ю.А. ; Моск. гос. акад. физ. культуры, Моск. обл. олимп. акад. - Малаховка: [Изд-во МГАФК], 2011. - 172 с.: табл.
30. Современный баскетбол - настоящее и будущее, всерос. науч.-практ. конф. (2009; Москва). Всероссийская научно-практическая конференция "Современный баскетбол - настоящее и будущее" : сб. материалов / М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Рос. федерация баскетбола, Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2009. - 225 с.: ил.
31. Спортивные игры : техника, тактика, методика обучения : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности 033100 - Физ. культура : доп. Умо по

специальностям пед. образования / под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. - 5-е изд., стер. - М.: Academia, 2008. - 518 с.: ил.

32. Судейство соревнований в избранном виде спорта (баскетбол) [Электронный ресурс] : рабочая прогр. дисциплины : направление подгот. 49.03.01 : профиль подгот.: "Спортив. подгот." : квалификация (степень) выпускника - Акад. бакалавр : форма обучения - оч., заоч. : утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / сост.: Костикова Л.В. [и др.] ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2015

33. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол : в ред. приказа Минспорта Рос. от 23.07.2014 г. № 620 / М-во спорта РФ. - [М.]: [Сов. спорт], [2016]. - 25 с.: табл.

34. Физическая культура : 5-7 кл. : учеб. для общеобразоват. учреждений : рек. М-вом образования и науки РФ / под ред. М.Я. Виленского. - 6-е изд. - М.: Просвещение, 2010. - 156 с.: ил.

35. Яхонтов Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101 : доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту / Е.Р. Яхонтов ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, С.-Петербург. гос. ун-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта, Высш. шк. тренеров по баскетболу. - 4-е изд., стер. - СПб.: [Олимп-СПб], 2008. - 134 с.: ил.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

1. <http://www.fiba.com>
2. <http://www.fibaeurope.com>
3. <http://www.russiabasket.ru>
4. <http://www.pro100basket.ru>
5. <http://www.mbl.su>
6. <http://www.cskabasket.com>
7. <http://www.pbleague.ru>
8. <http://www.euroleague.net>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Баскетбольный зал (42х24м.);

Спортивный инвентарь:

- Баскетбольные мячи (7 size) – 40 штук;
- Баскетбольные мячи (6 size) – 30 штук;
- Гантели виниловые – 10 штук;
- Обводные стойки – 12 штук;
- Медицинбол – 5 штук;
- Набивные мячи – 30 штук;
- Скакалки – 70 штук
- Компьютерный класс

Научная аппаратура и оргтехника:

- Акустическая система активная Wharfedale Titan 12 Active;
- Анализатор жировой массы TBF-300P;
- Видеокамера SONY VCR-CR42E;
- Видеомагнитофон и DVD рекордер;
- Динамометр кистевой;
- Интерактивная доска Smart Board 660;
- Командная система мониторинга сердечного ритма «Polar Team System»;
- Комплект информационных универсальных табло для игровых видов спорта с системой подвеса;
- Компьютер комплектации «Стандарт» - (9 шт.);
- Компьютер комплектации «ФАЙЛ-СЕРВЕР»;
- Ноутбук – 3 штуки;
- Проектор Benq PB8263;
- Эквалайзер Berhringer FBQ;
- Экран Varonet 152*203 MW.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол) для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола
Сроки изучения дисциплины (модуля): 1, 2 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *зачет*

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

№	Виды текущего контроля (I и II семестр)	Сроки проведения	Количество баллов
1	Составление комплексов упражнений по методике обучения технике нападения	2-4 неделя	10
2	Составление комплексов упражнений по методике обучения технике защиты	5-7 неделя	10
3	Посещение и просмотр тренировочных занятий с различным контингентом	Весь период	15
4	Проведение подготовительной части занятия на группах различного возраста и квалификации	10-20 неделя	15
5	Ведение протоколов матчей	22-30 неделя	10
6	Выполнение функций оператора табло, секундометриста и оператора счётчика 24 секунд	22-30 неделя	10
7	Посещение занятий	Весь период	15
8	Сдача зачета (рубежный контроль)	43 неделя	15
	ИТОГО:		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) Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка.

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола
Сроки изучения дисциплины (модуля): 3,4 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *зачет*

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

№	Виды текущего контроля (III и IV семестр)	Сроки проведения	Количество баллов
1	Анализ и обобщение литературных источников на тему «Тактика нападения (индивидуальные и групповые действия)»	2-4 неделя	10
2	Анализ и обобщение литературных источников на тему «Тактика защиты (индивидуальные и групповые действия)»	5-7 неделя	10
3	Проведение части занятия. Совершенствование техники нападения.	Весь период	10
4	Проведение части занятия. Совершенствование техники нападения.	10-20 неделя	10
5	Выполнение функций судьи, судьи-секретаря и составление статистических отчетов	22-30 неделя	10
6	Выполнение функций оператора табло, секундометриста и оператора счётчика 24 секунд	22-30 неделя	15
7	Посещение занятий	Весь период	10
8	Сдача зачета (рубежный контроль)	44 неделя	15
	ИТОГО:		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) Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 5,6 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *зачет*

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

№	Виды текущего контроля (V и VI семестр)	Сроки проведения	Количество баллов
1	Выполнение практических нормативов по физической подготовке	2-4 неделя	10
2	Выполнение практических нормативов по технической подготовке	5-7 неделя	10
3	Анализ и обобщение литературных источников по тактической подготовке.	Весь период	10
4	Демонстрация вариантов индивидуальных тактических действий на макете площадки	10-20 неделя	10
5	Демонстрация вариантов групповых тактических взаимодействий на макете площадки	22-30 неделя	15
6	Выполнение функций оператора табло, секундометриста и оператора счётчика 24 секунд	22-30 неделя	15
7	Посещение занятий	Весь период	10
8	Сдача зачета (рубежный контроль)	43 неделя	20
	ИТОГО:		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) Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка.

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7,8 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачет*

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

№	Виды текущего контроля (VII и VIII семестр)	Сроки проведения	Количество баллов
1	Составление плана годового макроцикла.	4-7 неделя	10
2	Устный опрос по применению методов педагогического тестирования в баскетболе	12 неделя	15
3	Анализ показателей соревновательной деятельности баскетболистов высокой квалификации на Олимпийских играх (Чемпионате Мира)	18 неделя	15
4	Выполнение функций судьи, судьи-секретаря и составление статистических отчетов	Весь период	15
5	Выполнение функций оператора табло, секундометриста и оператора счётчика 24 секунд	Весь период	15
6	Посещение занятий	Весь период	10
7	Сдача зачета (рубежный контроль)	40 неделя	20
	ИТОГО:		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

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 баскетбола

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

**«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование»
(баскетбол)**

(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: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 20 зачетных единиц.

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

3. Цель дисциплины: сформировать готовность к педагогической деятельности в области физической культуры и спорта и способности к самообразованию и самосовершенствованию, обеспечить прочное и сознательное овладение основами педагогических знаний и умений, которые необходимы в практической деятельности студентам по направлению 49.03.01 «Физическая культура».

Задачи дисциплины:

1. Сформировать достаточный запас теоретических знаний, а также практических умений и навыков, обеспечивающих профессиональную подготовленность выпускника;
2. Обеспечить готовность к практической реализации, установленных программой дисциплины, общекультурных и профессиональных компетенций;
3. Сформировать компетенции на основе полученных знаний и практической готовности к самостоятельному, творческому решению воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли;
4. Обеспечить готовность к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленную на подготовку высококвалифицированных баскетболистов;
5. Обеспечить готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы по баскетболу, направленной на оздоровление, всестороннее развитие личности, закалывание и приобщение к здоровому образу жизни;
6. Владеть организационно-управленческими компетенциями, методикой научных исследований, использованием информационных технологий в профессиональной деятельности;
7. Владеть способностями получения и использования в профессиональной деятельности достижений отечественных и зарубежных специалистов, побуждать к собственным инновационным разработкам, профессионально совершенствоваться в избранной физкультурно-спортивной деятельности;
8. Обеспечить формирование технических и тактических навыков игры в баскетбол;
9. Сформировать готовность к участию в соревновательной деятельности на основе полученных теоретических и практических знаний, умений и навыков игры в баскетбол.

Компетенции:

В процессе освоения данной дисциплины формируются следующие компетенции:

- способностью проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2);
- 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 оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);
- способностью организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);
- 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 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);

**4. 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.	Основные физические качества баскетболистов	1		6	30	Зачет	
2.	Техника нападения. Методика обучения	1		10	26		
3.	Техника защиты. Методика обучения	1		10	26		
4.	Тактика нападения (индивидуальные и групповые действия)	2		13	50		
5.	Тактика защиты (индивидуальные и групповые действия)	2		13	50		
6.	Семестровый зачет	2					
7.	Основы развития физических качеств баскетболистов	3		12	15	Зачет	
8.	Организация и проведение соревнований	3		18	18		
9.	Организация и проведение соревнований	4		30	33		
10.	Семестровый зачет	4					
11.	Современные средства и методы совершенствования техники игры в баскетбол	5		30	33	Зачет	
12.	Современные средства и методы совершенствования тактики игры в баскетбол	6		30	33		
13.	Семестровый зачет	6					
14.	Управление подготовкой	7		6	30	9	Экзамен

	баскетболистов. Методические приемы совершенствования игровой подготовки						
15.	Контроль за динамикой нагрузок баскетболистов	7		6	30		
16.	Современное состояние НМО подготовки баскетболистов	7		8	28		
17.	Изучение методик комплексного контроля	7		10	8		
18.	Структура и содержание многолетней подготовки баскетболистов	8		30	42		
19.	Семестровый экзамен	8			27		
Итого часов:				232	479	9	
							720 часов

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 баскетбола

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование»
(баскетбол)**

(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 (ускоренное обучение на базе ВПО)*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 8 от «21» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики баскетбола
Протокол №41 от «29»июня 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики баскетбола
Протокол №34 от «22»июня 2017 г.

Составитель:

Лаптев Сергей Олегович, старший преподаватель кафедры ТИМ баскетбола.

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины (модуля) **«Спортивно-педагогическое совершенствование»** – формирование и совершенствование профессиональных знаний, умений, навыков, развитие физических и психических качеств студентов, необходимых для их будущей профессиональной деятельности; обеспечение освоения учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), училищах олимпийского резерва (УОР), и средних специальных учебных заведениях, владеющих теоретическими знаниями научных достижений в нашей стране и за рубежом и умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации, Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата.

Курс «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)» является органичным дополнением к освоению основных разделов дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)» и направлен на формирование, совершенствование и развитие профессиональных знаний, умений, навыков, развитие физических и психических качеств студентов, необходимых для их будущей профессиональной деятельности.

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)» относится к профессиональному циклу вариативной части по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», по профилю «Спортивная подготовка».

Программный материал дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)» опирается в целом на информацию, полученную студентами в результате освоения других предметов учебного плана вуза, что даёт возможность выстроить программу на основе междисциплинарных связей. Освоение курса «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)», главным образом, связано с изучением дисциплин медико-биологического (анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, спортивная медицина и др.) и психолого-педагогического (история, социология, педагогика, психология и др.) циклов.

В своей основе дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)» предусматривает практическую подготовку к различным видам профессиональной деятельности выпускника: тренерской, педагогической, организационно-управленческой, научно-исследовательской, рекреационной, реабилитационной и т.д. В программе определён перечень тем, обязательных преимущественно для формирования и совершенствования профессиональных умений и навыков, необходимых в будущей практической деятельности выпускника.

В течение четырёх лет обучения студенты обязаны совершенствовать индивидуальную физическую и техническую подготовку, как стержневой компонент профессиональной подготовки, а также командную тактическую систему подготовки.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	заочная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-2	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – - основные требования к проведению занятий по баскетболу – <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – - проводить учебные занятия по баскетболу с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов 	2		
ОПК-3	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – средства и методы обучения техники баскетбола; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся в группах начальной подготовки; – требований стандартов спортивной подготовки в баскетболе к проведению занятий с данным контингентом. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической 	4		

	<p>культуры и спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в баскетболе с учетом особенностей занимающихся в группах начальной подготовки и требований образовательных стандартов по баскетболу. 			
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы теории и методики физической культуры и спорта; – принципы и методы обучения в технике перемещений, передач мяча и ведении; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки баскетболистов; – требования стандартов спортивной подготовки в баскетболе 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 баскетболе с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов. 			
	<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 баскетболе. 	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; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в баскетболе с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов. 			
ОПК-5	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы разностороннего развития занимающихся средствами баскетбола и принципов построения занятий по баскетболу оздоровительной направленности 	1		
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе подготовки спортсменов в баскетболе; – особенности протекания восстановления при занятиях различными видами баскетбола. 	8		

	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – подбирать восстановительные средства, используемые после тренировочных нагрузок в технических видах баскетбола; использовать восстановительные средства, при повышенных тренировочных нагрузках в циклических видах баскетбола. 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – планированием восстановительных мероприятий в тренировочном процессе баскетболистов 			
ОПК-8	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – современные интерпретации новых правил по баскетболу согласно Регламенту FIBA; – судейскую терминологию при проведении соревнований по видам баскетбола; – основные требования к оборудованию и личному инвентарю участников соревнований. 	1		
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – правила соревнований по баскетболу; – 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		
	<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 			
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 баскетболе; – современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 	6		
	<p><i>Уметь:</i></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; <p>использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в баскетболе.</p>			
ПК-11	<p><i>Знать:</i></p> <p>теоретические основы программирования процесса обучения в баскетболе</p>	3		
	<p><i>Уметь:</i></p>			

	– составлять обучающие программы по видам баскетбола			
	<i>Уметь:</i> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по видам баскетбола в соответствии с тренировочным этапом многолетней подготовки баскетболистов	6		
	<i>Уметь:</i> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по видам баскетбола в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства баскетболистов	7		
ПК-14	<i>Знать:</i> – основы теории и методики спортивной тренировки в баскетболе; – средства и методы физической, технической и тактической подготовки в баскетболе	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			

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

4.1 Заочная форма обучения (ускоренное обучение на базе ВПО)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц, экзамены – 9 часов, аудиторных занятий – 44 часа, самостоятельная работа студентов – 667 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 «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
I курс	Всего:106 часов (3 зачетных единицы)	1		10	98		
1.1	Модуль 1 (1 зачетная единица - 36 часов) «Основные физические качества баскетболистов»			6	30		
1.2	Модуль 2 (1 зачетная единица - 36 часов) «Техника нападения. Методика обучения»			2	34		
1.3	Модуль 3 (1 зачетная единица – 34 часов) «Техника защиты. Методика обучения»			2	32		
I курс	Всего:110 часов (3 зачетных единицы)	2		4	106		
1.3.1	Модуль 3а (1,5 зачетных единицы) Методика обучения групповым взаимодействиям в защите			2	54		

1.3.2	Модуль 3б (1,5 зачетных единицы) Методика обучения групповым взаимодействиям в нападении			2	54		
Всего за I курс: 216 часов (6 зачетных единиц)				10	206		
II курс	Всего: 54 часа (1,5 зачетных единицы)	3		8	46		
1.4	Модуль 4 (1,5 зачетных единицы – 54 часа) «Тактика нападения (индивидуальные и групповые действия)»			8	46		
II курс	Всего: 54 часов (2 зачетных единицы)	4		6	48		
1.5	Модуль 5 (1,5 зачетных единицы – 54 часа) «Тактика защиты (индивидуальные и групповые действия)»			6	48		
Всего за II курс: 144 часа (4 зачетных единицы)				20	115	9	
III курс	Всего: 70 часов (1 зачетная единица)	5		6	64		
1.7	Модуль 7 (1,5 зачетных единицы) «Основы развития физических качеств баскетболиста»			4	50		
1.8	Модуль 8 (0,5 зачетных единицы) «Организация и проведение соревнований»			2	14		
III курс	Всего: 74 часа (3 зачетных единицы)	6		4	70		
1.9	Модуль 9 (2 зачетных единицы) «Организация и проведение соревнований»			4	70		
Всего за III курс: 144 часа (4 зачетных единицы)				10	134		
IV курс	Всего: 252 часа (7 зачетных единицы)	7		10	233	9	Экзамен

2.1	Модуль 11 (1 зачетная единица) «Современные средства и методы совершенствования техники игры в баскетбол»			2	34		
3.5	Модуль 12 (1 зачетная единица) «Современные средства и методы совершенствования тактики игры в баскетбол»			2	34		
3.6	Модуль 14 (1 зачетная единица) «Управление подготовкой баскетболистов. Методические приемы совершенствования игровой подготовки»			2	34		
3.7	Модуль 15 (1 зачетная единица) «Контроль за динамикой нагрузок баскетболистов»			2	34		
3.9	Модуль 16 (1 зачетная единица) «Современное состояние НМО подготовки баскетболистов»			2	34		
4.0	Модуль 17 (0,5 зачетных единицы) «Изучение методик комплексного контроля»				18		
4.1	Модуль 18 (0,5 зачетных единицы) «Структура и содержание многолетней подготовки баскетболистов»				18		
4.2	Модуль 19 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»				27	9	
Всего за IV курс: 252 часа (7 зачетных единиц)				10	233	9	

Всего за курс: 720 часов		60	633	27	
---------------------------------	--	-----------	------------	-----------	--

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

1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол)»

1.1. 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))

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

1.2.1. Вопросы к зачету для студентов во II, IV, VI семестре заочной ускоренной формы обучения:

1. Баскетбол в Российской системе физического воспитания, его наиболее характерные особенности.
2. Характеристика физического качества сила, средства и методы ее развития в баскетболе.
3. Классификация техники баскетбола (принципиальная схема с конкретным примером).
4. Общая характеристика методики обучения в баскетболе.
5. Значение передач в современном баскетболе, анализ техники передач, выполняемых на месте.
6. Взаимосвязь правил игры в баскетбол с развитием техники и тактики баскетбола.
7. История возникновения баскетбола и развитие игры в России и в мире.
8. Значение физической подготовки баскетболиста и ее характеристика.
9. Характеристика и анализ техники передач, выполняемых в движении.
10. Особенности современной техники баскетбола и ее значение в повышении спортивного мастерства баскетболистов.
11. Броски мяча в движении, методика обучения этим приемам.
12. Анализ итогов чемпионата Единой Лиги ВТБ.
13. Характеристика физического качества быстрота, средства и методы ее развития в баскетболе.
14. Структура, организация и содержание занятия (на примере баскетбола).
15. Характеристика методов организации занимающихся, используемых в баскетболе.
16. Анализ техники ловли и передачи мяча в движении.

17. Характеристика современного состояния баскетбола и тенденции развития.
18. Классификация и характеристика индивидуальных тактических действий игрока с мячом и без мяча.
19. Характеристика физического качества выносливость, средства и методы развития в баскетболе.
20. Классификация бросков мяча в баскетболе, тенденции развития техники бросков.
21. Содержание принципа активности и сознательности в баскетболе, основные пути их реализации в учебном процессе.
22. Классификация бросков мяча в баскетболе, тенденции развития техники бросков.
23. Методика ведения протокола игры и технического отчета.
24. Баскетбол в дореволюционной России, организация соревнований, методические основы.
25. Характеристика физического качества ловкость, средства и методы развития в баскетболе.
26. Структурный анализ техники броска в прыжке и методика обучения этому приему.
27. Содержание принципа доступности и индивидуализации, методические пути реализации его в баскетболе.
28. Характеристика физического качества гибкость, средства и методы ее развития в баскетболе.
29. Характеристика и структурный анализ техники броска одной рукой в движении.
30. Классификация тактики игры в баскетбол.
31. Анализ техники ведения мяча в баскетболе.
32. Правила игры в баскетболе, их эволюция.
33. Содержание принципа наглядности. Его значение и методические пути реализации в баскетболе.
34. Взаимосвязь физической и тактической подготовки баскетболистов.
35. Классификация техники передвижений в защите и нападении, тенденции развития техники передвижений.
36. Классификация и характеристика индивидуальных тактических действий игрока без мяча.
37. Педагогический контроль уровня развития физических качеств (характеристика тестов, методика тестирования).
38. Классификация техники противодействия и овладения мячом, тенденции развития.

39. Особенности проявлений физических качеств, обеспечивающих выполнение бросков мяча в баскетболе.
40. Анализ техники выбивания и вырывания мяча. Методика обучения этим приемам.
41. Оборудование и инвентарь баскетбольных залов.
42. История развития баскетбола в период 1928-1941гг.
43. Характеристика и анализ техники перехвата мяча в баскетболе. Методика обучения этому приему.
44. Обучение общеразвивающим упражнениям в баскетболе (на примере подготовительной части занятия).
45. История развития баскетбола в период 1941-1970гг.
46. Особенности проявления физических качеств в баскетболе.
47. Анализ техники поворотов. Методика обучения.
48. Классификация техники защиты в баскетболе.
49. Участия российских баскетболистов в Олимпийских играх (женщины, мужчины).
50. Характеристика научно-исследовательской работы в баскетболе, ее значение для теории и методики баскетбола.
51. Классификация техники нападения в баскетболе.
52. Определение понятия «техника игры». Значение техники и технической подготовки в общей системе подготовки баскетболистов.
53. Основные ошибки при выполнении передач, педагогические приемы исправление ошибок.
54. Последовательность в изучении приемов техники баскетбола.
55. Характеристика и анализ овладения мячом, при взятии отскока. Методика обучения.
56. История участия российских баскетболистов в Чемпионатах Европы (женщины, мужчины).
57. Анализ контрольных упражнений по специальной физической подготовке баскетболиста.
58. Характеристика и анализ техники накрывания и отбивания мяча. Методика обучения этим приемам.
59. История участия российских баскетболистов в Чемпионатах Мира (женщины, мужчины).
60. Характеристика игры в баскетбол и ее влияние на уровень подготовленности баскетболистов.

61. Требования к местам занятий, оборудованию и инвентарю по баскетболу.
62. Дать определение основным понятиям: техника, тактика, стратегия, классификация, всем физическим качествам.
63. Характеристика способов выхода игрока без мяча на свободное место. Методика обучения.
64. Методика и организация работы секретариата на соревнованиях по баскетболу.
65. Характеристика целостного и расчлененного методов обучения в баскетболе (привести примеры обучения техники).
66. Классификация техники передвижений. Методика обучения приставному шагу.
67. Способы действий против игрока с мячом и без мяча.
68. Структура занятия, задачи, организация, содержание, выбор средств и методов.
69. Методика овладения мячом, отскочившим от щита (с места, с разбега)
70. Характеристика средств и методов развития физического качества сила.
71. Анализ современного состояния баскетбола в России и в мире (по материалам различных источников информации).
72. Анализ техники штрафного броска. Методика исправления ошибок.
73. Конспект занятия. Методика записи упражнения в конспекте занятия.
74. Характеристика групповых действий в нападении и защите.
75. Классификация тактики нападения.

1.2.2. Содержание экзаменационных требований для студентов во VII семестре заочной ускоренной формы обучения:

1. Тактика игры в баскетбол. Средства, способы и формы ведения игры.
2. Методы тестирования специальной физической и технической подготовленности баскетболистов. Характеристика, задачи, способы измерения результатов.
3. Физическая подготовка баскетболистов. Значение, средства и методы.
4. Метод обследования соревновательной деятельности баскетболистов. Привести примеры.
5. Классификация тактики защиты.
6. Виды спортивной тренировки в баскетболе. Характеристика.
7. Характеристика методов обследования физической подготовленности баскетболистов.
8. Техническая подготовка баскетболистов. Значение, средства и методы.
9. Распределение игроков по функциям. Требование к игрокам различных функций, их характеристика в игровой деятельности.
10. Круговой способ розыгрыша. Характеристика. Примеры использования в

современной соревновательной деятельности.

11. Характеристика стадий и этапов многолетней подготовки баскетболистов.
12. Соревнования в баскетболе. Место в многолетней и круглогодичной подготовке баскетболистов.
13. Психологическая подготовка баскетболистов. Место в практике подготовки команд, средства, методы.
14. Проведение соревнований по баскетболу. Примеры современной практики.
15. Положение о соревнованиях. Основные разделы и их назначение.
16. Классификация средств, используемых в подготовке баскетболистов. Характеристика. Примеры использования на практике.
17. Педагогические наблюдения и хронометраж игровой деятельности в баскетболе. Назначение, способы регистрации, примеры.
18. Командные действия баскетболистов в нападении. Классификация, виды и способы нападения.
19. Взаимосвязь современных правил игры в баскетбол с технико-тактической подготовкой баскетболистов.
20. Командные действия баскетболистов в защите. Классификация, виды и способы защиты.
21. Требования к специальной подготовленности нападающих в различных системах нападения в баскетболе.
22. Характеристика системы проведения чемпионата Мира по баскетболу.
23. Характеристика методов подготовки баскетболистов.
24. Система быстрого прорыва. Характеристика фаз, методика обучения.
25. Травматизм в баскетболе, локализация травм, причины получения.
26. Факторы, определяющие эффективность быстрого прорыва.
27. Характеристика главных соревнований для национальных сборных команд РФ по баскетболу в Олимпийском цикле.
28. Стремительное нападение. Задачи, способы, варианты.
29. Характеристика современного состояния баскетбола и тенденций его развития.
30. Позиционное нападение. Классификация, способы, варианты, комбинации.
31. Требования к специальной подготовленности игроков задней линии при использовании быстрого прорыва.
32. Профилактика травматизма в процессе занятий баскетболом(особенности построения занятий, подбора средств, разминка, восстановительные мероприятия).

33. Методика ведения протокола игры.
34. Составления положения о соревнованиях.
35. Анализ протоколов педагогических наблюдений, проводимых студентом в учебном году.
36. Характеристика методов подготовки баскетболистов.
37. Педагогическое тестирование подготовленности баскетболистов. Задачи, характеристика, способы измерения результатов.
38. Характеристика методов исследования, используемых в баскетболе.
39. Личная защита в баскетболе. Характеристика, методика обучения.
40. Структура и содержание годичного цикла подготовки баскетболистов высокой квалификации.
41. Задачи, средства и методы подготовки баскетболистов в различные возрастные периоды.
42. Система соревнований в баскетболе для команд высокой квалификации.
43. Характеристика главных соревнований и способов их розыгрыша, проводимых ФИБА.
44. Особенности средств и методов спортивной тренировки баскетболистов в подготовительном периоде годичного цикла.
45. Психологическая подготовка в процессе занятий баскетболом. Средства и методы психологической подготовки.
46. Система планирования в подготовке баскетболистов. Документация перспективного, текущего и оперативного планирования.
47. Факторы, определяющие эффективность быстрого прорыва в баскетболе. Методика обучения и совершенствования.
48. Распределение тренировочных нагрузок по зонам интенсивности в баскетболе.
49. Особенности подготовки юных баскетболистов в группах начальной подготовки ДЮСШ.
50. Анализ структуры и содержания Программы для ДЮСШ и СДЮШОР по баскетболу.
51. Методика судейства в баскетболе.
52. Педагогическое тестирование в системе подготовки баскетболистов. Основные требования и система обработки результатов тестирования.
53. Нововведения в правила и методику судейства соревнований по баскетболу в последние годы в России и в мире.
54. Характеристика тренировочных и соревновательных нагрузок в баскетболе.

Основные показатели и контроль нагрузок.

55. Анализ документации планирования в подготовке баскетболистов.
56. Характеристика клубного баскетбола в России. Итоги чемпионата России, кубка России, клубных европейских соревнований (муж., жен.).
57. Характеристика соревновательного периода баскетболистов высокой квалификации.
58. Педагогические средства восстановления баскетболистов.
59. Методика анализа участия команды в соревнованиях.
60. Система спортивной тренировки баскетболистов, характеристика её составляющих.
61. Типы микроциклов в подготовке баскетболистов высокой квалификации, особенности их построения.
62. Характеристика взаимоотношений "тренер - команда", тренер - игрок", "игрок - игрок".
63. Педагогическое тестирование как раздел контроля подготовленности баскетболистов. Методика тестирования и обработки результатов.
64. Медико-биологические средства восстановления баскетболистов.
65. Характеристика метода сопряженных воздействий в подготовке баскетболистов.
66. Соревновательные нагрузки в подготовке баскетболистов разного возраста и квалификации.
67. Организация и функционирование "штаба" баскетбольной команды.
68. Интервальная тренировка в подготовке баскетболистов на различных этапах годового цикла.
69. Варианты круговой тренировки на различных этапах годового цикла.
70. Характеристика личного прессинга в баскетболе, варианты, методика совершенствования.
71. Информационное и компьютерное обеспечение в подготовке баскетболистов.
72. Предигровая разминка в баскетболе. Варианты, методика проведения.
73. Методы научных исследований физической подготовленности баскетболистов.
74. Научно-методическое и медицинское обеспечение в подготовке баскетболистов.
75. Характеристика предсезонной подготовки баскетболистов высокой квалификации. Средства, методы.
76. Организация и управление развитием баскетбола в России: в клубах, ВУЗах, в

средних учебных заведениях, в спортивных школах.

77. Методика разработки годового плана-графика подготовки баскетболистов.
78. Характеристика подготовки баскетболистов на этапе специальной подготовки подготовительного периода годичного цикла.
79. Структура и деятельность Российской Федерации баскетбола.
80. Оперативное планирование в подготовке баскетболистов.
81. Обследование соревновательной деятельности баскетболистов. Методика и анализ.
82. Структура и основные направления деятельности Международной Федерации баскетбола (ФИБА) и евро-ФИБА, их взаимодействие.
83. Технические средства в различных видах подготовки баскетболистов.
84. Средства и методы подготовки баскетболистов в межигровых циклах соревновательного периода.
85. Характеристика объемов интенсивности нагрузок баскетболистов высокой квалификации.
86. Педагогические наблюдения как метод научных исследований в баскетболе.
87. Научно-исследовательская работа в баскетболе, современное состояние и направления развития.
88. Особенности организации, структуры управления и деятельности структур РФБ (Ассоциации студенческого баскетбола (АСБ), Детско-юношеской баскетбольной лиги (ДЮБЛ) и Ассоциации уличного баскетбола).
89. Структура и содержание годичного цикла подготовки баскетболистов высокой квалификации.
90. Планирование спортивной тренировки в баскетболе. Виды планирования.
91. Построение многолетней подготовки баскетболистов.
92. Контроль соревновательной деятельности баскетболистов.
93. Современное состояние баскетбола в России и в мире.
94. Характеристика средств и методов спортивной тренировки в баскетболе.
95. Характеристика и содержание подготовки баскетболистов на этапе специальной подготовки подготовительного периода
96. Система комплексного контроля в подготовке баскетболистов
97. Методы оценки тренировочных нагрузок, применяемых в баскетболе.
98. Материально-техническое обеспечение подготовки баскетболистов.
99. Построение годичного тренировочного плана-схемы баскетболистов.
100. Задачи и содержание процесса подготовки баскетболистов в группах начальной

1.2.3. Примерная тематика курсовых работ для студентов заочного обучения:

1. Физическая подготовка баскетболистов, средства и методы.
2. Силовая подготовка баскетболистов, средства и методы.
3. Характеристика скоростных способностей баскетболистов, средства и методы развития.
4. Скоростно-силовая подготовка баскетболистов, средства и методы развития (на примере прыгучести).
5. Круговая тренировка в баскетболе, особенности проведения.
6. Взаимосвязь и взаимовлияние физической и технической подготовки баскетболистов.
7. Техника выполнения штрафного броска. Методика обучения и совершенствования.
8. Техника бросков в прыжке. Методика обучения и совершенствования.
9. Совершенствование эффективности бросков в современном баскетболе.
10. Тактика нападения в баскетболе. Характеристика позиционного нападения, варианты и современные комбинации.
11. Тактическая подготовка баскетболистов, средства и методы.
12. Характеристика быстрого прорыва в баскетболе, средства и методы обучения и совершенствования.
13. Характеристика зонной защиты в баскетболе, средства и методы обучения и совершенствования.
14. Характеристика личного прессинга в баскетболе, средства и методы обучения и совершенствования.
15. Характеристика зонного прессинга в баскетболе, средства и методы обучения и совершенствования.
16. Многолетняя подготовка баскетболистов, особенности организации и направленности подготовки на разных этапах.
17. Анализ организации и особенности подготовки юных баскетболистов в ДЮСШ.
18. Возрастные особенности детей, подростков, девушек и юношей, занимающихся баскетболом.
19. Организация и методика отбора детей в ДЮСШ по баскетболу
20. Организация и особенности подготовки юных баскетболистов в группах мини-баскетбола.
21. Организация, задачи и направленность подготовки команд Детско-юношеской баскетбольной лиги.

22. Организационно-методические аспекты деятельности Школьной Баскетбольной Лиги в России.
23. Особенности организации и проведения Молодежного чемпионата.
24. Особенности подготовки баскетболистов студенческих команд.
25. Соревнования в баскетболе, классификация, способы розыгрыша.
26. Характеристика соревновательной деятельности баскетболистов разного игрового амплуа.
27. Сравнительная характеристика соревновательной деятельности баскетболистов-выпускников ДЮСШ и игроков высокой квалификации.
28. Психологическая подготовка баскетболистов.
29. Взаимоотношение игроков и тренера в современном баскетболе.
30. Организация и управление подготовкой баскетболистов в Национальной Баскетбольной Ассоциации США.
31. Сравнительная характеристика подготовленности баскетболистов высокой квалификации России, Европы и США.
32. Подготовка судейского аппарата (судей в поле и секретариата) в баскетболе.
33. Стритбол. Особенности игровой деятельности, правил соревнований, судейства и организации тренировочной и соревновательной деятельности.

1.2.4. Примерная тематика выпускных квалификационных работ для студентов заочной формы обучения:

1. Прогнозирование спортивных достижений в баскетболе.
2. Содержание учебно-тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки баскетболистов.
3. Модели соревновательной деятельности в баскетболе.
4. Методики повышения уровня подготовленности баскетболистов.
5. Модельные характеристики спортсмена баскетбола.
6. Планирование тренировочных нагрузок в видах баскетбола и их взаимовлияние.
7. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в различных группах ДЮСШ по баскетболу.
8. Внедрение путей решения анатомо-физиологических, биохимических, биомеханических и других актуальных проблем баскетбола.
9. Инновации в методике обучения технике и тактике баскетбола.
10. Тренажерные технологии и их использование в тренировочном процессе баскетболистов.
11. Особенности подготовки баскетболистов студенческих команд.
12. Соревнования в баскетболе, классификация, способы розыгрыша.
13. Характеристика соревновательной деятельности баскетболистов разного игрового амплуа.
14. Сравнительная характеристика соревновательной деятельности баскетболистов- выпускников ДЮСШ и игроков высокой квалификации.
15. Система фармакологической поддержки баскетболистов в тренировочном процессе и соревнованиях.
16. Рационализация питания спортсменов занимающихся по баскетболу.
17. Содержание периодов и этапов годового цикла тренировочного процесса спортсменов баскетбола на различных этапах многолетней подготовки.
18. Система соревнований как составной части многолетней подготовки баскетболистов.
19. Многолетняя подготовка баскетболистов, особенности организации и направленности подготовки на разных этапах.
20. Анализ организации и особенности подготовки юных баскетболистов в ДЮСШ.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)»

Основная литература

1. Нестеровский Д.И. Теория и методика баскетбола : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению "Пед. образование" : рек. УМО по образованию в обл. подгот. пед. кадров / Д.И. Нестеровский. - 6-е изд., перераб. - М.: Academia, 2014. - 349 с.: ил.

Дополнительная литература.

1. Анискина С.Н. Методика обучения технике и тактике баскетбола : метод. разработ. для специальности 032101 / С.Н. Анискина ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: [Физ. культура], 2008. - 40 с.: ил.

2. Виссел Х. Баскетбол : шаги к успеху : [пер. с англ.] / Хол Виссел. - М.: АСТ: Астрель, [2011]. - 240 с.: ил.

3. Вуттен М. Как добиться успеха в подготовке баскетболистов / Морган Вуттен ; [пер.с англ. А.В. Зубковой]. - М.: ТВТ Дивизион, 2008. - 400 с.: ил.

4. Гатмен Б. Все о тренировке юного баскетболиста / Билл Гатмен, Том Финнеган ; [пер. с англ. Т.А. Бобровой]. - М.: АСТ: Астрель, [2007]. - 303 с.: ил.

5. Гомельский Е.Я. Вся баскетбольная рать / Е.Я. Гомельский. - М.: Вагриус, [2009]. - 127 с.: ил.

6. Инновационные технологии в спортивных играх: теория и практика. Вып. 5 : (сб. лекций) : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / [авт.-сост. В.П. Черемисин] ; Моск. гос. акад. физ. культуры. - Малаховка: [МГАФК], 2010. - 257 с.: ил.

7. Климов С.Е. Дворовый спорт / С.Е. Климов. - [2-е изд., перераб. и доп.]. - М.: Сов. спорт, 2008. - 163 с.: ил.

8. Козин В.В. Моделирование противодействий соперников в технико-тактической подготовке баскетболистов групп спортивного совершенствования : Монография : рек. для магистрантов и бакалавров физкультур. вузов по направлениям 034300.68, 034300.62 / Козин В.В. ; М-во спорта РФ, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2014. - 166 с.: рис.

9. Лепешкин В.А. Баскетбол : подвиж. и учеб. игры / В.А. Лепешкин. - М.: Сов. спорт, 2011. - 98 с.: ил.

10. Лепешкин В.А. Баскетбол : подвиж. и учеб. игры / В.А. Лепешкин. - М.: Сов. спорт, 2013. - 98 с.: ил.

11. Лях В.И. Физическая культура : 10-11 кл. : учеб. для общеобразоват. учреждений : рек. М-вом образования и науки РФ / В.И. Лях, А.А. Зданевич ; под общ. ред. В.И. Ляха. - 6-е изд. - М.: Просвещение, 2011. - 237 с.: ил.

12. Малкин В.Р. Управление психологической подготовкой в спорте / В.Р. Малкин. - М.: ФиС, 2008. - 194 с.

13. Малов В.И. Сто великих спортивных достижений / В.И. Малов. - М.: Вече, 2007. - 426 с.: ил.

14. Малов В.И. Сто великих спортивных достижений / В.И. Малов. - М.: Вече, 2010. - 426 с.: ил.

15. Методические основы подготовки судей по баскетболу : учеб.-метод. пособие / [под ред. И.К. Латыпова, Дмитриева И.К.]. - М.: Наука, 2012. - 278 с.: ил.

16. Методические рекомендации и практические советы для судей по баскетболу : [учеб.-метод. пособие] / под ред. И.К. Латыпова. - М.: Наука, 2014. - 103 с.: ил.

17. Методические указания к тестированию общей и специальной физической подготовленности : для самостоят. занятий студентов всех специальностей / Федер.

агентство по образованию [и др.] ; [сост. Э.М. Кураков [и др.]]. - М.: [ГУУ], 2007. - 48 с.: ил.

18. Научные исследования в избранном виде спорта (баскетбол) [Электронный ресурс] : рабочая прогр. дисциплины : направление подгот. 49.03.01 : профиль подгот.: "Физ. культура" : квалификация (степень) выпускника - Акад. бакалавр : форма обучения - оч., заоч. : утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / сост.: Костикова Л.В. [и др.] ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2015

19. Официальные правила баскетбола 1994-1998. Официальные правила мини-баскетбола 1994-1998. : Одобрены и утверждены на Когр. ФИБА в авг. 1994 г. в Торонто (Канада) / Междунар. Федерация баскетбола. - Б. м., Б. г. - 135 с.: ил.

20. Официальные правила баскетбола 2008 : утв. Центр. Бюро ФИБА : Пекин, Кит. Нар. Респ., 26 апр. 2008 г. : [утв. Рос. Федерацией баскетбола 1 июля 2008 г.] / FIBA, [Рос. федерация баскетбола]. - [Б. м.: Б. и.], [2008?]. - 138 с.: ил.

21. Официальные правила баскетбола 2010 : утв. Центр. Бюро ФИБА : Сан-Хуан, Пуэрто-Рико, 17 апр. 2010 г. : Действуют с 1 окт. 2010 г. : [утв. Исполкомом РФ баскетбола 21 мая 2010 г.] / FIBA, [Рос. федерация баскетбола]. - [М.: [Инфобаскет], [2010?]. - 156 с.: ил.

22. Официальные правила баскетбола 2012 : утв. Центр. Бюро ФИБА : Рио-де-Жанейро, Бразилия, 29 апр. 2012 г. : Действуют с 1 окт. 2012 г. : [утв. Исполкомом Рос. Федерацией баскетбола 19 июля 2012 г.] / FIBA, [Рос. федерация баскетбола]. - [Б. м.: Б. и.], [2012?]. - 119 с.: ил.

23. Перечень статей в сборниках научных трудов, утвержденных ВАК Украины по специальности "Физическое воспитание и спорт". - Б. м.: Б. и., Б. г. - 20 с.

24. Программа подготовки начинающих судей по баскетболу / [подгот.: Дмитриев Ф.Б., Григорьев М.П., Латыпов И.К.] ; Рос. федерация баскетбола. - М., 2013. - 30 с.

25. Пэйе Б. Баскетбол для юниоров : 110 упражнений от простых до сложных : [пер.с англ.] / Баррел Пэйе, Патрик Пайе. - М.: ТВТ Дивизион, 2008. - 3251 с.: ил.

26. Семенов В.Б. Секция баскетбола в школе / В.Б. Семенов. - М.: Чистые пруды, 2010. - 31 с.: ил.

27. Система физического воспитания в ДОУ : планирование, информ.-метод. материалы, разраб. занятий и упражнений, спортив. игры / авт.-сост. О.М. Литвинова. - Волгоград: Учитель, [2007]. - 238 с.: табл.

28. Скворцова М.Ю. Методика проведения занятий по физической подготовке баскетболистов : [учеб. пособие] / М.Ю. Скворцова ; Федер. агентство по образованию, Гос. образов. учреждение высш. проф. образования "Кузбас. гос. тех. ун-т". - Кемерово, 2007. - 112 с.: ил.

29. Современность как предмет исследования, междунар. науч. конф. (2011; Малаховка). 4 Международная научная конференция "Современность как предмет исследования", 28-30 окт. 2011 г. : сб. материалов / под ред. д-ра соц. наук, проф. Фомина Ю.А. ; Моск. гос. акад. физ. культуры, Моск. обл. олимп. акад. - Малаховка: [Изд-во МГАФК], 2011. - 172 с.: табл.

30. Современный баскетбол - настоящее и будущее, всерос. науч.-практ. конф. (2009; Москва). Всероссийская научно-практическая конференция "Современный баскетбол - настоящее и будущее" : сб. материалов / М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Рос. федерация баскетбола, Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2009. - 225 с.: ил.

31. Спортивные игры : техника, тактика, методика обучения : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности 033100 - Физ. культура : доп. Умо по

специальностям пед. образования / под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. - 5-е изд., стер. - М.: Academia, 2008. - 518 с.: ил.

32. Судейство соревнований в избранном виде спорта (баскетбол) [Электронный ресурс] : рабочая прогр. дисциплины : направление подгот. 49.03.01 : профиль подгот.: "Спортив. подгот." : квалификация (степень) выпускника - Акад. бакалавр : форма обучения - оч., заоч. : утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / сост.: Костикова Л.В. [и др.] ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2015

33. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол : в ред. приказа Минспорта Рос. от 23.07.2014 г. № 620 / М-во спорта РФ. - [М.]: [Сов. спорт], [2016]. - 25 с.: табл.

34. Физическая культура : 5-7 кл. : учеб. для общеобразоват. учреждений : рек. М-вом образования и науки РФ / под ред. М.Я. Виленского. - 6-е изд. - М.: Просвещение, 2010. - 156 с.: ил.

35. Яхонтов Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101 : доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту / Е.Р. Яхонтов ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, С.-Петербург. гос. ун-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта, Высш. шк. тренеров по баскетболу. - 4-е изд., стер. - СПб.: [Олимп-СПб], 2008. - 134 с.: ил.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

1. <http://www.fiba.com>
2. <http://www.fibaeurope.com>
3. <http://www.russiabasket.ru>
4. <http://www.pro100basket.ru>
5. <http://www.mbl.su>
6. <http://www.cskabasket.com>
7. <http://www.pbleague.ru>
8. <http://www.euroleague.net>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Баскетбольный зал (42х24м.);

Спортивный инвентарь:

- Баскетбольные мячи (7 size) – 40 штук;
- Баскетбольные мячи (6 size) – 30 штук;
- Гантели виниловые – 10 штук;
- Обводные стойки – 12 штук;
- Медицинбол – 5 штук;
- Набивные мячи – 30 штук;
- Скакалки – 70 штук
- Компьютерный класс

Научная аппаратура и оргтехника:

- Акустическая система активная Wharfedale Titan 12 Active;
- Анализатор жировой массы TBF-300P;
- Видеокамера SONY VCR-CR42E;
- Видеомагнитофон и DVD рекордер;
- Динамометр кистевой;
- Интерактивная доска Smart Board 660;
- Командная система мониторинга сердечного ритма «Polar Team System»;
- Комплект информационных универсальных табло для игровых видов спорта с системой подвеса;
- Компьютер комплектации «Стандарт» - (9 шт.);
- Компьютер комплектации «ФАЙЛ-СЕРВЕР»;
- Ноутбук – 3 штуки;
- Проектор Benq PB8263;
- Эквалайзер Berhringer FBQ;
- Экран Varonet 152*203 MW.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол) для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка заочной формы обучения.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола
Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *зачет*

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

№	Виды текущего контроля (III и IV семестр)	Сроки проведения	Количество баллов
1	Анализ и обобщение литературных источников на тему «Тактика нападения (индивидуальные и групповые действия)»	В период обучения	10
2	Анализ и обобщение литературных источников на тему «Тактика защиты (индивидуальные и групповые действия)»	В период обучения	10
3	Проведение части занятия. Совершенствование техники нападения.	В период обучения	10
4	Проведение части занятия. Совершенствование техники нападения.	В период обучения	10
5	Выполнение функций судьи, судьи-секретаря и составление статистических отчетов	В период обучения	10
6	Выполнение функций оператора табло, секундометриста и оператора счётчика 24 секунд	В период обучения	15
7	Посещение занятий	Весь период	10
8	Сдача зачета		15
	ИТОГО:		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) Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка заочной формы обучения.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *зачет*

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

№	Виды текущего контроля (V и VI семестр)	Сроки проведения	Количество баллов
1	Выполнение практических нормативов по физической подготовке	В период обучения	10
2	Выполнение практических нормативов по технической подготовке	В период обучения	10
3	Анализ и обобщение литературных источников по тактической подготовке.	В период обучения	10
4	Демонстрация вариантов индивидуальных тактических действий на макете площадки	Весь период	10
5	Демонстрация вариантов групповых тактических взаимодействий на макете площадки	Весь период	15
6	Выполнение функций оператора табло, секундометриста и оператора счётчика 24 секунд	Весь период	15
7	Посещение занятий	Весь период	10
8	Сдача зачета		20
	ИТОГО:		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) Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка.

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 5,6 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *зачет*

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

№	Виды текущего контроля (V и VI семестр)	Сроки проведения	Количество баллов
1	Выполнение практических нормативов по физической подготовке	В период обучения	10
2	Выполнение практических нормативов по технической подготовке	В период обучения	10
3	Анализ и обобщение литературных источников по тактической подготовке.	В период обучения	10
4	Демонстрация вариантов индивидуальных тактических действий на макете площадки	В период обучения	10
5	Демонстрация вариантов групповых тактических взаимодействий на макете площадки	В период обучения	15
6	Выполнение функций оператора табло, секундометриста и оператора счётчика 24 секунд	В период обучения	15
7	Посещение занятий	Весь период	10
8	Сдача зачета (рубежный контроль)		20
	ИТОГО:		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) Спортивно-педагогическое совершенствование (баскетбол) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка заочной формы обучения.

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7.
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля (VII и VIII семестр)	Сроки проведения	Количество баллов
1	Составление плана годового макроцикла.	В период обучения	10
2	Устный опрос по применению методов педагогического тестирования в баскетболе	В период обучения	15
3	Анализ показателей соревновательной деятельности баскетболистов высокой квалификации на Олимпийских играх (Чемпионате Мира)	В период обучения	15
4	Выполнение функций судьи, судьи-секретаря и составление статистических отчетов	Весь период	15
5	Выполнение функций оператора табло, секундометриста и оператора счётчика 24 секунд	Весь период	15
6	Посещение занятий	Весь период	10
7	Сдача экзамена (рубежный контроль)		20
	ИТОГО:		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

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 баскетбола

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

**«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование»
(баскетбол)**

(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 (ускоренное обучение на базе ВПО)*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 20 зачетных единиц.

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

3. Цель дисциплины: сформировать готовность к педагогической деятельности в области физической культуры и спорта и способности к самообразованию и самосовершенствованию, обеспечить прочное и сознательное овладение основами педагогических знаний и умений, которые необходимы в практической деятельности студентам по направлению 49.03.01 «Физическая культура».

Задачи дисциплины:

1. Сформировать достаточный запас теоретических знаний, а также практических умений и навыков, обеспечивающих профессиональную подготовленность выпускника;
2. Обеспечить готовность к практической реализации, установленных программой дисциплины, общекультурных и профессиональных компетенций;
3. Сформировать компетенции на основе полученных знаний и практической готовности к самостоятельному, творческому решению воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли;
4. Обеспечить готовность к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленную на подготовку высококвалифицированных баскетболистов;
5. Обеспечить готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы по баскетболу, направленной на оздоровление, всестороннее развитие личности, закалывание и приобщение к здоровому образу жизни;
6. Владеть организационно-управленческими компетенциями, методикой научных исследований, использованием информационных технологий в профессиональной деятельности;
7. Владеть способностями получения и использования в профессиональной деятельности достижений отечественных и зарубежных специалистов, побуждать к собственным инновационным разработкам, профессионально совершенствоваться в избранной физкультурно-спортивной деятельности;
8. Обеспечить формирование технических и тактических навыков игры в баскетбол;
9. Сформировать готовность к участию в соревновательной деятельности на основе полученных теоретических и практических знаний, умений и навыков игры в баскетбол.

Компетенции:

В процессе освоения данной дисциплины формируются следующие компетенции:

- способностью проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2);
- 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 оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);
- способностью организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);
- 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 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);

**4. 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)				Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа			
1.	Основные физические качества баскетболистов	1		6	30		Зачет	
2.	Техника нападения. Методика обучения	1		2	34			
3.	Техника защиты. Методика обучения	1		2	32			
4.	Методика обучения групповым взаимодействиям в защите	2		2	54			
5.	Методика обучения групповым взаимодействиям в нападении	2		2	54			
6.	Тактика нападения (индивидуальные и групповые действия)	3		8	46			
7.	Тактика защиты (индивидуальные и групповые действия)	4		6	48			
8.	Семестровый зачет	4						
9.	Основы развития физических качеств баскетболистов	5		4	50		Зачет	
10.	Организация и проведение соревнований	5		2	14			
11.	Организация и проведение соревнований	6		10	30			
12.	Семестровый зачет	6			27			
13.	Современные средства и методы совершенствования техники игры в баскетбол	7		2	88		Экзамен	
14.	Современные средства и методы	7		2	34	9		

	совершенствования тактики игры в баскетбол						
15.	Управление подготовкой баскетболистов. Методические приемы совершенствования игровой подготовки	7		2	34		
16.	Контроль за динамикой нагрузок баскетболистов	7		2	34		
17.	Современное состояние НМО подготовки баскетболистов	7			40		
18.	Изучение методик комплексного контроля	7			44		
19.	Структура и содержание многолетней подготовки баскетболистов	7		2	42		
20.	Семестровый экзамен	7			27		
Итого часов:				44	667	9	
							720 часов

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



Институт физической культуры и спорта

Кафедра Теории и методики бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (бокс)»
(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 и заочная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 8 от «21» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ бокса и кикбоксинга
(наименование)
Протокол № 1 от «1» сентября 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.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ___ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Клещев Вадим Николаевич – кандидат психологических наук, доцент,
профессор кафедры ТиМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова

Галочкин Павел Владимирович, кандидат педагогических наук, доцент, доцент
кафедры ТиМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова

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

Рецензент:

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

1.Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование»

Курс «Спортивно-педагогическое совершенствование (СПС)» является продолжением основных разделов дисциплины специализации «Теория и методика избранного вида спорта (бокс)» и направлен на совершенствование индивидуальных профессиональных умений, навыков и физической подготовки студентов, необходимых в их будущей профессиональной деятельности.

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

Дисциплина федерального компонента «Спортивно-педагогическое совершенствование (бокс)» направлена на последовательное и методичное формирование у студентов профессионально-педагогического мастерства (комплекса общекультурных и профессиональных компетенций).

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (бокс)» относится к профессиональному циклу базовой части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура».

Особенностью изучаемой дисциплины является ее акцент на развитие творческих способностей и обеспечение высокого уровня общекультурных и профессиональных компетенций, обеспечивающих готовность к профессиональной деятельности, базирующейся на изучении закономерностей адаптации организма занимающихся к данному виду спорта. Освоение курса включает в себя подготовку к выполнению требований по профессиональной физической подготовке.

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-2	Знать: - основы дидактики; - основы теории и методики физической культуры; - медико-биологические и психологические особенности различных категорий занимающихся; - методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта; - требования образовательных стандартов	1,5		1,6
	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры; - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов	6		6
	Владеть: - навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта	6		7
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 боксе	1,5		2,6
	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 боксе с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки	2		2
	Владеть: - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в боксе с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.	5		6
ОПК-5	Знать: - средства и методы оценки физических способностей,	3		3

	<p>функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений;</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии; - основы спортивной метрологии. 			
	Уметь: осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.	5		5
	Владеть: навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев	5		5
ОПК-8	Знать: <ul style="list-style-type: none"> - правила соревнований по базовым видам спорта и боксу; - документы планирования и проведения соревнований; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - обязанности организаторов и судей соревнования; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований. 	4		4
	Уметь: <ul style="list-style-type: none"> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований. 	8		9
	Владеть: <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований. 	8		9
ПК-10	Знать: <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 боксе - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 	8		9
	Уметь: <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 боксе. 	8		9
	Владеть: <ul style="list-style-type: none"> умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в боксе с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 	8		9
	Знать: <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 	2,4		2,5

	<p>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. 			
<i>ПК-11</i>	<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
	<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		9
<i>ПК-14</i>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики спортивной тренировки в боксе; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в боксе. 	2		2
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями боксе демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности. 	5		6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в соответствии с особенностями бокса владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство. 	5		6
	<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. 	5		6
<i>ПК-15</i>	<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. 	4		4
	<p>Владеть:</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 	7		9

эффективной профессиональной деятельности. - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия; - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия.			
---	--	--	--

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **20 зачетных единиц, 720 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 КУРС							
1.1	Введение в дисциплину	1		2	4		
1.2	История бокса. Развитие бокса в мире и в России			2	4		
1.3	Техника безопасности			2	4		
2.1	Одежда боксера			2	4		
2.2	Аксессуары			2	2		
2.3	Инвентарь			1	2		
2.3.1	Перчатки			1	2		
2.3.2	Мячи набивные			1	2		
3.1	Мешки			1	2		
3.2	Выбор мешков			2	2		
4.1	Основы техники в боксе			2	6		
4.2	Техника прямых ударов			2	6		
4.3	Техника боковых ударов				6		
4.4	Техника ударов снизу			2	6		
4.5	Техника повторных ударов. Удары ногами				6		
4.6	Техника двойных ударов			2	6		
4.7	Техника серийных ударов				6		

4.8	Техника ударов из нестандартных положений			2	6		
4.9	Техника однотипных ударов				6		
	Всего за 1 семестр	108		26	82		
		II					
5.1	Техника разнотипных ударов.			2	12		
5.2	Ошибки техники ударов			2	12		
6.2.1	Защиты			4	12		
6.3.1	Стандартный ринг			2	8		
6.3.3	Площадки для бокса			2	10		
6.4.1	Техника защит			4	12		
6.4.2	Тактика защит руками			4	12		
7.1	Техника защит туловищем			4	12		
7.3	Эксплуатация ринга			2	10		
	Всего за 2 семестр	126		26	100		Дифференцированный зачет
	Итого:	234		52	182		
2 КУРС							
		III					
8.1	Этикет			2	2		
8.2	Правила соревнований			2	2		
8.3	Организация соревнований			2	4		
8.4	Судейство соревнований			2	2		
9.1	Тактика			4	4		
9.2	Тактика турнира			4	4		
9.3	Тактика раунда			4	4		
9.4	Тактика ведения боя			4	4		
10.1	Спортивно-массовая работа по месту жительства			2	2		
10.2	Спортивно-массовая работа в учебных заведениях			2	2		
10.3	Спортивно-массовая работа в спортивных секциях			2	3		
	Всего за 3 семестр:	63		30	33		
		IV					
11.1	Профилактика травм			2	2		
11.2	Оказание первой помощи			2	2		
12.1	Теоретические и методические основы обучения.			2	6		
12.2	Обучение технике			4	4		

	прямых ударов						
12.3	Обучение технике боковых ударов			4	4		
12.4	Обучение технике ударов снизу			4	4		
12.5	Обучение технике повторных ударов			4	4		
12.6	Обучение технике двойных ударов			4	4		
12.7	Обучение технике серийных ударов			4	3		
	Всего за 4 семестр:	63		30	33		Дифференцированный зачет
		126		60	66		
3 КУРС							
		V					
13.1	Методика занятий боксом с детьми дошкольного возраста			2	4		
13.2	Особенности организации и проведения занятий в школьных секциях			2	4		
13.3	Особенности занятия боксом с детьми школьного возраста			4	4		
13.5	Средства и методы обучения			4	4		
13.6	Организация и планирование процесса обучения			2	4		
14.2	Воспитание выносливости			4	4		
14.3	Воспитание силы			4	4		
14.4	Воспитание гибкости			4	3		
14.5	Воспитание скоростных возможностей			4	2		
	Всего за 5 семестр	63		30	33		
14.6	Техническая подготовка	VI		6	5		
14.7	Тактическая подготовка			6	5		
14.8	Психическая подготовка			6	5		
15.1	Неинструментальные методы исследования			2	3		
15.2	Инструментальные методы			2	5		
15.3	Обработка результатов			4	5		
16	Профессионально-педагогическое мастерство тренера по боксу			4	5		

	Всего за 6 семестр	63		30	33		Дифференцированный зачет
	Итого за 3 курс	126		60	66		
4 КУРС							
17	Основы построения спортивной тренировки боксеров высокой квалификации	VII		4	14		
18.1	Общая характеристика многолетней спортивной подготовки			4	14		
18.2	Задачи и содержание многолетней подготовки			4	14		
18.3	Формирование технического мастерства и развития двигательных способностей			6	14		
18.4	Построение спортивной тренировки на этапах многолетней подготовки			4	12		
18.5	Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки			4	14		
19.1	Любительские федерации, ассоциации			4	14		
	Всего за 7 семестр	126		30	96		
		VIII					
19.2	Профессиональные федерации, ассоциации			8	18		
19.3	Боксерские клубы			8	18		
20	Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса по боксу			8	18		
21	Бизнес в боксе			6	15		
	Всего за 8 семестр:	108		30	69		Экзамен
	Итого за 4 курс	234		60	165	9	

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 20 зачетных единиц, 720 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	
1 КУРС					
Введение в дисциплину	1			4	
История бокса. Развитие бокса в мире и в России			1	2	
Техника безопасности				4	
Одежда боксера				4	
Аксессуары				4	
Инвентарь				2	
Перчатки				2	
Мячи набивные				2	
Мешки				2	
Выбор мешков				2	
Основы техники в боксе			1	6	
Техника прямых ударов			1	4	
Техника боковых ударов				4	
Техника ударов снизу				4	
Техника повторных ударов. Удары ногами				4	
Техника двойных ударов			1	4	
Техника серийных ударов				4	
Техника ударов из нестандартных положений				4	
Техника однотипных ударов				4	
Всего за 1 семестр	70		4	66	
	2				
Техника разнотипных ударов.			1	8	
Ошибки техники ударов			1	8	
Защиты			1	8	
Стандартный ринг			1	6	

Площадки для бокса				6		
Техника защит			1	8		
Тактика защит руками			1	8		
Техника защит туловищем				8		
Всего за 2 семестр	74		6	68		
Итого за 1 курс:	144		10	134		Дифф. зачет
2 КУРС						
	3					
Эксплуатация ринга			1	4		
Этикет				4		
Правила соревнований			2	4		
Организация соревнований			2	6		
Судейство соревнований				10		
Тактика			2	6		
Тактика турнира			2	10		
Тактика раунда				10		
Тактика ведения боя				10		
Всего за 3 семестр:	72		8	64		
	4					
Профилактика травм			2	4		
Оказание первой помощи				6		
Теоретические и методические основы обучения.				6		
Обучение технике прямых ударов			2	8		
Обучение технике боковых ударов				8		
Обучение технике ударов снизу			2	8		
Обучение технике повторных ударов				8		
Обучение технике двойных ударов			2	8		
Обучение технике серийных ударов				8		
Всего за 4 семестр:	72		8	64		Дифф. зачет
	144		16	128		
3 КУРС						
	5					
Спортивно-массовая работа по месту жительства			2	10		
Спортивно-массовая работа в учебных заведениях				10		
Спортивно-массовая работа в спортивных секциях			2	10		
Методика занятий				12		

боксом с детьми дошкольного возраста						
Особенности организации и проведения занятий в школьных секциях			2	10		
Особенности занятия боксом с детьми школьного возраста			2	12		
Всего за 5 семестр	72		8	64		
	6					
Средства и методы обучения				6		
Организация и планирование процесса обучения			1	8		
Воспитание выносливости			1	8		
Воспитание силы			1	6		
Воспитание гибкости			1	6		
Воспитание скоростных возможностей			1	6		
Техническая подготовка			1	8		
Тактическая подготовка			1	8		
Психическая подготовка			1	8		
Всего за 6 семестр	72		8	64		Дифференцированный зачет
Итого за 3 курс	144		16	128		
4 КУРС						
	7					
Неинструментальные методы исследования			2	16		
Инструментальные методы			2	16		
Обработка результатов			2	16		
Профессионально-педагогическое мастерство тренера по боксу			2	16		
За 7 семестр	72		8	64		
Основы построения спортивной тренировки боксеров высокой квалификации	8		4	22		
Общая характеристика многолетней спортивной подготовки			2	20		
Задачи и содержание многолетней подготовки			2	20		
За 8 семестр	72		8	64		
Итого за 4 курс:	144		16	128		Дифференцированный зачет
5 курс						

	9					
Формирование технического мастерства и развития двигательных способностей			2	5		
Построение спортивной тренировки на этапах многолетней подготовки			2	10		
Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки			2	10		
Любительские федерации, ассоциации			2	5		
Профессиональные федерации, ассоциации			2	5		
Боксерские клубы			2	5		
Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса по боксу			2	5		
Бизнес в боксе			2	5		
Всего за 9 семестр	66		16	50		
	10					
Совершенствование технической подготовки			4	14		
Совершенствование тактической подготовки			4	14		
Совершенствование физической подготовки			4	10		
Совершенствование психологической подготовки			4	15		
Итого за 10 семестр	78		16	53		Экзамен
Итого за 5 курс:	144		32	103	9	

ПРОГРАММНЫЙ МАТЕРИАЛ I КУРС

Введение в дисциплину

Практические занятия

Структура предмета. Характеристика его частей.

Самостоятельная работа

Изучение литературных источников по теме.

История бокса. Развитие бокса в мире и в России.

Практические занятия

Зарождение и развитие бокса. Основные этапы развития. Их характеристика.

Самостоятельная работа

Изучение документации Федерации бокса

Техника безопасности

Практические занятия

Положения техники безопасности при занятиях.

Самостоятельная работа

Изучение документации по технике безопасности

Одежда боксера

Практическое занятие

Одежда для дисциплин бокса. Требования к одежде. Основные фирмы-производители

Самостоятельная работа

Изучение образцов одежды различных фирм

Аксессуары

Практическое занятие

Геральдика. Знаки отличия

Самостоятельная работа

Изучение вариантов на примере отечественного и зарубежного бокса

Инвентарь

Практическое занятие

Снаряды. Ринг. Площадки.

Самостоятельная работа

Характеристика вариантов спортивного инвентаря.

Перчатки

Практическое занятие

Варианты перчаток для различных дисциплин, весовых категорий.

Самостоятельная работа

Характеристика типов перчаток

Мячи набивные

Практическое занятие

Назначение мячей. Их характеристика.

Самостоятельная работа

Изучение вариантов набивных мячей.

Мешки

Практическое занятие

Мешки различных фирм и размеров. Характеристика. Применение.

Самостоятельная работа

Изучение мешков различных типов.

Выбор мешков

Практическое занятие

Соотношение цены и качества. Характеристика мешков различного предназначения.

Самостоятельная работа

Анализ пригодности мешков к работе.

Основы техники в боксе

Практическое занятие

Основные положения. Разнообразие. Эффективность техники. Объем техники

Самостоятельная работа

Изучение литературных источников.

Техника прямых ударов

Практическое занятие

Варианты прямых ударов

Самостоятельная работа

Изучение техники прямых ударов на примере различных спортсменов

Техника боковых ударов

Практическое занятие

Варианты боковых ударов.

Самостоятельная работа

Изучение техники боковых ударов на примере различных спортсменов

Техника ударов снизу

Практическое занятие

Варианты ударов снизу

Самостоятельная работа

Изучение техники ударов снизу на примере различных спортсменов

Техника повторных ударов. Удары ногами

Практическое занятие

Техника ударов на примере различных спортсменов

Самостоятельная работа

Сравнительная характеристика повторных ударов (руками, ногами) на примере различных школ.

Техника двойных ударов

Практическое занятие

Характеристика двойных ударов (руками, ногами)

Самостоятельная работа

Изучение вариантов ударов

Техника серийных ударов

Практическое занятие

Серии ударов. Наиболее применяемые серии.

Самостоятельная работа

Изучение серии ударов в исполнении различных мастеров

Техника ударов из нестандартных положений

Практическое занятие

Стандартные и нестандартные положения при нанесении ударов.

Самостоятельная работа

Изучение вопроса по видео-, кино-, фотоматериалам.

Техника однотипных ударов

Практическое занятие

Определение и характеристика однотипных ударов. Их применение

Самостоятельная работа

Изучение видеоматериалов.

Техника разнотипных ударов

Практическое занятие

Характеристика и применение разнотипных ударов

Самостоятельная работа

Анализ техники разнотипных ударов по материалам видеозаписей

Ошибки техники ударов

Практическое занятие

Изучение техники и исправление ошибок в технике нанесения ударов

Самостоятельная работа

Работа над совершенствованием техники

Стандартный ринг

Практическое занятие

Характеристика стандартного ринга.

Самостоятельная работа

Изучение продукции различных фирм.

Площадки для бокса

Практическое занятие

Характеристика площадок для бокса

Самостоятельная работа

Изучение вариантов расположения и эксплуатации площадок в практике бокса

Техника защит

Практическое занятие

Основные положения, требования. Отработка защит

Самостоятельная работа

Совершенствование защит при занятиях группы, индивидуальных занятиях

Техника защит руками

Практическое занятие

Отработка техники защит руками

Самостоятельная работа

Изучение защит в исполнении различных мастеров

Техника защит туловищем

Практическое занятие

Отработка техники защит туловищем

Самостоятельная работа

Изучение защит в исполнении различных мастеров

Эксплуатация ринга

Практическое занятие

Загруженность ринга. Варианты использования в тренировке и соревнованиях.

Самостоятельная работа

Изучение опыта работы тренеров и клубов

2 КУРС

Этикет

Практическое занятие

Этикет бокса.

Самостоятельная работа

Изучение вариантов реализации этикета.

Правила соревнований

Практическое занятие

Правила соревнований в данном виде спорта

Самостоятельная работа

Изучение правил различных федераций и дисциплин бокса

Организация соревнований

Практическое занятие

Виды соревнований и их особенности

Самостоятельная работа

Участие в организации и судействе соревнований

Судейство соревнований

Практическое занятие

Документация соревнований

Самостоятельная работа

Анализ документации соревнований

Тактика

Практическое занятие

Основы тактики бокса. Отработка тактических приемов

Самостоятельная работа

Изучение тактических приемов

Тактика турнира

Практическое занятие

Основы тактики турнира. Вариации тактики

Самостоятельная работа

Изучение литературных и видеоисточников.

Тактика раунда

Практическое занятие

Варианты тактических действий

Самостоятельная работа

Изучение видеоматериалов

Тактика ведения боя

Практическое занятие

Варианты тактики в связи с манерой ведения боя

Самостоятельная работа

Изучение особенностей тактики представителей различных школ бокса

Спортивно-массовая работа по месту жительства

Практическое занятие

Основные особенности спортивно-массовой работы по месту жительства

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта

Спортивно-массовая работа в учебных заведениях

Практическое занятие

Основные особенности спортивно-массовой работы в учебных заведениях.

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта.

Спортивно-массовая работа в спортивных секциях

Практическое занятие

Особенности спортивно-массовой работы в спортивных секциях

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта

Профилактика травм

Практическое занятие

Виды травм. Их профилактика

Самостоятельная работа

Практические меры по профилактике травм

Оказание первой помощи

Практическое занятие

Оказание первой помощи при травмах

Самостоятельная работа

Изучение литературы

Теоретические и методические основы обучения

Практическое занятие

Теоретические и методические основы обучения. Их реализация в практике.

Самостоятельная работа

Обучение технике и тактике.

Обучение технике прямых ударов

Практическое занятие

Обучение технике прямых ударов. Отработка прямых ударов

Самостоятельная работа

Изучение приемов обучения технике

Обучение технике боковых ударов

Практическое занятие

Обучение технике боковых ударов. Отработка боковых ударов

Самостоятельная работа

Изучение приемов обучения технике боковых ударов

Обучение технике ударов снизу

Практическое занятие

Обучение технике ударов снизу. Отработка ударов снизу. Исправление ошибок

Самостоятельная работа

Изучение приемов обучения технике ударов снизу

Обучение технике повторных ударов

Практическое занятие

Обучение технике повторных ударов

Самостоятельная работа

Изучение приемов обучения технике повторных ударов

Обучение технике двойных ударов

Практическое занятие

Обучение технике двойных ударов

Самостоятельная работа

Изучение приемов обучения технике двойных ударов

Обучение технике серийных ударов

Практическое занятие

Обучение технике серийных ударов

Самостоятельная работа

Изучение приемов обучения технике двойных ударов

3 КУРС

Методика занятий боксом с детьми дошкольного возраста

Практическое занятие

Особенности занятий с детьми дошкольного возраста

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта организации занятий

Особенности организации и проведения занятий в школьных секциях

Практическое занятие

Организация и проведение занятий в школьных секциях

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта

Особенности занятий с детьми школьного возраста

Практическое занятие

Особенности занятий с детьми школьного возраста

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта

Средства и методы обучения

Практическое занятие

Ознакомление со средствами и методами обучения боксу

Самостоятельная работа

Изучение видеоматериалов

Организация и планирование процесса обучения

Практическое занятие

Планирование процесса обучения. Виды планирования. Организация обучения

Самостоятельная работа

Составление индивидуальных планов

Воспитание выносливости

Практическое занятие

Воспитание различных видов выносливости.

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта

Воспитание силы

Практическое занятие

Средства и методы воспитания силовых возможностей

Самостоятельная работа

Изучение литературы по данному вопросу

Воспитание гибкости

Практическое занятие

Средства и методы воспитания гибкости

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта, в т.ч. из других видов спорта

Воспитание скоростных возможностей

Практическое занятие

Средства и методы воспитания скоростных возможностей

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта и литературных источников

Техническая подготовка

Практическое занятие

Техническая подготовка спортсменов

Самостоятельная работа

Изучение литературы, видеопroduкции

Тактическая подготовка

Практическое занятие

Тактическая подготовка в различных дисциплинах бокса

Самостоятельная работа

Изучение литературы и практического опыта

Психическая подготовка

Практическое занятие

Средства и методы психической подготовки

Самостоятельная работа

Изучение литературы и практического опыта

Неинструментальные методы исследования

Практическое занятие

Неинструментальные методы исследования в боксе

Самостоятельная работа

Изучение различных аспектов подготовленности неинструментальными методами исследования

Инструментальные методы исследования

Практическое занятие

Ознакомление с инструментальными методами исследования.

Самостоятельная работа

Диагноз и рекомендации по результатам исследования

Обработка результатов

Практическое занятие

Средства математической статистики, анализ и синтез данных

Самостоятельная работа

Изучение научной и научно-педагогической литературы по вопросу

Профессионально-педагогическое мастерство тренера по боксу

Практическое занятие

Педагогические приемы в работе тренера

Самостоятельная работа

Анализ работы практических тренеров

4 КУРС

Основы построения спортивной тренировки боксеров высокой квалификации

Практическое занятие

Основы построения спортивной тренировки спортсменов высокой квалификации

Самостоятельная работа

Изучение литературы

Общая характеристика многолетней спортивной подготовки

Практическое занятие

Характеристика многолетней спортивной подготовки.

Самостоятельная работа

Изучение литературы

Задачи и содержание многолетней подготовки

Практическое занятие

Основные задачи многолетней подготовки. Ее содержание

Самостоятельная работа

Изучение документации по подготовке ведущих спортсменов

Формирование технического мастерства и развития двигательных способностей

Практическое занятие

Основы формирования технического мастерства и развития двигательных способностей применительно к спортсменам высокого класса.

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта и литературы

Построение спортивной тренировки на этапах многолетней подготовки

Практическое занятие

Спортивная тренировка на этапах многолетней подготовки

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта и составление тренировочных планов

Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки

Практическое занятие

Особенности и этапы отбора в ходе многолетней подготовки

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта по отбору спортсменов

Любительские федерации, ассоциации

Практическое занятие

Организации любительского бокса

Самостоятельная работа

Изучение деятельности организаций любительского бокса

Профессиональные федерации, ассоциации

Практическое занятие

Организации профессионального бокса

Самостоятельная работа

Характеристика деятельности и итогов работы профессиональных организаций бокса

Боксерские клубы

Практическое занятие

Клубы бокса. Отечественные и зарубежные

Самостоятельная работа

Изучение документации и практическое знакомство с работой

**Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса
по боксу**

Практическое занятие

Обеспечение учебно-тренировочного процесса (материальное, моральное стимулирование, спонсорские и государственные дотации)

Самостоятельная работа

Изучение смет и бюджета секций, клубов, федераций бокса

Бизнес в боксе

Практическое занятие

Бокс как вид коммерческой деятельности

Самостоятельная работа

Изучение опыта работы частных и государственных организаций бокса

5 КУРС (ИЗДО)

**Формирование технического мастерства и развития двигательных
способностей**

Практическое занятие

Оценка технического мастерства и уровня развития двигательных способностей. Принятие управленческих решений

Самостоятельная работа

Изучение литературы и отчетов тренерской работы.

Построение спортивной тренировки на этапах многолетней подготовки

Практическое занятие

Составление конспектов тренировок и планов для различных этапов многолетней подготовки

Самостоятельная работа

Изучение конспектов, планов, опыта подготовки спортсменов

Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки

Практическое занятие

Изучение опыта и документов, связанных с процессом многолетней подготовки

Самостоятельная работа

Изучение литературы и документов по проблеме отбора в процессе многолетней подготовки

Любительские федерации, ассоциации

Практическое занятие

Изучение уставов любительских федераций и ассоциаций

Самостоятельная работа

Изучение опыта работы любительских федераций и ассоциаций

Профессиональные федерации, ассоциации

Практическое занятие

Изучение уставов профессиональных федераций и ассоциаций

Самостоятельная работа

Изучение опыта работы профессиональных федераций и ассоциаций

Боксерские клубы

Практическое занятие

Изучение работы боксерских клубов

Самостоятельная работа

Изучение опыта работы боксерских клубов

Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса по боксу

Практическое занятие

Изучение примеров и опыта материально-технического обеспечения занятий боксом

Самостоятельная работа

Изучение примеров и опыта материально-технического обеспечения занятий боксом

Бизнес в боксе

Практическое занятие

Изучение вариантов успешного бизнеса на материале бокса

Самостоятельная работа

Изучение вариантов успешного бизнеса на материале бокса

Совершенствование технической подготовки

Практическое занятие

Проведение занятий по совершенствованию технической подготовки

Самостоятельная работа

Изучение материалов по совершенствованию технической подготовки

Совершенствование тактической подготовки

Практическое занятие

Проведение занятий по совершенствованию тактической подготовки

Самостоятельная работа

Изучение материалов по совершенствованию тактической подготовки

Совершенствование физической подготовки

Практическое занятие

Проведение занятий по совершенствованию физической подготовки

Самостоятельная работа

Изучение материалов по совершенствованию физической подготовки

Совершенствование психологической подготовки

Практическое занятие

Проведение мероприятий по совершенствованию психологической подготовки

Самостоятельная работа

Изучение материалов по совершенствованию психологической подготовки

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).

Вопросы к дифференцированному зачету (1 курс)

1. Введение в дисциплину
2. Основы обучения и тренировки в боксе
3. История бокса. Развитие бокса в мире и в России
4. Техника безопасности
5. Одежда боксера
6. Аксессуары
7. Инвентарь
8. Перчатки
9. Мячи набивные
10. Мешки
11. Выбор мешков
12. Основы технической подготовки в боксе
13. Основы техники в боксе
14. Техника прямых ударов
15. Техника боковых ударов
16. Техника ударов снизу
17. Техника повторных ударов
18. Техника двойных ударов
19. Техника серийных ударов
20. Техника ударов из нестандартных положений
21. Техника однотипных ударов
22. Техника разнотипных ударов.
23. Ошибки техники ударов
24. Защиты
25. Стандартный ринг
26. Совмещенные ринги
27. Техника защит

- 28.Тактика защит руками
- 29.Техника защит туловищем
- 30.Эксплуатация ринга

Вопросы к дифференцированному зачету (2 курс)

- 1.Этикет.
- 2.Правила соревнований
- 3.Тактика
- 4.Тактика турнира
- 5.Тактика раунда
- 6.Техника бокса
- 7.Спортивно-массовая работа по месту жительства
- 8.Спортивно-массовая работа по месту жительства
- 9.Профилактика травм и оказание первой помощи
- 10.Основы обучения технике
- 11.Обучение тактике. Ее совершенствование
- 12.Техническая подготовка
- 13.Тактическая подготовка
- 14.Планирование тактики турнира
- 15.Планирование тактики раунда
- 16.Планирование спортивно-массовой работы по месту жительства
- 17.Первая помощь при ушибах, переломах, вывихах
- 18.Обучение технике защит
- 19.Обучение технике ударов ногами
- 20.Обучение технике ударов руками
- 21.Обучение технике передвижений
- 22.Техника работы со скакалкой
- 23.Техника работы с теннисным мячом
- 24.Техника работы с набивным мячом
- 25.Техника работы со штангой
- 26.Основы работы со снарядами

27. Положение о соревнованиях
28. Заявка
29. Типовые ситуации в боксе
30. Тактика боя с различными противниками

Вопросы к дифференцированному зачету (3 курс)

1. Занятия с детьми дошкольного возраста
2. Занятия в школьных секциях
3. Особенности занятий с детьми разного возраста
4. Средства и методы обучения и тренировки в различных возрастных группах
5. Организация и планирование обучения
6. Воспитание физических качеств
7. Техническая подготовка
8. Тактическая подготовка
9. Психическая подготовка
10. Методы исследования
11. Педагогические приемы в работе тренера
12. Основы планирования подготовки
13. Медико-биологические основы подготовки для различных категорий занимающихся
14. Психолого-педагогические особенности занимающихся
15. Планирование занятий боксом
16. Оценка технической подготовленности
17. Оценка тактической подготовленности
18. Оценка психологической подготовленности
19. Оценка физической подготовленности
20. Специфика физической подготовленности в различных дисциплинах бокса
21. Специфика технической подготовленности в различных дисциплинах бокса

22.Специфика психологической подготовленности в различных дисциплинах бокса

23.Специфика тактической подготовленности в различных дисциплинах бокса

24.Специфика функциональной подготовленности в различных дисциплинах бокса

25.Индивидуализация подготовки

26.Самоконтроль в подготовке

Вопросы к экзамену (4 курс)

1.Основы тренировки боксера высокой квалификации

2.Характеристика процесса многолетней тренировки

3.Задачи и содержание многолетней подготовки

4.Формирование технического мастерства и развитие двигательных способностей

5.Этапы многолетней спортивной подготовки и особенности тренировки на каждом из этапов

6.Отбор в процессе многолетней подготовки

7.Любительские и профессиональные организации бокса

8.Клубы бокса

9.Материально-техническое обеспечение тренировочного процесса

10.Бокс как коммерческое предприятие

11.Работа бокового судьи

12.Работа рефери

13.Судья при участниках

14.Судья-информатор

15.Врач соревнований

16.График соревнований

17.Методики отбора

18.Этапы отбора

- 19.Отбор в соревнованиях
- 20.Средства отбора
- 21.Примерная программа подготовки
- 22.Медицинские требования к занимающимся
- 23.Планирование подготовки
- 24.Технология планирования подготовки
- 25.Индивидуализация подготовки

Вопросы к экзамену (5 курс ИЗО)

1. Эффективность, разнообразие техники боксера
2. Техническая подготовка и ее индивидуализация
- 3.Техническая подготовка на различных ее этапах
- 4.Построение спортивной тренировки в соревновательном периоде
- 5.Построение спортивной тренировки в подготовительном периоде
- 6.Построение спортивной тренировки в переходном периоде
- 7.Уставы и регламент деятельности любительских федераций и ассоциаций
- 8.Уставы и регламент деятельности профессиональных федераций и ассоциаций
- 9.Уставы и регламент деятельности клубов бокса
- 10.Материально-техническое обеспечение тренировочного процесса
- 11.Взаимодействие бизнеса и спорта в боксе
- 12.Совершенствование технической подготовки: основные направления
- 13.Совершенствование тактической подготовки: основные направления
- 14.Совершенствование технологий физической и психологической подготовки: основные направления
- 15.Индивидуализация подготовки
- 16.Самоконтроль
- 17.Индивидуализация психологической подготовки
- 18.Индивидуализация физической подготовки
- 19.Индивидуализация технической подготовки

- 20.Индивидуализация тактической подготовки
- 21.Судейство соревнований
- 22.Анализ документации соревнований
- 23.Оценка физической подготовленности
- 24.Оценка технической подготовленности
- 25.Оценка тактической подготовленности
- 26.Оценка психологической подготовленности
- 27.Оценка интегральной подготовленности
- 28.Оценка техники боксера
- 29.Оценка тактики боксера
- 30.Материально-техническое обеспечение процесса подготовки

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

а) Основная литература:

1. Абаджян В.А. Медико-биологические и психологические особенности тренировочной и соревновательной деятельности боксеров / В.А. Абаджян, В.А Санников. М.: ФиС, 2013. – 230 с.
2. Арцишевский В. Бокс / В. Арцишевский. – М.: Феникс, 2012. – 210 с.
3. Градополов К.В. Бокс / К.В. Градополов. – М.: ИНСАН, 2010. – 320 с.
4. Денисов Б. Техника – основа мастерства в боксе / Б. Денисов. – М.: ФиС, 2012. – 265 с.
5. Иванов, А. Н. Кикбоксинг / А. Н. Иванов. – Киев: Перун, 2000.
6. Клещев В. Н. Кикбоксинг: учебник для вузов. – М.: «Академический проект», 2006. – 288 с.
7. Теория и методика бокса: учебник / Под общ. ред. Е.В. Калмыкова. – М.: ФиС, 2009. – 272 с.
8. Филимонов В.И. Современная система подготовки боксеров / В.И Филимонов. – М.: «Инсан», 2009. – 512 с.
9. Филимонов В.И. Бокс и кикбоксинг: обучение и тренировка / В.И. Филимонов, С.Ш. Ибраев. – М.: ИНСАН, 2011. –528 с.

10. Щитов В. Бокс: Техника боя / В. Щитов. – М.: Фаир, 2008. – 464 с.

б) Дополнительная литература:

1. Бокс : учебник для институтов физической культуры / под общ. ред. И. П. Дегтярева. – М.: Физкультура и спорт, 1979.

2. Бутенко, Б. И. Специализированная подготовка боксера / Б. И. Бутенко. – М.: Физкультура и спорт, 1967.

3. Джероян, Г. О. Тактическая подготовка боксера / Г. О. Джероян. – М.: Физкультура и спорт, 1970.

4. Джероян, Г. О. Предсоревновательная подготовка боксеров / Г. О. Джероян, Н. А. Худадов. – М.: Физкультура и спорт, 1971.

5. Зиборов, О. Е. Библиотека боксера / О. Е. Зиборов. – М, 1993. – Т. 1.

6. Казаков, М. Врачебный контроль в боксе / М. Казаков. – М.: Физкультура и спорт, 1957.

7. Бокс. Правила соревнований. – М.: Физкультура и спорт, 1997.

8. Клевенко, В. М. Быстрота в боксе / В. М. Клевенко. – М.: Физкультура и спорт, 1968.

9. Куликов, А. Кикбоксинг / А. Куликов. – М.: Агенство «Фияр», 1998.

10. Куреченков, А. И. Изменение костно-суставного аппарата у юных спортсменов / А. И. Куреченков. – М., 1958.

11. Лаптев, А. Управление тренированностью боксера / А. Лаптев. – М.: Физкультура и спорт, 1973.

12. Медицинский справочник тренера / под ред. В. Геселевича. – 2-е изд. – М.: Физкультура и спорт, 1981.

13. Никифоров, Ю. Б. Построение и планирование тренировки в боксе / Ю. Б. Никифоров, И. Б. Викторов. – М.: Физкультура и спорт, 1978.

14. Огуренков, Е. И. Ближний бой в боксе / Е. И. Огуренков. – М.: Физкультура и спорт, 1959.

15. Огуренков, В. И. Левша в боксе / В. И. Огуренков. – М.: Физкультура и спорт, 1959.

16. Романов, В. М. Бой на дальней, средней и ближней дистанциях / В. М. Романов. – М.: Физкультура и спорт, 1979.

17. Основы управления подготовкой юных спортсменов / под ред. М. Я. Набатниковой. – М.: Физкультура и спорт, 1982.

18. Спортивная медицина: учебник для институтов физкультуры. – М.: Физкультура и спорт, 1980.

19. Филин, В. П. Основы юношеского спорта / В. П. Филин. – М.: Физкультура и спорт, 1980.

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

- сайт РГУФКСМиТ;
- сайты федераций бокса РФ, г. Москвы, региональных федераций;
- сайты профессиональных федераций бокса (W5, «Барс», «WAKO-PRO» и др.);
- сайты международных любительских федераций бокса;
- компьютерная программа тестирования психических качеств и свойств личности;
- мультимедийные лекции.

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 «Рукопт» 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).

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской

Залы: игровой и бокса (кикбоксинга), в которых находятся спортивное оборудование и инвентарь: ринг; снаряды, силовые тренажеры, тренажер «Кик-тест» мячи.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Б1.В.ОД.18 Спортивно-педагогическое совершенствование» для обучающихся института физической культуры и спорта курса, 12 группы направления подготовки / специальности 49.03.01 – Физическая культура направленности (профилю) дневной и заочной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра ТиМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова
Сроки изучения дисциплины (модуля): 1, 2 семестр
Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачет.*

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

Дневная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
<i>1, 2 семестр</i>			
1	<i>Выступление на семинаре «Техника безопасности»</i>	<i>6 неделя</i>	<i>10</i>
2	<i>Опрос по теме: «История бокса. Развитие бокса в мире и в России»</i>	<i>3 неделя</i>	<i>5</i>
3	<i>Опрос по теме: «Одежда боксера. Аксессуары. Инвентарь»</i>	<i>14 неделя</i>	<i>5</i>
4	<i>Выполнение практического задания №1 по разделу «Оценка технической подготовленности»</i>	<i>19-20 неделя</i>	<i>10</i>
5	<i>Выполнение практического задания №2 «Ошибки техники ударов»</i>	<i>29-30 неделя</i>	<i>10</i>
6	<i>Выполнение практического задания №3 по разделу «Оценка технической подготовленности. Техника защит»</i>	<i>38-40 неделя</i>	<i>10</i>
7	<i>Участие в организации и судействе соревнований</i>		<i>10</i>
8	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>10</i>
	Дифференцированный зачет		30
	ИТОГО		100 баллов

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

Заочная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
<i>1, 2 семестр</i>			
1	<i>Выступление на семинаре «Техника безопасности»</i>		10
2	<i>Опрос по теме: «История бокса. Развитие бокса в мире и в России»</i>		10
3	<i>Опрос по теме: «Одежда боксера. Аксессуары. Инвентарь»</i>		10
4	<i>Выполнение практического задания №1 по разделу «Оценка технической подготовленности»</i>		10
5	<i>Выполнение практического задания №2 по разделу «Тактика. Тактика турнира. Тактика раунда. Тактика ведения боя»</i>		10
6	<i>Посещение занятий</i>		10
7	<i>Участие в организации и судействе соревнований</i>		10
	Дифференцированный зачет		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу «Техника безопасности»</i>	5
2	<i>Выступление на семинаре «Основы техники в боксе»</i>	10
3	<i>Подготовка доклада по теме занятия, пропущенного студентом</i>	5
4	<i>Написание реферата по теме «Техника защит»</i>	15
5	<i>Опрос по теме пропущенного занятия</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.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачетом

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) «Б1.В.ОД.18 Спортивно-педагогическое совершенствование» для обучающихся института физической культуры и спорта курса, 12 группы направления подготовки / специальности 49.03.01 – Физическая культура направленности (профилю) очной и заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра ТИМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова
Сроки изучения дисциплины (модуля): 3, 4 семестр
Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачет.*

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
3, 4 семестр			
1	<i>Проведение практических занятий по теме № 1 Правила соревнований»</i>	<i>8 неделя</i>	<i>10</i>
2	<i>Участие в судействе соревнований</i>	<i>10</i>	<i>10</i>
3	<i>Опрос. Анализ протоколов соревнований</i>	<i>12</i>	<i>10</i>
4	<i>Отчет по практическим заданиям по тактике ведения боя</i>	<i>18</i>	<i>10</i>
5	<i>Выступление на семинаре «Оказание первой помощи»</i>	<i>27</i>	<i>10</i>
6	<i>Выполнение практического задания №2 по разделу «Оценка технической подготовленности»</i>	<i>32-40</i>	<i>10</i>
7	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>10</i>
	<i>Дифференцированный зачет</i>		<i>30</i>
	<i>Итого:</i>		<i>100 баллов</i>

Заочная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
3, 4 семестр			
1	<i>Проведение практических занятий по теме № 1 Правила соревнований»</i>		<i>10</i>
2	<i>Участие в судействе соревнований</i>		<i>10</i>
3	<i>Опрос. Анализ протоколов соревнований</i>		<i>10</i>

4	Отчет по практическим заданиям по тактике ведения боя		10
5	Выступление на семинаре «Оказание первой помощи»		10
6	Выполнение практического задания №2 по разделу «Оценка технической подготовленности»		10
7	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Дифференцированный зачет		30
	Итого:		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Тактика»	5
2	Выступление на семинаре «Оценка технической подготовленности»	10
3	Подготовка доклада по теме занятия, пропущенного студентом	5
4	Написание реферата по теме «Спортивно-массовая работа»	15
5	Опрос по теме пропущенного занятия	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачетом

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 3 курс

по дисциплине (модулю) «Б1.В.ОД.18 Спортивно-педагогическое совершенствование» для обучающихся института физической культуры и спорта курса, 12 группы направления подготовки / специальности 49.03.01 – Физическая культура направленности (профилю) очной и заочной формы обучения

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра ТИМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5, 6 семестр

Форма промежуточной аттестации: экзамен

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

Дневное обучение

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ²	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Организация и планирование процесса обучения»	14 неделя	10
2	Выступление на семинаре «Психическая подготовка»	36	10
3	Выступление на семинаре «Профессионально-педагогическое мастерство тренера по боксу»	40	10
4	Выполнение практического задания №1 по разделу «Особенности организации и проведения занятий в школьных секциях»	7	10
5	Выполнение практического задания №2 по разделу «Обработка результатов»	38	10
6	Написание реферата по теме «Особенности занятий боксом с детьми школьного возраста»	13	10
7	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Дифференцированный зачет		30
	ИТОГО		100 баллов

Заочное обучение

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ³	Максимальное кол-во баллов
---	--	---	----------------------------

² Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

³ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

1	Контрольная работа по разделу «Организация и планирование процесса обучения»		10
2	Выступление на семинаре «Неинструментальные методы исследования»		10
3	Выступление на семинаре «Инструментальные методы»		10
4	Выполнение практического задания № 2 по разделу «Основы построения спортивной тренировки боксеров высокой квалификации»		10
5	Выполнение практического задания №1 по разделу «Обработка результатов»		10
6	Написание реферата по теме «Задачи и содержание многолетней подготовки»		10
7	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Дифференцированный зачет		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Организация и планирование процесса обучения»	5
2	Выступление на семинаре	10
3	Подготовка доклада по теме занятия, пропущенного студентом	5
4	Написание реферата по теме «Техническая подготовка»	15
5	Опрос по теме пропущенного занятия	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Б1.В.ОД.18 Спортивно-педагогическое совершенствование» для обучающихся института физической культуры и спорта курса, 12 группы направления подготовки / специальности 49.03.01 – Физическая культура направленности (профилю) очной и заочной формы обучения

IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра ТИМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7, 8 семестр (ы)
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
Дневное обучение			
1	Контрольная работа по разделу «Задачи многолетней подготовки»	8	10
3	Выступление на семинаре «Формирование технического мастерства и развития двигательных способностей»	10	10
	Выступление на семинаре «Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки»	12	10
4	Выполнение практического задания №1 по разделу «Построение спортивной тренировки на этапах многолетней тренировки»	14	10
5	Выполнение практического задания №2 по разделу «Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса»	39	10
7	Написание курсовой работы по теме «Любительские федерации, ассоциации»	16	10
10	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

⁴ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

Заочное обучение

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Совершенствование психологической подготовки»		10
3	Выступление на семинаре «Формирование технического мастерства и развития двигательных способностей»		10
	Выступление на семинаре «Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки»		10
4	Выполнение практического задания №1 по разделу «Построение спортивной тренировки на этапах многолетней тренировки»		10
5	Выполнение практического задания №2 по разделу «Совершенствование физической подготовки»		10
7	Написание курсовой работы по теме «Любительские федерации, ассоциации»		10
10	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Основы построения спортивной тренировки боксеров высокой квалификации»	5
2	Выступление на семинаре	10
3	Подготовка доклада по теме занятия, пропущенного студентом	5
4	Написание реферата по теме «Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки»	15
5	Опрос по теме пропущенного занятия	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Б1.В.ОД.18 Спортивно-педагогическое совершенствование» для обучающихся института физической культуры и спорта курса, 12 группы направления подготовки / специальности 49.03.01 – Физическая культура направленности (профилю) заочной формы обучения

V. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра ТИМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова
Сроки изучения дисциплины (модуля): 9, 10 семестр
Форма промежуточной аттестации: *экзамен*.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу «Профессиональные организации, ассоциации»</i>		10
2	<i>Выступление на семинаре «Формирование технического мастерства и развития двигательных способностей»</i>		10
3	<i>Выступление на семинаре «Совершенствование технической подготовки»</i>		10
4	<i>Выполнение практического задания №1 по разделу «Построение спортивной тренировки на этапах многолетней подготовки»</i>		10
5	<i>Выполнение практического задания №2 по разделу «Совершенствование физической подготовки»</i>		10
7	<i>Написание реферата по теме «Совершенствование психологической подготовки»</i>		10
10	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	10
	экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

– 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

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



Институт Физической культуры и спорта

Кафедра Теории и методики бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова

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

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (бокс)»
(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 и заочная*
Год набора 2016 г..

Москва – 2017 г.

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 20 зачетных единиц.

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

2. Цель освоения дисциплины (модуля): «Спортивно-педагогическое совершенствование»

Курс «Спортивно-педагогическое совершенствование (СПС)» является продолжением основных разделов дисциплины специализации «Теория и методика избранного вида спорта (бокс)» и направлен на совершенствование индивидуальных профессиональных умений, навыков и физической подготовки студентов, необходимых в их будущей профессиональной деятельности.

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-2	Знать: - основы дидактики; - основы теории и методики физической культуры; - медико-биологические и психологические особенности различных категорий занимающихся; - методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта; - требования образовательных стандартов	1,5		1,6
	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры; - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов	6		6
	Владеть: - навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта	6		7

<i>ОПК-3</i>	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 боксе	1,5		2,6
	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 боксе с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки	2		2
	Владеть: - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в боксе с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.	5		6
<i>ОПК-5</i>	Знать: - средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений; - основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии; - основы спортивной метрологии.	3		3
	Уметь: осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.	5		5
	Владеть: навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев	5		5
<i>ОПК-8</i>	Знать: - правила соревнований по базовым видам спорта и боксу; - документы планирования и проведения соревнований; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - обязанности организаторов и судей соревнования; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.	4		4
	Уметь: - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.	8		9
	Владеть: - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.	8		9
	Знать: - теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; - методики отбора и спортивной ориентации в боксе - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.	8		9
	Уметь:	8		9

	<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 боксе. 			
ПК-10	<p>Владеть: умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в боксе с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.</p>	8		9
	<p>Знать: - 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>	2,4		2,5
	<p>Уметь: - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки).</p>	6		7
ПК-11	<p>Владеть: - 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.</p>	8		9
	<p>Знать: - основы теории и методики спортивной тренировки в боксе; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в боксе.</p>	2		2
	<p>Уметь: - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями боксе демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.</p>	5		6
ПК-14	<p>Владеть: - в соответствии с особенностями бокса владеть техникой</p>	5		6

	движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.			
	Знать: - средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; - эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.	5		6
	Уметь: - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.	4		4
ПК-15	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.	7		9

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **20 зачетных единиц, 720 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	Самостоятельная работа	Контроль	
1 КУРС							
1.1	Введение в дисциплину	1		2	4		
1.2	История бокса. Развитие бокса в мире и в России			2	4		
1.3	Техника безопасности			2	4		
2.1	Одежда боксера			2	4		
2.2	Аксессуары			2	2		
2.3	Инвентарь			1	2		
2.3.1	Перчатки			1	2		
2.3.2	Мячи набивные			1	2		

3.1	Мешки			1	2		
3.2	Выбор мешков			2	2		
4.1	Основы техники в боксе			2	6		
4.2	Техника прямых ударов			2	6		
4.3	Техника боковых ударов				6		
4.4	Техника ударов снизу			2	6		
4.5	Техника повторных ударов. Удары ногами				6		
4.6	Техника двойных ударов			2	6		
4.7	Техника серийных ударов				6		
4.8	Техника ударов из нестандартных положений			2	6		
4.9	Техника однотипных ударов				6		
	Всего за 1 семестр		108	26	82		
		II					
5.1	Техника разнотипных ударов.			2	12		
5.2	Ошибки техники ударов			2	12		
6.2.1	Защиты			4	12		
6.3.1	Стандартный ринг			2	8		
6.3.3	Площадки для бокса			2	10		
6.4.1	Техника защит			4	12		
6.4.2	Тактика защит руками			4	12		
7.1	Техника защит туловищем			4	12		
7.3	Эксплуатация ринга			2	10		
	Всего за 2 семестр		126	26	100		Дифференцированный зачет
	Итого:		234	52	182		
2 КУРС							
		III					
8.1	Этикет			2	2		
8.2	Правила соревнований			2	2		
8.3	Организация соревнований			2	4		
8.4	Судейство соревнований			2	2		
9.1	Тактика			4	4		
9.2	Тактика турнира			4	4		
9.3	Тактика раунда			4	4		
9.4	Тактика ведения боя			4	4		
10.1	Спортивно-массовая работа по месту			2	2		

	жительства						
10.2	Спортивно-массовая работа в учебных заведениях			2	2		
10.3	Спортивно-массовая работа в спортивных секциях			2	3		
	Всего за 3 семестр:		63	30	33		
		IV					
11.1	Профилактика травм			2	2		
11.2	Оказание первой помощи			2	2		
12.1	Теоретические и методические основы обучения.			2	6		
12.2	Обучение технике прямых ударов			4	4		
12.3	Обучение технике боковых ударов			4	4		
12.4	Обучение технике ударов снизу			4	4		
12.5	Обучение технике повторных ударов			4	4		
12.6	Обучение технике двойных ударов			4	4		
12.7	Обучение технике серийных ударов			4	3		
	Всего за 4 семестр:		63	30	33		Дифференцированный зачет
			126	60	66		
3 КУРС							
		V					
13.1	Методика занятий боксом с детьми дошкольного возраста			2	4		
13.2	Особенности организации и проведения занятий в школьных секциях			2	4		
13.3	Особенности занятия боксом с детьми школьного возраста			4	4		
13.5	Средства и методы обучения			4	4		
13.6	Организация и планирование процесса обучения			2	4		
14.2	Воспитание выносливости			4	4		
14.3	Воспитание силы			4	4		
14.4	Воспитание гибкости			4	3		
14.5	Воспитание скоростных возможностей			4	2		
	Всего за 5 семестр		63	30	33		

14.6	Техническая подготовка	VI		6	5		
14.7	Тактическая подготовка			6	5		
14.8	Психическая подготовка			6	5		
15.1	Неинструментальные методы исследования			2	3		
15.2	Инструментальные методы			2	5		
15.3	Обработка результатов			4	5		
16	Профессионально-педагогическое мастерство тренера по боксу			4	5		
	Всего за 6 семестр		63	30	33		Дифференцированный зачет
	Итого за 3 курс		126	60	66		
4 КУРС							
17	Основы построения спортивной тренировки боксеров высокой квалификации	VII		4	14		
18.1	Общая характеристика многолетней спортивной подготовки			4	14		
18.2	Задачи и содержание многолетней подготовки			4	14		
18.3	Формирование технического мастерства и развития двигательных способностей			6	14		
18.4	Построение спортивной тренировки на этапах многолетней подготовки			4	12		
18.5	Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки			4	14		
19.1	Любительские федерации, ассоциации			4	14		
	Всего за 7 семестр		126	30	96		
		VIII					
19.2	Профессиональные федерации, ассоциации			8	18		
19.3	Боксерские клубы			8	18		
20	Материально-			8	18		

	техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса по боксу						
21	Бизнес в боксе			6	15		
	Всего за 8 семестр:		108	30	69		Экзамен
	Итого за 4 курс		234	60	165	9	

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **20 зачетных единиц, 720 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 КУРС						
Введение в дисциплину	1			4		
История бокса. Развитие бокса в мире и в России			1	2		
Техника безопасности				4		
Одежда боксера				4		
Аксессуары				4		
Инвентарь				2		
Перчатки				2		
Мячи набивные				2		
Мешки				2		
Выбор мешков				2		
Основы техники в боксе			1	6		
Техника прямых ударов			1	4		
Техника боковых ударов				4		
Техника ударов снизу				4		
Техника повторных ударов. Удары ногами				4		
Техника двойных ударов				4		
Техника серийных ударов				4		
Техника ударов из нестандартных положений				4		
Техника однотипных ударов				4		
Всего за 1 семестр		70	4	66		

	2					
Техника разнотипных ударов.			1	8		
Ошибки техники ударов			1	8		
Защиты			1	8		
Стандартный ринг			1	6		
Площадки для бокса				6		
Техника защит			1	8		
Тактика защит руками			1	8		
Техника защит туловищем				8		
Всего за 2 семестр		74	6	68		
Итого за 1 курс:		144	10	134		Дифф. зачет
2 КУРС						
	3					
Эксплуатация ринга			1	4		
Этикет				4		
Правила соревнований			2	4		
Организация соревнований			2	6		
Судейство соревнований				10		
Тактика			2	6		
Тактика турнира			2	10		
Тактика раунда				10		
Тактика ведения боя				10		
Всего за 3 семестр:		72	8	64		
	4					
Профилактика травм				4		
Оказание первой помощи				6		
Теоретические и методические основы обучения.			2	6		
Обучение технике прямых ударов				8		
Обучение технике боковых ударов			2	8		
Обучение технике ударов снизу				8		
Обучение технике повторных ударов			2	8		
Обучение технике двойных ударов				8		
Обучение технике серийных ударов			2	8		
Всего за 4 семестр:		72	8	64		Дифференцированный зачет
		144	16	128		
3 КУРС						
	5					

Спортивно-массовая работа по месту жительства			2	10		
Спортивно-массовая работа в учебных заведениях				10		
Спортивно-массовая работа в спортивных секциях			2	10		
Методика занятий боксом с детьми дошкольного возраста				12		
Особенности организации и проведения занятий в школьных секциях			2	10		
Особенности занятия боксом с детьми школьного возраста			2	12		
Всего за 5 семестр		72	8	64		
		6				
Средства и методы обучения				6		
Организация и планирование процесса обучения			1	8		
Воспитание выносливости			1	8		
Воспитание силы			1	6		
Воспитание гибкости			1	6		
Воспитание скоростных возможностей			1	6		
Техническая подготовка			1	8		
Тактическая подготовка			1	8		
Психическая подготовка			1	8		
Всего за 6 семестр		72	8	64		Дифференцированный зачет
Итого за 3 курс		144	16	128		
4 КУРС						
	7					
Неинструментальные методы исследования			2	16		
Инструментальные методы			2	16		
Обработка результатов			2	16		
Профессионально-педагогическое мастерство тренера по боксу			2	16		
За 7 семестр		72	8	64		
Основы построения спортивной тренировки боксеров высокой квалификации	8		4	22		

Общая характеристика многолетней спортивной подготовки			2	20		
Задачи и содержание многолетней подготовки			2	20		
За 8 семестр		72	8	64		
Итого за 4 курс:		144	16	128		Дифференцированный зачет
5 курс						
Формирование технического мастерства и развития двигательных способностей	9		2	5		
Построение спортивной тренировки на этапах многолетней подготовки			2	10		
Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки			2	10		
Любительские федерации, ассоциации			2	5		
Профессиональные федерации, ассоциации			2	5		
Боксерские клубы			2	5		
Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса по боксу			2	5		
Бизнес в боксе			2	5		
Всего за 9 семестр		66	16	50		
	10					
Совершенствование технической подготовки			4	14		
Совершенствование тактической подготовки			4	14		
Совершенствование физической подготовки			4	10		
Совершенствование психологической подготовки			4	15		
Итого за 10 семестр		78	16	53		Экзамен
Итого за 5 курс:		144	32	103	9	

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



Институт физической культуры и спорта

Кафедра Теории и методики бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (бокс)»
(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 (ускоренное обучение на базе ВПО)*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 8 от «21» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ бокса и кикбоксинга
(наименование)
Протокол № 1 от «1» сентября 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.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ___ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Клещев Вадим Николаевич – кандидат психологических наук, доцент,
профессор кафедры ТиМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова
Галочкин Павел Владимирович – кандидат педагогических наук, доцент,
доцент кафедры ТиМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова РГУФКСМиТ.
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

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

1.Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование»

Курс «Спортивно-педагогическое совершенствование (СПС)» является продолжением основных разделов дисциплины специализации «Теория и методика избранного вида спорта (бокс)» и направлен на совершенствование индивидуальных профессиональных умений, навыков и физической подготовки студентов, необходимых в их будущей профессиональной деятельности.

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

Дисциплина федерального компонента «Спортивно-педагогическое совершенствование (бокс)» направлена на последовательное и методичное формирование у студентов профессионально-педагогического мастерства (комплекса общекультурных и профессиональных компетенций).

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (бокс)» относится к профессиональному циклу базовой части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура».

Особенностью изучаемой дисциплины является ее акцент на развитие творческих способностей и обеспечение высокого уровня общекультурных и профессиональных компетенций, обеспечивающих готовность к профессиональной деятельности, базирующейся на изучении закономерностей адаптации организма занимающихся к данному виду спорта. Освоение курса включает в себя подготовку к выполнению требований по профессиональной физической подготовке.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-2	Знать: - основы дидактики; - основы теории и методики физической культуры; - медико-биологические и психологические особенности различных категорий занимающихся; - методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта; - требования образовательных стандартов			1,5
	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры; - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов			6
	Владеть: - навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта			6
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 боксе			1,5
	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 боксе с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки			2
	Владеть: - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в боксе с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.			6

ОПК-5	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений; - основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии; - основы спортивной метрологии. 			3
	<p>Уметь: осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.</p>			5
	<p>Владеть: навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев</p>			6
ОПК-8	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила соревнований по боксу; - документы планирования и проведения соревнований; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - обязанности организаторов и судей соревнования; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований. 			4
	<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. 			7
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований. 			7
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 боксе - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 			6
	<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 боксе. 			7
	<p>Владеть:</p> <p>умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в боксе с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.</p>			7

<i>ПК-11</i>	<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. 			2,4
	<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). 			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. 			7
<i>ПК-14</i>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики спортивной тренировки в боксе; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в боксе. 			2
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями бокса демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности. 			4
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в соответствии с особенностями бокса владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство. 			5
	<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. 			4

ПК-15	Уметь: - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.			4
	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.			7

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **20 зачетных единиц, 720 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 КУРС						
Введение в дисциплину	1			8		
История бокса. Развитие бокса в мире и в России			1	8		
Техника безопасности				10		
Одежда боксера			0,5	8		
Аксессуары			0,5	8		
Инвентарь			1	8		
Перчатки			0,5	8		
Мячи набивные				8		
Мешки				8		
Выбор мешков			0,5	8		
Основы техники в боксе			2	18		
Всего	106		6	100		
Техника прямых ударов	2		1	8		

Техника боковых ударов				8		
Техника ударов снизу				8		
Техника повторных ударов. Удары ногами				8		
Техника двойных ударов				8		
Техника серийных ударов				8		
Техника ударов из нестандартных положений			1	8		
Техника однотипных ударов				5		
Техника разнотипных ударов.			0,5	5		
Ошибки техники ударов			0,5	6		
Защиты			0,5	6		
Стандартный ринг				5		
Площадки для бокса				5		
Техника защит				6		
Техника защит руками			0,5	6		
Техника защит туловищем				6		
Всего за 2 семестр	110		4	106		
Итого за 1 курс:	216		10	206		Дифференцированный зачет
2 КУРС						
	3					
Эксплуатация ринга				2		
Этикет				2		
Правила соревнований				6		
Организация соревнований			4	6		
Судейство соревнований				6		
Тактика				6		
Тактика турнира			4	6		
Тактика раунда				6		
Тактика ведения боя				6		
Всего за 3 семестр:	54		8	46		
	4					
Профилактика травм				6		
Оказание первой помощи				6		
Теоретические и методические основы обучения.			2	4		

Обучение технике прямых ударов			1	4		
Обучение технике боковых ударов				4		
Обучение технике ударов снизу			1	2		
Обучение технике повторных ударов				6		
Обучение технике двойных ударов			2	6		
Обучение технике серийных ударов				6		
Всего за 4 семестр:	54		6	48		Дифференцированный зачет
	108		14	94		
3 КУРС						
	5					
Спортивно-массовая работа по месту жительства			2	10		
Спортивно-массовая работа в учебных заведениях				10		
Спортивно-массовая работа в спортивных секциях				10		
Методика занятий боксом с детьми дошкольного возраста			2	10		
Особенности организации и проведения занятий в школьных секциях			1	10		
Особенности занятия боксом с детьми школьного возраста			1	14		
Всего за 5 семестр	70		6	64		
	6					
Средства и методы обучения				10		
Организация и планирование процесса обучения				12		
Воспитание выносливости			1	12		
Воспитание силы				12		
Воспитание гибкости			1	12		
Воспитание скоростных возможностей				12		
Техническая подготовка			1	10		
Тактическая подготовка				10		
Психическая			1	10		

подготовка						
Всего за 6 семестр	74		4	70		Дифференцированный зачет
Итого за 3 курс	144		10	134		
4 КУРС						
	7					
Неинструментальные методы исследования			0,5	12		
Инструментальные методы			0,5	12		
Обработка результатов			0,5	18		
Профессионально-педагогическое мастерство тренера по боксу			0,5	18		
Основы построения спортивной тренировки боксеров высокой квалификации			0,5	18		
Общая характеристика многолетней спортивной подготовки			0,5	18		
Задачи и содержание многолетней подготовки			0,5	16		
Бизнес в боксе			0,5	17		
Совершенствование технической подготовки			2	22		
Совершенствование тактической подготовки			1	20		
Совершенствование физической подготовки			1	21		
Совершенствование психологической подготовки			1	21		
Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки			1	20		
Итого за 4 курс	252		10	233	9	Экзамен

ПРОГРАММНЫЙ МАТЕРИАЛ

І КУРС

Введение в дисциплину

Практические занятия

Структура предмета. Характеристика его частей.

Самостоятельная работа

Изучение литературных источников по теме.

История бокса. Развитие бокса в мире и в России.

Практические занятия

Зарождение и развитие бокса. Основные этапы развития. Их характеристика.

Самостоятельная работа

Изучение документации Федерации бокса

Техника безопасности

Практические занятия

Положения техники безопасности при занятиях.

Самостоятельная работа

Изучение документации по технике безопасности

Одежда боксера

Практическое занятие

Одежда для дисциплин бокса. Требования к одежде. Основные фирмы-производители

Самостоятельная работа

Изучение образцов одежды различных фирм

Аксессуары

Практическое занятие

Геральдика. Знаки отличия

Самостоятельная работа

Изучение вариантов на примере отечественного и зарубежного бокса

Инвентарь

Практическое занятие

Снаряды. Ринг. Площадки.

Самостоятельная работа

Характеристика вариантов спортивного инвентаря.

Перчатки

Практическое занятие

Варианты перчаток для различных дисциплин, весовых категорий.

Самостоятельная работа

Характеристика типов перчаток

Мячи набивные

Практическое занятие

Назначение мячей. Их характеристика.

Самостоятельная работа

Изучение вариантов набивных мячей.

Мешки

Практическое занятие

Мешки различных фирм и размеров. Характеристика. Применение.

Самостоятельная работа

Изучение мешков различных типов.

Выбор мешков

Практическое занятие

Соотношение цены и качества. Характеристика мешков различного предназначения.

Самостоятельная работа

Анализ пригодности мешков к работе.

Основы техники в боксе

Практическое занятие

Основные положения. Разнообразие. Эффективность техники. Объем техники

Самостоятельная работа

Изучение литературных источников.

Техника прямых ударов

Практическое занятие

Варианты прямых ударов

Самостоятельная работа

Изучение техники прямых ударов на примере различных спортсменов

Техника боковых ударов

Практическое занятие

Варианты боковых ударов.

Самостоятельная работа

Изучение техники боковых ударов на примере различных спортсменов

Техника ударов снизу

Практическое занятие

Варианты ударов снизу

Самостоятельная работа

Изучение техники ударов снизу на примере различных спортсменов

Техника повторных ударов. Удары ногами

Практическое занятие

Техника ударов на примере различных спортсменов

Самостоятельная работа

Сравнительная характеристика повторных ударов (руками, ногами) на примере различных школ.

Техника двойных ударов

Практическое занятие

Характеристика двойных ударов (руками, ногами)

Самостоятельная работа

Изучение вариантов ударов

Техника серийных ударов

Практическое занятие

Серии ударов. Наиболее применяемые серии.

Самостоятельная работа

Изучение серии ударов в исполнении различных мастеров

Техника ударов из нестандартных положений

Практическое занятие

Стандартные и нестандартные положения при нанесении ударов.

Самостоятельная работа

Изучение вопроса по видео-, кино-, фотоматериалам.

Техника однотипных ударов

Практическое занятие

Определение и характеристика однотипных ударов. Их применение

Самостоятельная работа

Изучение видеоматериалов.

Техника разнотипных ударов

Практическое занятие

Характеристика и применение разнотипных ударов

Самостоятельная работа

Анализ техники разнотипных ударов по материалам видеозаписей

Ошибки техники ударов

Практическое занятие

Изучение техники и исправление ошибок в технике нанесения ударов

Самостоятельная работа

Работа над совершенствованием техники

Стандартный ринг

Практическое занятие

Характеристика стандартного ринга.

Самостоятельная работа

Изучение продукции различных фирм.

Площадки для бокса

Практическое занятие

Характеристика площадок для бокса

Самостоятельная работа

Изучение вариантов расположения и эксплуатации площадок в практике бокса

Техника защит

Практическое занятие

Основные положения, требования. Отработка защит

Самостоятельная работа

Совершенствование защит при занятиях группы, индивидуальных занятиях

Техника защит руками

Практическое занятие

Отработка техники защит руками

Самостоятельная работа

Изучение защит в исполнении различных мастеров

Техника защит туловищем

Практическое занятие

Отработка техники защит туловищем

Самостоятельная работа

Изучение защит в исполнении различных мастеров

Эксплуатация ринга

Практическое занятие

Загруженность ринга. Варианты использования в тренировке и соревнованиях.

Самостоятельная работа

Изучение опыта работы тренеров и клубов

2 КУРС

Этикет

Практическое занятие

Этикет бокса.

Самостоятельная работа

Изучение вариантов реализации этикета.

Правила соревнований

Практическое занятие

Правила соревнований в данном виде спорта

Самостоятельная работа

Изучение правил различных федераций и дисциплин бокса

Организация соревнований

Практическое занятие

Виды соревнований и их особенности

Самостоятельная работа

Участие в организации и судействе соревнований

Судейство соревнований

Практическое занятие

Документация соревнований

Самостоятельная работа

Анализ документации соревнований

Тактика

Практическое занятие

Основы тактики бокса. Отработка тактических приемов

Самостоятельная работа

Изучение тактических приемов

Тактика турнира

Практическое занятие

Основы тактики турнира. Вариации тактики

Самостоятельная работа

Изучение литературных и видеоисточников.

Тактика раунда

Практическое занятие

Варианты тактических действий

Самостоятельная работа

Изучение видеоматериалов

Тактика ведения боя

Практическое занятие

Варианты тактики в связи с манерой ведения боя

Самостоятельная работа

Изучение особенностей тактики представителей различных школ бокса

Спортивно-массовая работа по месту жительства

Практическое занятие

Основные особенности спортивно-массовой работы по месту жительства

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта

Спортивно-массовая работа в учебных заведениях

Практическое занятие

Основные особенности спортивно-массовой работы в учебных заведениях.

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта.

Спортивно-массовая работа в спортивных секциях

Практическое занятие

Особенности спортивно-массовой работы в спортивных секциях

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта

Профилактика травм

Практическое занятие

Виды травм. Их профилактика

Самостоятельная работа

Практические меры по профилактике травм

Оказание первой помощи

Практическое занятие

Оказание первой помощи при травмах

Самостоятельная работа

Изучение литературы

Теоретические и методические основы обучения

Практическое занятие

Теоретические и методические основы обучения. Их реализация в практике.

Самостоятельная работа

Обучение технике и тактике.

Обучение технике прямых ударов

Практическое занятие

Обучение технике прямых ударов. Отработка прямых ударов

Самостоятельная работа

Изучение приемов обучения технике

Обучение технике боковых ударов

Практическое занятие

Обучение технике боковых ударов. Отработка боковых ударов

Самостоятельная работа

Изучение приемов обучения технике боковых ударов

Обучение технике ударов снизу

Практическое занятие

Обучение технике ударов снизу. Отработка ударов снизу. Исправление ошибок

Самостоятельная работа

Изучение приемов обучения технике ударов снизу

Обучение технике повторных ударов

Практическое занятие

Обучение технике повторных ударов

Самостоятельная работа

Изучение приемов обучения технике повторных ударов

Обучение технике двойных ударов

Практическое занятие

Обучение технике двойных ударов

Самостоятельная работа

Изучение приемов обучения технике двойных ударов

Обучение технике серийных ударов

Практическое занятие

Обучение технике серийных ударов

Самостоятельная работа

Изучение приемов обучения технике двойных ударов

3 КУРС

Методика занятий боксом с детьми дошкольного возраста

Практическое занятие

Особенности занятий с детьми дошкольного возраста

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта организации занятий

Особенности организации и проведения занятий в школьных секциях

Практическое занятие

Организация и проведение занятий в школьных секциях

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта

Особенности занятий с детьми школьного возраста

Практическое занятие

Особенности занятий с детьми школьного возраста

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта

Средства и методы обучения

Практическое занятие

Ознакомление со средствами и методами обучения боксу

Самостоятельная работа

Изучение видеоматериалов

Организация и планирование процесса обучения

Практическое занятие

Планирование процесса обучения. Виды планирования. Организация обучения

Самостоятельная работа

Составление индивидуальных планов

Воспитание выносливости

Практическое занятие

Воспитание различных видов выносливости.

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта

Воспитание силы

Практическое занятие

Средства и методы воспитания силовых возможностей

Самостоятельная работа

Изучение литературы по данному вопросу

Воспитание гибкости

Практическое занятие

Средства и методы воспитания гибкости

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта, в т.ч. из других видов спорта

Воспитание скоростных возможностей

Практическое занятие

Средства и методы воспитания скоростных возможностей

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта и литературных источников

Техническая подготовка

Практическое занятие

Техническая подготовка спортсменов

Самостоятельная работа

Изучение литературы, видеопроодукции

Тактическая подготовка

Практическое занятие

Тактическая подготовка в различных дисциплинах бокса

Самостоятельная работа

Изучение литература и практического опыта

Психическая подготовка

Практическое занятие

Средства и методы психической подготовки

Самостоятельная работа

Изучение литературы и практического опыта

Неинструментальные методы исследования

Практическое занятие

Неинструментальные методы исследования в боксе

Самостоятельная работа

Изучение различных аспектов подготовленности неинструментальными методами исследования

Инструментальные методы исследования

Практическое занятие

Ознакомление с инструментальными методами исследования.

Самостоятельная работа

Диагноз и рекомендации по результатам исследования

Обработка результатов

Практическое занятие

Средства математической статистики, анализ и синтез данных

Самостоятельная работа

Изучение научной и научно-педагогической литературы по вопросу

Профессионально-педагогическое мастерство тренера по боксу

Практическое занятие

Педагогические приемы в работе тренера

Самостоятельная работа

Анализ работы практических тренеров

4 КУРС

Основы построения спортивной тренировки боксеров высокой квалификации

Практическое занятие

Основы построения спортивной тренировки спортсменов высокой квалификации

Самостоятельная работа

Изучение литературы

Общая характеристика многолетней спортивной подготовки

Практическое занятие

Характеристика многолетней спортивной подготовки.

Самостоятельная работа

Изучение литературы

Задачи и содержание многолетней подготовки

Практическое занятие

Основные задачи многолетней подготовки. Ее содержание

Самостоятельная работа

Изучение документации по подготовке ведущих спортсменов

Формирование технического мастерства и развития двигательных способностей

Практическое занятие

Основы формирования технического мастерства и развития двигательных способностей применительно к спортсменам высокого класса.

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта и литературы

Построение спортивной тренировки на этапах многолетней подготовки

Практическое занятие

Спортивная тренировка на этапах многолетней подготовки

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта и составление тренировочных планов

Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки

Практическое занятие

Особенности и этапы отбора в ходе многолетней подготовки

Самостоятельная работа

Изучение практического опыта по отбору спортсменов

Любительские федерации, ассоциации

Практическое занятие

Организации любительского бокса

Самостоятельная работа

Изучение деятельности организаций любительского бокса

Профессиональные федерации, ассоциации

Практическое занятие

Организации профессионального бокса

Самостоятельная работа

Характеристика деятельности и итогов работы профессиональных организаций бокса

Боксерские клубы

Практическое занятие

Клубы бокса. Отечественные и зарубежные

Самостоятельная работа

Изучение документации и практическое знакомство с работой

Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса по боксу

Практическое занятие

Обеспечение учебно-тренировочного процесса (материальное, моральное стимулирование, спонсорские и государственные дотации)

Самостоятельная работа

Изучение смет и бюджета секций, клубов, федераций бокса

Бизнес в боксе

Практическое занятие

Бокс как вид коммерческой деятельности

Самостоятельная работа

Изучение опыта работы частных и государственных организаций бокса

5 КУРС (ИЗДО)

Практическое занятие

Оценка технического мастерства и уровня развития двигательных способностей. Принятие управленческих решений

Самостоятельная работа

Изучение литературы и отчетов тренерской работы.

Практическое занятие

Составление конспектов тренировок и планов для различных этапов многолетней подготовки

Самостоятельная работа

Изучение конспектов, планов, опыта подготовки спортсменов

Практическое занятие

Изучение опыта и документов, связанных с процессом многолетней подготовки

Самостоятельная работа

Изучение литературы и документов по проблеме отбора в процессе многолетней подготовки

Практическое занятие

Изучение уставов любительских федераций и ассоциаций

Самостоятельная работа

Изучение опыта работы любительских федераций и ассоциаций

Практическое занятие

Изучение уставов профессиональных федераций и ассоциаций

Самостоятельная работа

Изучение опыта работы профессиональных федераций и ассоциаций

Практическое занятие

Изучение работы боксерских клубов

Самостоятельная работа

Изучение опыта работы боксерских клубов

Практическое занятие

Изучение примеров и опыта материально-технического обеспечения занятий боксом

Самостоятельная работа

Изучение примеров и опыта материально-технического обеспечения занятий боксом

Практическое занятие

Изучение вариантов успешного бизнеса на материале бокса

Самостоятельная работа

Изучение вариантов успешного бизнеса на материале бокса

Практическое занятие

Проведение занятий по совершенствованию технической подготовки

Самостоятельная работа

Изучение материалов по совершенствованию технической подготовки

Практическое занятие

Проведение занятий по совершенствованию тактической подготовки

Самостоятельная работа

Изучение материалов по совершенствованию тактической подготовки

Практическое занятие

Проведение занятий по совершенствованию физической подготовки

Самостоятельная работа

Изучение материалов по совершенствованию физической подготовки

Практическое занятие

Проведение мероприятий по совершенствованию психологической подготовки

Самостоятельная работа

Изучение материалов по совершенствованию психологической подготовки

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).

Вопросы к дифференцированному зачету (1 курс)

1. Введение в дисциплину
2. Основы обучения и тренировки в боксе
3. История бокса. Развитие бокса в мире и в России
4. Техника безопасности
5. Одежда боксера
6. Аксессуары
7. Инвентарь
8. Перчатки
9. Мячи набивные

- 10.Мешки
- 11.Выбор мешков
- 12.Основы технической подготовки в боксе
- 13.Основы техники в боксе
- 14.Техника прямых ударов
- 15.Техника боковых ударов
- 16.Техника ударов снизу
- 17.Техника повторных ударов
- 18.Техника двойных ударов
- 19.Техника серийных ударов
- 20.Техника ударов из нестандартных положений
- 21.Техника однотипных ударов
- 22.Техника разнотипных ударов.
- 23.Ошибки техники ударов
- 24.Защиты
- 25.Стандартный ринг
- 26.Совмещенные ринги
- 27.Техника защит
- 28.Тактика защит руками
- 29.Техника защит туловищем
- 30.Эксплуатация ринга

Вопросы к дифференцированному зачету (2 курс)

- 1.Этикет.
- 2.Правила соревнований
- 3.Тактика
- 4.Тактика турнира
- 5.Тактика раунда
- 6.Техника бокса
- 7.Спортивно-массовая работа по месту жительства
- 8.Спортивно-массовая работа по месту жительства

- 9.Профилактика травм и оказание первой помощи
- 10.Основы обучения технике
- 11.Обучение тактике. Ее совершенствование
- 12.Техническая подготовка
- 13.Тактическая подготовка
- 14.Планирование тактики турнира
- 15.Планирование тактики раунда
- 16.Планирование спортивно-массовой работы по месту жительства
- 17.Первая помощь при ушибах, переломах, вывихах
- 18.Обучение технике защит
- 19.Обучение технике ударов ногами
- 20.Обучение технике ударов руками
- 21.Обучение технике передвижений
- 22.Техника работы со скакалкой
- 23.Техника работы с теннисным мячом
- 24.Техника работы с набивным мячом
- 25.Техника работы со штангой
- 26.Основы работы со снарядами
- 27.Положение о соревнованиях
- 28.Заявка
- 29.Типовые ситуации в боксе
- 30.Тактика боя с различными противниками

Вопросы к дифференцированному зачету (3 курс)

- 1.Занятия с детьми дошкольного возраста
- 2.Занятия в школьных секциях
- 3.Особенности занятий с детьми разного возраста
- 4.Средства и методы обучения и тренировки в различных возрастных группах
- 5.Организация и планирование обучения
- 6.Воспитание физических качеств

- 7.Техническая подготовка
- 8.Тактическая подготовка
- 9.Психическая подготовка
- 10.Методы исследования
- 11.Педагогические приемы в работе тренера
- 12.Основы планирования подготовки
- 13.Медико-биологические основы подготовки для различных категорий занимающихся
- 14.Психолого-педагогические особенности занимающихся
- 15.Планирование занятий боксом
- 16.Оценка технической подготовленности
- 17.Оценка тактической подготовленности
- 18.Оценка психологической подготовленности
- 19.Оценка физической подготовленности
- 20.Специфика физической подготовленности в различных дисциплинах бокса
- 21.Специфика технической подготовленности в различных дисциплинах бокса
- 22.Специфика психологической подготовленности в различных дисциплинах бокса
- 23.Специфика тактической подготовленности в различных дисциплинах бокса
- 24.Специфика функциональной подготовленности в различных дисциплинах бокса
- 25.Индивидуализация подготовки
- 26.Самоконтроль в подготовке

Вопросы к экзамену (4 курс)

- 1.Основы тренировки боксера высокой квалификации
- 2.Характеристика процесса многолетней тренировки
- 3.Задачи и содержание многолетней подготовки

4.Формирование технического мастерства и развитие двигательных способностей

5.Этапы многолетней спортивной подготовки и особенности тренировки на каждом из этапов

6.Отбор в процессе многолетней подготовки

7.Любительские и профессиональные организации бокса

8.Клубы бокса

9.Материально-техническое обеспечение тренировочного процесса

10.Бокс как коммерческое предприятие

11.Работа бокового судьи

12.Работа рефери

13.Судья при участниках

14.Судья-информатор

15.Врач соревнований

16.График соревнований

17.Методики отбора

18.Этапы отбора

19.Отбор в соревнованиях

20.Средства отбора

21.Примерная программа подготовки

22.Медицинские требования к занимающимся

23.Планирование подготовки

24.Технология планирования подготовки

25.Индивидуализация подготовки

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

а) Основная литература:

1. Абаджян В.А. Медико-биологические и психологические особенности тренировочной и соревновательной деятельности боксеров / В.А. Абаджян, В.А Санников. М.: ФиС, 2013. – 230 с.

2. Арцишевский В. Бокс / В. Арцишевский. – М.: Феникс, 2012. – 210 с.
3. Градополов К.В. Бокс / К.В. Градополов. – М.: ИНСАН, 2010. – 320 с.
4. Денисов Б. Техника – основа мастерства в боксе / Б. Денисов. – М.: ФиС, 2012. – 265 с.
5. Иванов, А. Н. Кикбоксинг / А. Н. Иванов. – Киев: Перун, 2000.
6. Клещев В. Н. Кикбоксинг: учебник для вузов. – М.: «Академический проект», 2006. – 288 с.
7. Теория и методика бокса: учебник / Под общ. ред. Е.В. Калмыкова. – М.: ФиС, 2009. – 272 с.
8. Филимонов В.И. Современная система подготовки боксеров / В.И. Филимонов. – М.: «Инсан», 2009. – 512 с.
9. Филимонов В.И. Бокс и кикбоксинг: обучение и тренировка / В.И. Филимонов, С.Ш. Ибраев. – М.: ИНСАН, 2011. – 528 с.
10. Щитов В. Бокс: Техника боя / В. Щитов. – М.: Фаир, 2008. – 464 с.

б) Дополнительная литература:

1. Бокс : учебник для институтов физической культуры / под общ. ред. И. П. Дегтярева. – М.: Физкультура и спорт, 1979.
2. Бутенко, Б. И. Специализированная подготовка боксера / Б. И. Бутенко. – М.: Физкультура и спорт, 1967.
3. Джероян, Г. О. Тактическая подготовка боксера / Г. О. Джероян. – М.: Физкультура и спорт, 1970.
4. Джероян, Г. О. Предсоревновательная подготовка боксеров / Г. О. Джероян, Н. А. Худадов. – М.: Физкультура и спорт, 1971.
5. Зиборов, О. Е. Библиотека боксера / О. Е. Зиборов. – М, 1993. – Т. 1.
6. Казаков, М. Врачебный контроль в боксе / М. Казаков. – М.: Физкультура и спорт, 1957.
7. Бокс. Правила соревнований. – М.: Физкультура и спорт, 1997.
8. Клевенко, В. М. Быстрота в боксе / В. М. Клевенко. – М.: Физкультура и спорт, 1968.

9. Куликов, А. Кикбоксинг / А. Куликов. – М.: Агенство «Фияр», 1998.
10. Куреченков, А. И. Изменение костно-суставного аппарата у юных спортсменов / А. И. Куреченков. – М., 1958.
11. Лаптев, А. Управление тренированностью боксера / А. Лаптев. – М.: Физкультура и спорт, 1973.
12. Медицинский справочник тренера / под ред. В. Геселевича. – 2-е изд. – М.: Физкультура и спорт, 1981.
13. Никифоров, Ю. Б. Построение и планирование тренировки в боксе / Ю. Б. Никифоров, И. Б. Викторов. – М.: Физкультура и спорт, 1978.
14. Огуренков, Е. И. Ближний бой в боксе / Е. И. Огуренков. – М.: Физкультура и спорт, 1959.
15. Огуренков, В. И. Левша в боксе / В. И. Огуренков. – М.: Физкультура и спорт, 1959.
16. Романов, В. М. Бой на дальней, средней и ближней дистанциях / В. М. Романов. – М.: Физкультура и спорт, 1979.
17. Основы управления подготовкой юных спортсменов / под ред. М. Я. Набатниковой. – М.: Физкультура и спорт, 1982.
18. Спортивная медицина: учебник для институтов физкультуры. – М.: Физкультура и спорт, 1980.
19. Филин, В. П. Основы юношеского спорта / В. П. Филин. – М.: Физкультура и спорт, 1980.

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

- сайт РГУФКСМиТ;
- сайты федераций бокса РФ, г. Москвы, региональных федераций;
- сайты профессиональных федераций бокса (W5, «Барс», «WAKO-PRO» и др.);
- сайты международных любительских федераций бокса;

- компьютерная программа тестирования психических качеств и свойств личности;

- мультимедийные лекции.

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 «Рукопт» 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).

2). Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской

3) Залы: игровой и бокса (кикбоксинга), в которых находятся спортивное оборудование и инвентарь

а) ринг; снаряды, силовые тренажеры, тренажер «Кик-тест»

б) мячи.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Б1.В.ОД.18 Спортивно-педагогическое совершенствование» для обучающихся института физической культуры и спорта курса, 12 группы направления подготовки / специальности 49.03.01 – Физическая культура направленности (профилю) заочной формы обучения (ускоренное обучение)

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра ТИМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова
Сроки изучения дисциплины (модуля): 1,2 семестр
Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

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

Заочная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
<i>1,2 семестр</i>			
1	Выступление на семинаре «Техника безопасности»		5
2	Опрос по теме: «История бокса. Развитие бокса в мире и в России»		10
3	Опрос по теме: «Одежда боксера. Аксессуары. Инвентарь»		10
4	Выполнение практического задания №1 по разделу «Оценка технической подготовленности»		5
5	Выполнение практического задания №2 по разделу «Тактика. Тактика турнира. Тактика раунда. Тактика ведения боя»		10
6	Участие в организации и судействе соревнований		10
7	Реферат по теме: «Основы техники в боксе»		10
8	Посещение занятий		10
	Дифференцированный зачет		30
	ИТОГО		100 баллов

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

– 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 дифференцированным зачетом

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) «Б1.В.ОД.18 Спортивно-педагогическое совершенствование» для обучающихся института физической культуры и спорта 2 курса, 12 группы направления подготовки / специальности 49.03.01 – Физическая культура направленности (профилю) заочной формы обучения (ускоренное обучение)

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра ТИМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова
Сроки изучения дисциплины (модуля): 3,4 семестр
Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачет.*

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
3, 4 семестр			
1	<i>Проведение практических занятий по теме № 1 Правила соревнований»</i>		10
2	<i>Участие в судействе соревнований</i>		10
3	<i>Опрос. Анализ протоколов соревнований</i>		10
4	<i>Отчет по практическим заданиям по тактике ведения боя</i>		10
5	<i>Выступление на семинаре «Оказание первой помощи»</i>		10
6	<i>Выполнение практического задания №2 по разделу «Оценка технической подготовленности»</i>		10
7	<i>Посещение занятий</i>		10
	<i>Дифференцированный зачет</i>		30
	<i>Итого:</i>		<i>100 баллов</i>

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 дифференцированным зачетом

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) «Б1.В.ОД.18 Спортивно-педагогическое совершенствование» для обучающихся института физической культуры и спорта 3 курса, 12 группы направления подготовки / специальности 49.03.01 – Физическая культура направленности (профилю) заочной формы обучения (ускоренное обучение)

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра ТиМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова
Сроки изучения дисциплины (модуля): 5, 6 семестр
Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачет*

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

Заочное обучение

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу «Организация и планирование процесса обучения»</i>		10
2	<i>Выступление на семинаре «Неинструментальные методы исследования»</i>		10
3	<i>Выступление на семинаре «Инструментальные методы»</i>		10
4	<i>Выполнение практического задания № 2 по разделу «Основы построения спортивной тренировки боксеров высокой квалификации»</i>		10
5	<i>Выполнение практического задания №1 по разделу «Обработка результатов»</i>		10
6	<i>Написание реферата по теме «Задачи и содержание многолетней подготовки»</i>		10
7	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	10
	Дифференцированный зачет		30
	ИТОГО		100 баллов

¹ 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 дифференцированным зачетом

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) «Б1.В.ОД.18 Спортивно-педагогическое совершенствование» для обучающихся института физической культуры и спорта 4 курса, 12 группы направления подготовки / специальности 49.03.01 – Физическая культура направленности (профилю заочной формы обучения (ускоренное обучение)

IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра ТиМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

Заочное обучение

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Совершенствование психологической подготовки»		10
3	Выступление на семинаре «Формирование технического мастерства и развития двигательных способностей»		10
	Выступление на семинаре «Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки»		10
4	Выполнение практического задания №1 по разделу «Построение спортивной тренировки на этапах многолетней тренировки»		10
5	Выполнение практического задания №2 по разделу «Совершенствование физической подготовки»		10
7	Написание курсовой работы по теме «Любительские федерации, ассоциации»		10
10	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

– 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

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



Институт Физической культуры и спорта

Кафедра Теории и методики бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова

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

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (бокс)»
(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 (ускоренное обучение на базе ВПО)*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 20 зачетных единиц.

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

2. Цель освоения дисциплины (модуля): «Спортивно-педагогическое совершенствование»

Курс «Спортивно-педагогическое совершенствование (СПС)» является продолжением основных разделов дисциплины специализации «Теория и методика избранного вида спорта (бокс)» и направлен на совершенствование индивидуальных профессиональных умений, навыков и физической подготовки студентов, необходимых в их будущей профессиональной деятельности.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-2	Знать: - основы дидактики; - основы теории и методики физической культуры; - медико-биологические и психологические особенности различных категорий занимающихся; - методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта; - требования образовательных стандартов			1,5
	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры; - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов			6
	Владеть: - навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта			6
ОПК-3	Знать: - основы теории и методики физической культуры и спорта; - принципы и методы обучения;			1,5

	<ul style="list-style-type: none"> - медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся; - требования стандартов спортивной подготовки в боксе 			
	<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 боксе с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки 			2
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в боксе с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта. 			6
<i>ОПК-5</i>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений; - основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии; - основы спортивной метрологии. 			3
	<p>Уметь: осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.</p>			5
	<p>Владеть: навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев</p>			6
<i>ОПК-8</i>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила соревнований по боксу; - документы планирования и проведения соревнований; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - обязанности организаторов и судей соревнования; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований. 			4
	<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. 			7
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований. 			7
	<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 боксе - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 			6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - определять предрасположенность к занятиям определенными 			7

ПК-10	<p>видами спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в боксе. 			
	<p>Владеть:</p> <p>умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в боксе с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.</p>			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. 			2,4
	<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). 			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. 			7
ПК-14	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики спортивной тренировки в боксе; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в боксе. 			2
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями бокса демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности. 			4
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в соответствии с особенностями бокса владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное 			5

	мастерство.			
	Знать: - средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; - эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.			4
	Уметь: - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.			4
ПК-15	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.			7

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **20 зачетных единиц, 720 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 КУРС						
Введение в дисциплину	1			8		
История бокса. Развитие бокса в мире и в России			1	8		
Техника безопасности				10		
Одежда боксера			0,5	8		
Аксессуары			0,5	8		
Инвентарь			1	8		
Перчатки			0,5	8		
Мячи набивные				8		
Мешки				8		
Выбор мешков			0,5	8		
Основы техники в боксе			2	18		
Всего	106		6	100		
Техника прямых ударов	2		1	8		

Техника боковых ударов				8		
Техника ударов снизу				8		
Техника повторных ударов. Удары ногами				8		
Техника двойных ударов				8		
Техника серийных ударов				8		
Техника ударов из нестандартных положений			1	8		
Техника однотипных ударов				5		
Техника разнотипных ударов.			0,5	5		
Ошибки техники ударов			0,5	6		
Защиты			0,5	6		
Стандартный ринг				5		
Площадки для бокса				5		
Техника защит				6		
Техника защит руками			0,5	6		
Техника защит туловищем				6		
Всего за 2 семестр	110		4	106		
Итого за 1 курс:	216		10	206		Дифференцированный зачет
2 КУРС						
	3					
Эксплуатация ринга				2		
Этикет				2		
Правила соревнований			4	6		
Организация соревнований				6		
Судейство соревнований				6		
Тактика				6		
Тактика турнира			4	6		
Тактика раунда				6		
Тактика ведения боя				6		
Всего за 3 семестр:	54		8	46		
	4					
Профилактика травм				6		
Оказание первой помощи				6		
Теоретические и методические основы обучения.			2	4		
Обучение технике прямых ударов				4		
Обучение технике боковых ударов			1	4		
Обучение технике ударов снизу				2		
Обучение технике повторных ударов			1	6		

Обучение технике двойных ударов				6		
Обучение технике серийных ударов			2	6		
Всего за 4 семестр:	54		6	48		Дифференцированный зачет
	108		14	94		
3 КУРС						
	5					
Спортивно-массовая работа по месту жительства			2	10		
Спортивно-массовая работа в учебных заведениях				10		
Спортивно-массовая работа в спортивных секциях				10		
Методика занятий боксом с детьми дошкольного возраста			2	10		
Особенности организации и проведения занятий в школьных секциях			1	10		
Особенности занятия боксом с детьми школьного возраста			1	14		
Всего за 5 семестр	70		6	64		
Организация и планирование процесса обучения				12		
Воспитание выносливости			1	12		
Воспитание силы				12		
Воспитание гибкости			1	12		
Воспитание скоростных возможностей				12		
Техническая подготовка			1	10		
Тактическая подготовка				10		
Психическая подготовка			1	10		
Всего за 6 семестр	74		4	70		Дифференцированный зачет
Итого за 3 курс	144		10	134		
4 КУРС						
	7					
Неинструментальные методы исследования			0,5	12		
Инструментальные методы			0,5	12		
Обработка результатов			0,5	18		
Профессионально-педагогическое мастерство тренера по боксу			0,5	18		

Основы построения спортивной тренировки боксеров высокой квалификации			0,5	18		
Общая характеристика многолетней спортивной подготовки			0,5	18		
Задачи и содержание многолетней подготовки			0,5	16		
Бизнес в боксе			0,5	17		
Совершенствование технической подготовки			2	22		
Совершенствование тактической подготовки			1	20		
Совершенствование физической подготовки			1	21		
Совершенствование психологической подготовки			1	21		
Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки			1	20		
Итого за 4 курс	252		10	233	9	Экзамен

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 велосипедного спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)»

Направление подготовки/специальность:
49.03.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль):
«Спортивная подготовка в избранном виде спорта»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная/заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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 велосипедного спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)»

Направление подготовки/специальность:
49.03.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль):
«Спортивная подготовка в избранном виде спорта»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная/заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 8 от «21» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики велосипедного спорта
(наименование)
Протокол № 12 от «11» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики велосипедного спорта
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.

Составитель:

Бариеников Евгений Михайлович – кандидат педагогических наук,
профессор, МСМК по велосипедному спорту.

Дышаков Алексей Сергеевич - преподаватель кафедры теории и методики
велосипедного спорта;

Залиханова Анастасия Александровна – старший преподаватель кафедры
теории и методики велосипедного спорта;

Кондратьев Игорь Сергеевич – заведующий лабораторией кафедры теории и
методики велосипедного спорта.

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)»—обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по велосипедному спорту и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)» относится к профессиональному циклу вариативной части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» по профилю «Спортивная подготовка». Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра обусловлено необходимостью формирования у выпускников практические навыки решения сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в области велосипедного спорта.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как Теория и методика избранного вида спорта, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология, безопасность жизнедеятельности, восстановление в спорте, врачебный контроль 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-2	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий в различных дисциплинах велосипедного спорта; – методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке велосипедистов. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по дисциплинам велосипедного спорта; – применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки велосипедистов. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по дисциплинам велосипедного спорта с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры; – навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке велосипедистов. 	1-2		1-2
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных дисциплинах велосипедного спорта. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных дисциплинах велосипедного спорта . <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных дисциплинах велосипедного спорта с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры. 	3-4		5-6

ОПК-3	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в велосипедном спорте на начальном и тренировочном этапах подготовки. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в велосипедном спорте с учетом особенностей занимающихся на начальном и тренировочном этапах подготовки. 	5-6		7-8
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в различных дисциплинах велосипедного спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства. 	6-7		7-8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в различных дисциплинах велосипедного спорта, с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства. 	8		9-10
ОПК-5	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы правильной техники выполнения основных соревновательных упражнений в велосипедном спорте <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать технику выполнения упражнений в различных дисциплинах велосипедного спорта 	1-2		3-4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать тактику в различных дисциплинах велосипедного спорта. 	3-4		5-6
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня работоспособности спортсменов в различных дисциплинах велосипедного спорта. 	5-6		7-8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня специализированных качеств у спортсменов в различных дисциплинах велосипедного спорта. 	7-8		9-10
ОПК-8	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции помощника судьи на старте в различных дисциплинах велосипедного спорта 	1-2		3-4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции помощника судьи на финише в различных дисциплинах велосипедного спорта 	3-4		5-6
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции судей и секретарей на старте и финише в различных дисциплинах велосипедного спорта 	5-6		7-8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками организации и проведения соревнований в различных дисциплинах велосипедного спорта 	7-8		9-10

ПК-10	<i>Владеть:</i> – современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в велосипедном спорте	5-6		7-8
ПК-11	<i>Уметь:</i> – разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапемноголетней подготовки в велосипедном спорте	5-6		7-8
	<i>Владеть:</i> – навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства в велосипедном спорте	7-8		9-10
ПК-14	<i>Уметь:</i> – владеть техникой в различных дисциплинах велосипедного спорта	1-2		3-4
	<i>Владеть:</i> – умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий в различных дисциплинах велосипедного спорта	3-4		5-6
	<i>Владеть:</i> – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий велосипедным спортом	5-6		7-8
ПК-15	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль на занятиях в различных дисциплинах велосипедного спорта.	3-4		5-6
	<i>Владеть:</i> умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности – оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.	7-8		9-10

4. Структура и содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)»

4.1 Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц, экзамены – 9 часов, аудиторных занятий – 232 часов, самостоятельная работа студентов – 479 часов.

Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	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. Обучение технике выполнения двигательным действиям велосипедиста	1					
1.1.	Тема 1.1. Основы техники езды на велосипеде	1		6	18		
1.2.	Тема 1.2. Структура «эталонной» техники	1		6	16		
1.3.	Тема 1.3. Эффективность техники в переменных условиях деятельности велосипедиста	1		6	16		
2.	Раздел 2. Оптимизация техники велосипедиста	1					
2.1.	Тема 2.1. Оптимизация индивидуальной техники и тактики велосипедиста	1		4	16		
2.2.	Тема 2.2. Моделирование индивидуальной техники целевой соревновательной деятельности	1		4	16		
Итого за 1 семестр 108 часа (3 зачетные единицы)				26	82		
3.	Раздел 3. Методика воспитания индивидуальных двигательных качеств	2					
3.1.	Тема 3.1. Выбор методики применения тренировочных упражнений обеспечивающих развивающее воздействие на физическую подготовку велосипедиста на этапе	2		6	20		

	становления спортивного мастерства						
3.2.	Тема 3.2. Средства и методы воспитания базовых двигательных качеств велосипедиста.	2		6	20		
4.	Раздел 4. Средства и методы воспитания максимальных возможностей спортсмена	2					
4.1.	Тема 4.1. Воспитание двигательных качеств на этапе реализации максимальных возможностей спортсмена-велосипедиста	2		6	20		
4.2.	Тема 4.2. Особенности совершенствования индивидуальных двигательных качеств на этапе спортивного долголетия	2		4	20		
4.3.	Тема 4.3. Средства и методы совершенствования целевых индивидуальных двигательных качеств	2		4	20		
Итого за 2 семестр 126 часов (3,5 зачетных единиц)				26	100		Зачет с оценкой
Итого за 1 курс 234 часа (7 зачетных единицы)				52	182		Зачет с оценкой
5.	Раздел 5.Контроль динамикой развития подготовленности велосипедиста на этапе годичного и многолетнего циклах	3					
5.1.	Тема 5.1.Организационно-методические основы планирования УТЗ. Выбор и методика применения доступных средств оперативного контроля.	3		14	16		
5.2.	Тема 5.2. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства	3		16	17		
Итого за 3 семестр 63 часа (1,75 зачетных единицы)				30	33		
6.	Раздел 6. Контроль тренировочного процесса						
6.1.	Тема 6.1. Контроль тренировочного процесса и его эффектов	4		10	11		
6.2.	Тема 6.2.Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки велосипедиста.	4		10	11		
6.3.	Тема 6.3. Модельно-целевой способ построения макроцикла в	4		10	11		

	подготовке велосипедиста высокой квалификации						
Итого за 4 семестр 63 часа (1,75 зачетных единицы)				30	33		Зачет с оценкой
Итого за 2 курс 126 часов (3,5 зачетных единиц)				60	66		Зачет с оценкой
7.	Раздел 7. Организация соревнований и их судейство	5					
7.1.	Тема 1.1. Документы планирования и судейство соревнований	5		6	7		
7.2.	Тема 1.2. Организация и судейство соревнований в индивидуальных и командных дисциплинах	5		6	6		
8.	Раздел 8. Организация массовых соревнований	5					
8.1.	Тема 8.1. Организация и судейство массовых соревнований	5		6	7		
8.2.	Тема 8.2. Организация и судейство соревнований с участием инвалидов	5		6	6		
8.3.	Тема 8.3. Особенности в организации и судействе соревнований в велосипедных гонках	5		6	6		
Итого за 5 семестр 63 часа (1,75 зачетных единицы)				30	33		
9.	Раздел 9. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием велосипеда	6					
9.1.	Тема 9.1. Методика нормирования «аэробной» нагрузки оздоровительной направленности	6		8	9		
9.2.	Тема 9.2. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения	6		8	8		
10.	Раздел 10. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности	6					
10.1.	Тема 10.1. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с лицами с отклонением в здоровье	6		8	8		
10.2.	Тема 10.2. Подготовка и участие в массовых велосипедных соревнованиях	6		6	8		
Итого за 6 семестр 63 часа (1,75 зачетных единиц)				30	33		Зачет с оценкой

Итого за 3 курс 126 часов (3,5 зачетных единицы)				60	66		
11.	Раздел 11. Совершенствование педагогического мастерства	7					
11.1.	Тема 11.1. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велосипедному кроссу	7		4	16		
11.2.	Тема 11.2. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велотриалу	7		4	16		
12.	Раздел 12. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	7					
12.1.	Тема 12.1. Инвентарь и снаряжение велосипедиста	7		4	16		
12.2.	Тема 12.2. Подготовка мест занятий и велосипедного инвентаря к тренировочно-соревновательной деятельности	7		6	16		
13.	Раздел 13. Выбор оборудования	7					
13.1.	Тема 13.1. Выбор велосипедной базы	7		6	16		
13.2.	Тема 13.2. Выбор велодрома, велосипедных трасс	7		6	16		
Итого за 7 семестр 126 часа (3,5 зачетных единицы)				30	96		
14.	Раздел 14. Совершенствование тренерского мастерства	8					
14.1.	Тема 14.1. Профилактика травм при занятиях велосипедным спортом	8		6	14		
14.2.	Тема 14.2. Профессионально-педагогическая деятельность тренера по велосипедному спорту	8		6	14		
15.	Раздел 15. Современный велосипедный инвентарь	8					
15.1.	Тема 15.1. Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования	8		6	14		
15.2.	Тема 15.2. Современный велосипедный инвентарь и экипировка	8		6	14		
15.3.	Тема 15.3. Гомологация и сертифицирование велосипедных трасс	8		6	13		
Итого за 8 семестр 108 часа (3 зачетных единицы)				30	69	9	Экзамен

Итого за 4 курс 234 часа (6,5 зачетных единицы)			60	165	9	Экзамен
Итого 720 часов (20 зачетных единиц)			232	479	9	Зачет с оценкой, экзамен

4.2 Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц, экзамены – 9 часов, аудиторных занятий – 90 часов, самостоятельная работа студентов – 621 час.

Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	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. Обучение технике выполнения двигательным действиям велосипедиста	1					
1.1.	Тема 1.1. Основы техники езды на велосипеде	1		1	14		
1.2.	Тема 1.2. Структура «эталонной» техники	1		1	13		
1.3.	Тема 1.3. Эффективность техники в переменных условиях деятельности велосипедиста	1		1	13		
2.	Раздел 2. Оптимизация техники велосипедиста	1					
2.1.	Тема 2.1. Оптимизация индивидуальной техники и тактики велосипедиста	1		0,5	13		
2.2.	Тема 2.2. Моделирование индивидуальной техники целевой соревновательной деятельности	1		0,5	13		
Итого за 1 семестр 70 часов (1,75 зачетных единицы)				4	66		
3.	Раздел 3. Методика воспитания индивидуальных двигательных качеств	2					
3.1.	Тема 3.1. Выбор методики применения тренировочных	2		1	14		

	упражнений обеспечивающих развивающее воздействие на физическую подготовку велосипедиста на этапе становления спортивного мастерства						
3.2.	Тема 3.2. Средства и методы воспитания базовых двигательных качеств велосипедист.	2		2	14		
4.	Раздел 4. Средства и методы воспитания максимальных возможностей спортсмена	2					
4.1.	Тема 4.1. Воспитание двигательных качеств на этапе реализации максимальных возможностей спортсмена-велосипедиста	2		1	14		
4.2.	Тема 4.2. Особенности совершенствования индивидуальных двигательных качеств на этапе спортивного долголетия	2		1	13		
4.3.	Тема 4.3. Средства и методы совершенствования целевых индивидуальных двигательных качеств	2		1	13		
Итого за 2 семестр 74 часов (2 зачетных единицы)				6	68		Зачет с оценкой
Итого за 1 курс 144 часа (4 зачетных единицы)				10	134		Зачет с оценкой
5.	Раздел 5. Контроль динамики развития подготовленности велосипедиста на этапе годичного и многолетнего циклах	3					
5.1.	Тема 5.1. Организационно-методические основы планирования УТЗ. Выбор и методика применения доступных средств оперативного контроля.	3		4	32		
5.2.	Тема 5.2. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства	3		4	32		
Итого за 3 семестр 72 часа (2 зачетных единицы)				8	64		
6.	Раздел 6. Контроль тренировочного процесса	4					
6.1.	Тема 6.1. Контроль тренировочного процесса и его эффектов	4		3	22		
6.2.	Тема 6.2. Оперативное, текущее и	4		3	21		

	перспективное планирование тренировки велосипедиста.						
6.3.	Тема 6.3. Модельно-целевой способ построения микроцикла в подготовке велосипедиста высокой квалификации	4		2	21		
Итого за 4 семестр 72 часа (2 зачетные единицы)				8	64		Зачет с оценкой
Итого за 2 курс 144 часа (4 зачетных единицы)				16	128		Зачет с оценкой
7.	Раздел 7. Организация соревнований и их судейство	5					
7.1.	Тема 7.1. Документы планирования и судейство соревнований	5		2	13		
7.2.	Тема 7.2. Организация и судейство соревнований в индивидуальных и командных дисциплинах	5		1	13		
8.	Раздел 8. Организация массовых соревнований	5					
8.1.	Тема 8.1. Организация и судейство массовых соревнований	5		2	13		
8.2.	Тема 8.2. Организация и судейство соревнований с участием инвалидов	5		2	13		
8.3.	Тема 8.3. Организация и судейство соревнований в велосипедном спорте и других новых соревновательных дисциплин	5		1	14		
Итого за 5 семестр 72 часа (2 зачетные единицы)				8	64		
9.	Раздел 9. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием подготовки на велосипеде	6					
9.1.	Тема 9.1. Методика нормирования «аэробной» нагрузки оздоровительной направленности	6		2	16		
9.2.	Тема 9.2. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения	6		2	16		
10.	Раздел 10. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности	6					
10.1.	Тема 10.1. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с лицами с отклонением в здоровье	6		2	16		
10.2.	Тема 10.2. Подготовка и участие в	6		2	16		

	массовых велосипедных соревнованиях						
Итого за 6 семестр 72 часа (2 зачетные единицы)				8	64		Зачет с оценкой
Итого за 3 курс 144 часа (4 зачетных единицы)				16	128		Зачет с оценкой
11.	Раздел 11. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	7					
11.1.	Тема 11.1. Инвентарь и снаряжение велосипедиста	7		4	18		
11.2.	Тема 11.2. Подготовка мест занятий и велосипедного инвентаря к тренировочно-соревновательной деятельности	7		2	18		
12.	Раздел 12. Выбор оборудования	7					
12.1.	Тема 12.1. Выбор велосипедной базы и специальных тренажеров.	7		2	18		
12.2.	Тема 12.2. Выбор велодрома и велосипедных трасс	7		2	18		
13.	Раздел 13. Современный велосипедный инвентарь	8					
13.1.	Тема 13.1. Современный велосипедный инвентарь и экипировка	8		3	19		
13.2.	Тема 13.2. Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования	8		2	19		
13.3.	Тема 13.3. Гомологация и сертифицирование велосипедных трасс	8		2	18		
Итого за 8 семестр 144 часа (4 зачетных единицы)				16	128		Зачет с оценкой
Итого за 4 курс 144 часа (4 зачетных единицы)				16	128		Зачет с оценкой
14.	Раздел 14 Совершенствование педагогического мастерства	9					
14.1.	Тема 14.1. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велосипедному кроссу	9		4	12.5		
14.2.	Тема 14.2. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велотриалу	9		4	12.5		
15.	Раздел 15. Совершенствование тренерского мастерства	9					
15.1.	Тема 15.1. Профилактика травм при занятиях велосипедным спортом	9		4	12.5		

15.2.	Тема 15.2. Профессионально-педагогическая деятельность тренера по велосипедному спорту	9		4	12.5		
Итого за 9 семестр 66 часов (1,8 зачетных единиц)				16	50		
	Раздел 16. Техническая подготовка велосипедиста-гонщика						
	16.1. Техника езды в гонках на шоссе			4	13		
	16.2. Техника езды в гонках на треке			4	13		
	16.3. Техника езды в маунтинбайке			4	13		
	16.4 Техника езды в BMX - гонках			4	14		
Итого за 10 семестр 78 часов 2,2 зачетные единицы)				16	53	9	
Итого за 5 курс 144 часов (4 зачетные единицы)				32	103	9	Экзамен
Итого 720 часов (20 зачетных единиц)				90	621	9	Экзамен

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

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля))

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

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

Вопросы для устного ответа:

1. Дайте определение понятий «тактика велосипедного спорта», «тактическая подготовка велосипедиста», «тактический прием (элемент)»
2. Приведите примеры постановки стратегических задач перед гонщиком, командой в конкретных соревнованиях.
3. В чем заключается особенность информационного обмена между соперниками в ходе соревнований по различным дисциплинам велосипедного спорта.

4. Как классифицируется тактика по характеру взаимодействия гонщиков и степени их активности в ходе соревнований.
5. Какими факторами определяется эффективность распределения усилий гонщика на дистанции индивидуальной гонки по шоссе на время.
6. Используя протоколы соревнований, проанализируйте динамику прохождения дистанции индивидуальной гонки по шоссе на время у различных гонщиков.
7. Назовите основные элементы тактики групповых гонок на шоссе.
8. Какие варианты группового и индивидуального блокирования применяются в условиях соревновательной деятельности в групповых гонках по шоссе.
9. Как реализуется тактика отрыва с учетом условий соревновательной борьбы в групповых гонках по шоссе.
10. В чем проявляются особенности командного взаимодействия гонщиков на финише в групповых гонках на шоссе.
11. В чем заключаются особенности выработки технико-тактического плана ведения гонки по пересеченной местности.
12. Чем определяется тактика старта и преодоления стартового участка трассы в гонках по пересеченной местности.
13. В каких условиях соревновательной деятельности тактика лидирования в гонках по пересеченной местности может быть предпочтительна для гонщика.
14. Составьте перечень задач, которые должен включать в себя тактический план ведения гонки в ВМХ-спорте.
15. Охарактеризуйте тактику финиширования с первой позиции в ВМХ-спорте.
16. Назовите критерии оптимальной тактики в ВМХ-спорте.
17. Дайте определение понятия «посадка велосипедиста». Назовите особенности анатомо-антропометрических аспектов посадки велосипедиста и характеристики видов посадки: низкая, средняя и высокая.

18. Дайте определение понятия «техника педалирования». Назовите особенности биодинамических основ педалирования и механического аспекта процесса педалирования.
19. Дайте определение понятия «техника велосипедного спорта» и «техническая подготовка велосипедиста»
20. Дайте характеристику основных элементов техники езды в шоссейных гонках.
21. Дайте характеристику основных элементов техники езды в гонках ВМХ.
22. Основы обучения двигательному действию, закономерности образования двигательного навыка.
23. Характерные признаки первого, второго и третьего этапов обучения, их взаимосвязь.
24. Методы и принципы воспитывающего обучения технике передвижения на велосипеде.
25. Специфика подготовки мест занятий в естественных природных условиях на различных этапах обучения.
26. Требования к обеспечению безопасности занимающихся.
27. Последовательность начального обучения технике передвижения на велосипеде.
28. Методика комплексного использования словесных, наглядных и практических методов обучения.
29. Формы организации и проведения занятий по велосипедному спорту.
30. Методика коррекции содержания занятий на велосипеде при неблагоприятных погодных условиях.

5.2.2. Содержание зачетных требований для студентов в IV семестре очной/заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1 Биологические закономерности процесса оздоровления человека, занимающегося велосипедным спортом.

2 Использование при передвижении на велосипеде естественных целебных оздоровительных факторов природной среды.

3 Уникальность территориально-климатических условий нашей страны для повсеместных занятий велосипедным спортом как национальным средством оздоровления населения разного возраста и уровня подготовленности, включая инвалидов.

4 Методика обучения дошкольников простейшим упражнениям на велосипеде.

5 Содержание программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и школ высшего спортивного мастерства.

6 Внеклассная и внешкольная физическая подготовка с использованием велосипеда.

7 Организация и содержание работы секций по велосипедному спорту для школьников и студентов.

8 Условия организации и деятельность самодеятельных объединений велосипедистов-ветеранов.

9 Физиологические параметры и продолжительность оздоровительной нагрузки на велосипеде.

10 Эффективность использования занятий на велосипеде в оздоровлении и социальной адаптации инвалидов.

11 Методика дозирования оздоровительной нагрузки на велосипеде с учетом характера заболевания.

12 Государственное, общественное, государственно-общественное руководство в сфере велосипедного спорта, их взаимодействие.

13 Федерация велосипедного спорта России – ведущая организационная структура управления развитием велосипедного спорта как олимпийским видом спорта и национальным средством оздоровления населения.

14 Структура и основные направления деятельности Федерации велосипедного спорта России.

15 Взаимодействие национальных органов управления сферой велосипедного спорта с международными.

16 Бюджетные и внебюджетные источники финансового обеспечения всестороннего развития сферы велосипедного спорта.

17 Какие показатели применяются для контроля над уровнем тактической подготовленности.

18 Перечислите основные этапы процесса тактической подготовки велосипедиста.

19 Какой должна быть последовательность в применении методов овладения элементами тактики.

20 Какие факторы необходимо учитывать гонщику при разработке тактического плана на конкретные соревнования.

21 Составьте перечень задач, которые должен включать в себя тактический план ведения гонки по очкам или парной гонки.

22 В чем особенности тактики ведения гонки по очкам на «коротких» треках.

23 Охарактеризуйте технико-тактические особенности выполнения смены в парной гонке.

24 Что понимается под «тактикой рекорда» и «тактикой победы» в гонках преследования.

25 Какова структура взаимодействия гонщиков на финише командной гонки преследования.

26 Охарактеризуйте тактику финиширования с первой позиции в спринтерской гонке.

27 Какое влияние на тактику гонщика спринтера оказывает геометрия трека и погодные условия.

28 Назовите критерии оптимальности тактики гита на 200 м с хода.

29 Назовите специфические элементы техники в гите на 1 км, 500 м и 200 м.

30 Назовите специфические элементы техники в спринтерской гонке.

5.2.3. Содержание зачетных требований для студентов во VI семестре очной/заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Критерии технического мастерства: кинематические, динамические, функциональные.
2. Техническое мастерство как достижение наибольшего соответствия между двигательным потенциалом велосипедиста и эффективностью его использования.
3. Степень соответствия фазовой структуры в специально-подготовительных средствах с передвижением на велосипеде.
4. Определения понятия «велосипед». Классификация велосипедов.
5. Спецификации велосипеда.
6. Унифицированная конструкция и номенклатура узлов велосипеда установленная регламентом UCI.
7. Основные закономерности построения и развертывания спортивно-тренировочного процесса.
8. Спортивная тренировка как педагогический процесс.
9. Биологическая сущность тренировки.
10. Взаимосвязь педагогических и биологических аспектов тренировки.

11. Формирование велосипедиста-гонщика как личности и повышение его работоспособности – основные критерии эффективности спортивной тренировки.
12. Биологические закономерности становления, развития и сохранения спортивного мастерства.
13. Признаки классификации упражнений, используемых в подготовке велосипедистов-гонщиков.
14. Характеристика основных, специально-подготовительных и общеподготовительных упражнений применяемых в велосипедном спорте.
15. Группировка упражнений по принципу преимущественного воздействия на развитие избранного физического качества.
16. Сочетание нагрузки и отдыха как структурная основа методов тренировки.
17. Содержание равномерного метода, специфика его воздействия на организм.
18. Характеристика двигательно-функциональной деятельности велосипедиста-гонщика в переменной тренировке.
19. Направленность воздействий на организм и специфика выполнения упражнений повторным и интервальным методами.
20. Наивысший по специфичности тренирующий эффект контрольного и соревновательного методов.
21. Содержание и организация игровых и круговых тренировок.
22. Показатели, характеризующие «внешнюю» сторону физической нагрузки.
23. «Внутренняя» физическая нагрузка как проявление функциональных изменений в организме велосипедиста-гонщика.
24. Признаки классификации нагрузки по специализированности, направленности и величине.
25. Характерные для велосипедного спорта сложности в оценке интенсивности физической нагрузки по скорости.
26. Распределение нагрузки по зонам интенсивности.

27. Признаки восстанавливающих, поддерживающих, развивающих физических нагрузок в велосипедном спорте.
28. Методика анализа физических нагрузок по пульсограммам, оценка ее биоэнергетической направленности.
29. Характер и глубина изменений в организме как проявление тренировочного эффекта нагрузки.
30. Разновидности тренировочного эффекта: срочный, отставленный, кумулятивный.

5.2.4. Содержание экзаменационных требований для студентов очной формы обучения в VIII семестре /зачетные требования для студентов заочной формы обучения в VIII семестре:

1. Современные инновационные технологии совершенствования технического мастерства велосипедистов-гонщиков.
2. Динамика экономичности двигательной деятельности велосипедистов-гонщиков разной квалификации.
3. Электронно-компьютерное обеспечение судейства соревнований в велосипедном спорте.
4. Методика оперативного расчета промежуточных и итоговых результатов соревнований велосипедистов-гонщиков.
5. Примерный состав главной судейской коллегии и судейских бригад в соревнованиях по велосипедному спорту.
6. Специфика организации и проведения массовых соревнований по велосипедному спорту, деятельность различных служб.
7. Финансовое обеспечение соревнований по велосипедному спорту, основные статьи расходов.
8. Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования велосипедиста-гонщика.
9. Основные спортивные сооружения в велосипедном спорте.
10. Требования к оборудованию велосипедного трека.
11. Архитектурно-строительные особенности велосипедных треков.

12. Оборудование открытого велодрома для ВМХ-спорта и велопарка для велотриала в условиях мегаполиса.
13. Система многолетней подготовки юных велосипедистов-гонщиков в спортивных школах.
14. Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность спортивных школ.
15. Современные возрастные зоны высших спортивных достижений в велосипедном спорте.
16. Динамика наполняемости учебных групп и объема учебно-тренировочных занятий в процессе многолетней подготовки велосипедистов-гонщиков в спортивных школах.
17. Этапы многолетней подготовки и возраст занимающихся на каждом из них.
18. Содержание примерной программы «Велосипедный спорт» для спортивных школ.
19. Преимущественная направленность учебно-тренировочных занятий, примерные показатели объема циклической нагрузки и количества соревнований на разных этапах многолетней подготовки.
20. Содержание теоретических занятий, требования по инструкторской практике для велосипедистов-гонщиков, занимающихся в спортивных школах.
21. Критерии оценки деятельности спортивных школ на разных этапах многолетней подготовки велосипедистов-гонщиков.
22. Возрастные закономерности биологического развития – основа построения многолетней тренировки велосипедистов-гонщиков.
23. Достижение биологической зрелости с вступлением велосипедистов-гонщиков на заключительный этап подготовки – высшего спортивного мастерства.

24. Возрастная динамика работоспособности внутренних органов, развития двигательных качеств, формирования мышечной массы велосипедистов-гонщиков.
25. Генетическая обусловленность исходного энергетического потенциала и перспективы дальнейшего совершенствования метаболических процессов у велосипедистов-гонщиков.
26. Влияние биологического возраста на функционально-двигательную подготовленность юных велосипедистов-гонщиков.
27. Фазы биологического развития в процессе многолетних занятий велосипедным спортом.
28. Индивидуальная вариативность темпов биологического созревания велосипедистов-гонщиков.
29. Влияние биологического возраста на функционально-структурные изменения в организме, динамику показателей физического развития велосипедистов-гонщиков.
30. Характерные признаки проявления степени биологической зрелости велосипедистов-гонщиков.

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

1. Оптимальные зоны биологической зрелости для направленного развития приоритетных для велосипедистов-гонщиков двигательных качеств.
2. Вариативность возрастного развития двигательной функции как основа овладения техникой передвижения на велосипеде в процессе многолетней подготовки.
3. Генетическая предрасположенность к высшим спортивным достижениям в велосипедном спорте.
4. Реализация генетического потенциала велосипедистов-гонщиков на основе индивидуализации подготовки.
5. Фазовая структура естественного биологического цикла организма велосипедисток-гонщиц.

6. Учет характера протекания биологического цикла в подготовке велосипедисток-гонщиц.
7. Методика коррекции тренировочной нагрузки велосипедисток-гонщиц при отклонениях в физиологичности биологического цикла.
8. Использование анкетирования и дневника тренировок для получения первичных сведений о характере течения биологического цикла у велосипедисток-гонщиц.
9. Общая характеристика оперативного, текущего и перспективного планирования спортивной тренировки в велосипедном спорте.
10. Характерные особенности развивающего, поддерживающего, восстанавливающего типов микроциклов в тренировке велосипедистов-гонщиков.
11. Разновидности текущего планирования тренировки в велосипедном спорте.
12. Восстановительно-втягивающий, общеподготовительный, специально-подготовительный, предсоревновательный и соревновательный типы мезоциклов в подготовке велосипедистов-гонщиков.
13. Варианты перспективного планирования тренировки в велосипедном спорте.
14. Динамика соотношения основных, специально-подготовительных, общеподготовительных средств в процессе многолетней подготовки.
15. Специфика практической реализации многочисленных разновидностей методов тренировки на разных этапах многолетней подготовки.
16. Общая и специальная физическая подготовка велосипедистов-гонщиков разной квалификации.
17. Задачи технической подготовки, ее вклад в становление спортивного мастерства велосипедиста-гонщика.
18. Тактика соревновательной деятельности велосипедистов-гонщиков с учетом длины дистанции и стиля передвижения.

19. Тактические механизмы распределения усилий на дистанции в гите на 1000 метров с места.
20. Тактические механизмы распределения усилий на дистанции в командной гонке преследования.
21. Психологическая подготовка велосипедиста-гонщика как воспитательный процесс.
22. Характерные психологические состояния велосипедиста-гонщика, способы настройки, мобилизации, снятия напряжения.
23. Взаимосвязь физической, технической, тактической, психологической видов подготовленности велосипедистов-гонщиков.
24. Методические приемы обеспечения различных видов подготовки в многолетнем тренировочном процессе.
25. Воспитательная работа на разных этапах многолетней подготовки.
26. Значение личности тренера в формировании нравственности велосипедиста-гонщика.
27. Приемы формирования гармонично развитой личности велосипедиста-гонщика в процессе многолетней подготовки.
28. Преимущественная направленность тренировок, преобладающие физические нагрузки у велосипедистов-гонщиков на этапах начальной и углубленной специализации.
29. Основные причины возникновения травм в велосипедном спорте, меры их предупреждения.
30. Основные направления современных исследований в области теории и методики велосипедного спорта.
31. Специфика обеспечения соревновательной деятельности велосипедистов-гонщиков высокой квалификации.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)»

а) Основная литература:

1. Архипов, Е.М. Велосипедный спорт / Архипов Евгений Михайлович, Седов Аркадий Васильевич. - М.: ФиС, 1990. - 142 с.: ил. - (Спорт для всех).

2. Захаров, А.А. Тактическая подготовка велосипедиста : учеб. пособие для вузов физ. культуры / Захаров А.А.; РГАФК. - М.: ФОН, 2001. - 62 с.: ил.

3. Ковылин, М.М. Велоподготовка в системе всеобщего непрерывного физического воспитания - механизм формирования психофизического здоровья личности : монография / М.М. Ковылин, А.А. Передельский. - Смоленск: [Изд-во Смол. гор. тип.], 2012. - 300 с.

4. Ковылин, М.М. Велосипедный спорт и системные основы оптимального управления: монография / М.М. Ковылин, А.А. Передельский. - Смоленск: [Изд-во Смол. гор. тип.], 2012. - 188 с.

5. Ковылин, М.М. Совершенствование конструкций велосипеда в России (1800-1917) : метод. рекомендации федер. компонента цикла СД ГОС по специальности 032101.65 / [М.М. Ковылин, Г.М. Мартынов] ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2010. - 186 с.: ил.

6. Ковылин, М.М. Формирование методики обучения и тренировки в велосипедном спорте (1883-1917) : учеб. пособие для вузов физ. культуры : доп. Умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / М.М. Ковылин, Г.М. Мартынов ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2009. - 49 с.: ил.

7. Полищук, Д.А. Велосипедный спорт. - Киев: Олимпийская лит., 1997. - 343 с.: ил.

8. Совндаль, Ш. Анатомия велосипедиста / Шеннон Совндаль ; предисл. Кристина Ванде Вельде. - Минск: Поппури, [2011]. - 199 с.: ил.

б) Дополнительная литература:

1. Агаджанян Н.А., Катков А.Ю. Резервы нашего организма. - М.: Знание, 1982. - 176 с.

2. Анохин П.К. Очерки физиологии функциональных систем. - М.: Медицина, 1975. - 402 с.

3. Баландин В.И., Блудов Ю.М., Плахтиенко В.А. Прогнозирование в спорте. - М.: Физкультура и спорт, 1986. - 192 с.

4. Бальсевич В.К. Методологические принципы исследований проблеме отбора и спортивной ориентации // Теория и практика физ. культуры.- 1980.- №1.- С.31-33.

5. Бахвалов В.А. Роль тренера в организации выступления велосипедистов в соревнованиях по треку // Велосипедный спорт. - М.: Физкультура и спорт, 1977. - С.35 - 40.

6. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. - М.: Медицина, 1986.- 349 с.

7. Блауберг, И. В. Философский принцип системности и системный подход / И. В. Блауберг В. Н. Садовский, Э. Г. Юдин // Вопросы философии, 1978. – № 8. – С. 14 - 21.

8. Братковский В.К. Управление процессом совершенствования техники педалирования квалифицированных велосипедистов в период преодолеваемого утомления в занятиях различной направленности: Автореф. дис. канд. пед. наук. - К., 1983. - 24 с.

9. Булатова М.М. Оптимизация тренировочного процесса на основе изучения мощности и экономичности системы энергообеспечения спортсменов (на материале велосипедного спорта): Автореф. дис. канд. пед. наук. - К., 1984. - 24 с.

10. Булатова М.М., Платонов В.Н. Спортсмен в различных климато-географических и погодных условиях - Киев.: Олимпийская литература, 1996.- 176 с.

11. Верхошанский Ю.В. Новые подходы к организации тренировки спортсменов высокого класса: Всероссийскому научно-исследовательскому институту физической культуры и спорта - 60 лет. - М.: ВНИИФК, 1993. - С.205-216.

12. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. - М.: Физкультура и спорт, 1988. - 331 с.

13. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. - М.: Физкультура и спорт, 1980.- 135 с.

14. Голец В.И. Комплексное использование физических средств восстановления с целью управления параметрами тренировочных и соревновательных нагрузок высококвалифицированных спортсменов (на примере плавания и велоспорта): Автореф. дис. канд. пед. наук. К., 1987.- 22 с.

15. Гужаловский А.А. Этапность развития физических (двигательных) качеств и проблема оптимизации физической подготовки детей школьного возраста: Дис. д-ра пед. наук. - М., 1980, -285 с.

16. Илюхин А.А. Школа велокросса : учеб. пособие / А.А. Илюхин ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2009. - 125 с.

17. Матвеев, Л.П. Основы спортивной тренировки / Л.П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1997.- 280с.

18. Попков, В.Н. Отбор и контроль в юношеском велоспорте : [монография] / В.Н. Попков ; Гос. Ком. РФ по физ. культуре и туризму, Сиб. гос. акад. физ. культуры. - Омск, 2001. - 195 с.

19. Селуянов, В.Н. Биомеханические основы совершенствования эффективности техники педалирования : учеб. пособие для студентов и слушателей фак. повышения квалификации ГЦОЛИФКа / Селуянов В.Н., Яковлев Б.А.; ГЦОЛИФК. - М., 1985. - 60 с.

20. Стромов, А.П. Особенности подготовки велосипедистов 10-12 лет : метод. рекомендации / [А.П. Стромов, В.А. Зырянов] ; Сиб. гос. акад. физ. культуры. - Омск: [Изд-во СибГАФК], 2003. - 24 с.

21. Стромов, А.П. Подготовка спортсменов в ДЮСШ и СДЮШОР по велосипедному спорту в гонках на шоссе и треке : [учеб.-метод. пособие] / А.П. Стромов ; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - М.: [Изд-во СибГУФК], 2008. - 99 с.: табл.

22. Суслов, Ф.П. Подготовка спортсменов в горных условиях / Моск. регион. Центр развития легкой атлетики ИААФ. - М.: Терра-спорт: Олимпия пресс, 2000. - 175 с.: ил.

23. Фрил Дж. Библия велосипедиста = The cyclist's training bible / Джо Фрил ; пер. с англ. Павла Миронова. - М.: Манн, Иванов и Фербер, 2011. - 418 с.: ил.

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

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
4. <https://fvsr.ru/>

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

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*
 1. Операционная система – Microsoft Windows.
 2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
 3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
 4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - AdobeAcrobatDC.

– *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, индивидуальных и (или) групповых консультаций комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

- 2 Велосипеды трековые – 8 шт;
- 3 Велосипеды шоссейные – 10 шт;
- 4 Велосипеды МТБ – 20 шт;
- 5 Велостанок роллерный 10 шт;
- 6 Велостанок под заднее колесо – 2 шт;
- 7 Стойки для ремонта велосипеда – 1 шт;
- 8 Набор инструментов для ремонта велосипеда – 1 шт;
- 9 Стенд для проведения лабораторных и практических заданий по теме: «Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте» - 1 шт;
- 10 Принтер HP LaserJet 1320;
- 11 Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок);

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)» для обучающихся института спорта и физического воспитания I курса, 11 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики велосипедного спорта.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *Зачет с оценкой.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Обучение технике выполнения двигательным действиям велосипедиста 2. Подготовка мест занятий по велосипедному спорту и изучение инструкций по технике безопасности. 3. Оптимизация техники велосипедиста 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности 5. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке велосипедистов. 6. Особенности совершенствования индивидуальных двигательных качеств на этапе спортивного долголетия	1-4 недели 1-4 недели 5-8 недели 9-13 недели 14-15 и 20-25 недели 26-20 недели 31-35 недели	10 10 10 10 10 10
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	42 неделя	10
4	Сдача зачета	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 экзамену.

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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) «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)» для обучающихся институтаспорта и физического воспитания 2 курса, 11 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики велосипедного спорта.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *Зачет с оценкой.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество Баллов
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства 2. Контроль тренировочного процесса и его эффектов 3. Самоконтроль в процессе занятий велосипедным спортом. 4. Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки велосипедиста 5. Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке велосипедиста высокой квалификации 6. Организация и судейство массовых соревнований 7. Организация и судейство соревнований с участием инвалидов 8. Особенности в организации и судействе соревнований в велосипедных гонках	1-2 недели 3-10 недели 3-10 недели 11-15 недели 20-21 недели 22-33 недели 34-35 недели 36-39 недели	10 5 5 5 5 20 5 5
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	39 неделя	10
4	Сдача зачета	45 неделя	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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) «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 11 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики велосипедного спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *Зачет с оценкой.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Организация и судейство соревнований в индивидуальных и командных дисциплинах 2. Организация и судейство массовых соревнований 3. Организация и судейство соревнований с участием инвалидов 4. Особенности в организации и судействе соревнований в велосипедных гонках 5. Методика нормирования «аэробной» нагрузки оздоровительной направленности 6. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения Подготовка и участие в массовых велосипедных соревнованиях 7. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий	3-12 недели 13-15 недели 16-17 недели 28-34 недели 22-23 недели 24-26 недели 27 неделя и 35-36 недели	10 10 10 10 5 5 10
3	Микрозачет по физической подготовке	38 неделя	10
4	Сдача зачета	44-45 недели	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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) «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)» для обучающихся институтаспорта и физического воспитания 4 курса, 11 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики велосипедного спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велосипедному кроссу 2. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велотриалу 3. Сохранение и поддержание спортивной формы 4. Подготовка мест занятий и велосипедного инвентаря к тренировочно-соревновательной деятельности 5. Профилактика травм при занятиях велосипедным спортом 6. Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования 7. Современный велосипедный инвентарь и экипировка.	1-7 недели 8-15 недели 21-24 недели 29-30 недели 31-33 недели 34-38 недели	10 10 10 10 10 5 5
3	Микрозачет по физической подготовке	39 неделя	10
4	Сдача экзамена	40 неделя	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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) «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)» для обучающихся институтаспорта и физического воспитания I курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики велосипедного спорта.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *Зачет с оценкой.*

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 2. Обучение технике выполнения двигательным действиям велосипедиста 2. Подготовка мест занятий по велосипедному спорту и изучение инструкций по технике безопасности. 3. Оптимизация техники велосипедиста 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности 5. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке велосипедистов. 6. Особенности совершенствования индивидуальных двигательных качеств на этапе спортивного долголетия	10 10 10 10 10 10
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	10
4	Сдача зачета	20
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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) «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)» для обучающихся институтаспорта и физического воспитания 2 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики велосипедного спорта.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *Зачет с оценкой.*

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество Баллов
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства 2. Контроль тренировочного процесса и его эффектов 3. Самоконтроль в процессе занятий велосипедным спортом. 4. Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки велосипедиста 5. Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке велосипедиста высокой квалификации 6. Организация и судейство массовых соревнований 7. Организация и судейство соревнований с участием инвалидов 8. Особенности в организации и судействе соревнований в велосипедных гонках	10 5 5 5 5 20 5 5
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	10
4	Сдача зачетаа	20
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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) «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)» для обучающихся институтаспорта и физического воспитания 3 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики велосипедного спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *Зачет с оценкой.*

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Организация и судейство соревнований в индивидуальных и командных дисциплинах 2. Организация и судейство массовых соревнований 3. Организация и судейство соревнований с участием инвалидов 4. Особенности в организации и судействе соревнований в велосипедных гонках 5. Методика нормирования «аэробной» нагрузки оздоровительной направленности 6. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения Подготовка и участие в массовых велосипедных соревнованиях 7. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий	10 10 10 10 5 5 10
3	Микрозачет по физической подготовке	10
4	Сдача зачета	20
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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) «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)» для обучающихся институтаспорта и физического воспитания 4 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики велосипедного спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 8 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *Зачет с оценкой.*

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков:	
	1. Инвентарь и снаряжение велосипедиста	10
	2. Выбор велосипедной базы и специальных тренажеров	10
	3. Сохранение и поддержание спортивной формы	10
	4. Подготовка мест занятий и велосипедного инвентаря к тренировочно-соревновательной деятельности	10
	5. Профилактика травм при занятиях велосипедным спортом	10
	6. Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования	5
	7. Современный велосипедный инвентарь и экипировка.	5
3	Микрозачет по физической подготовке	10
4	Сдача зачета	20
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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) «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики велосипедного спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 9-10 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велосипедному кроссу 2. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велотриалу 3. Сохранение и поддержание спортивной формы 4. Подготовка мест занятий и велосипедного инвентаря к тренировочно-соревновательной деятельности 5. Профилактика травм при занятиях велосипедным спортом 6. Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования 7. Современный велосипедный инвентарь и экипировка.	10 10 10 10 10 5 5
3	Микрозачет по физической подготовке	10
4	Сдача экзамена	20
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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 велосипедного спорта

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

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)»

Направление подготовки/специальность:
49.03.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль):
«Спортивная подготовка в избранном виде спорта»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная/заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 20 зачетных единиц.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 (очная форма обучения), 1, 2, 3, 4, 5, 6, 8,9,10 (заочная форма обучения)

3. Цель освоения дисциплины (модуля): обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по велосипедному спорту и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке

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

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

- способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2);
- способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3);
- способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);
- способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);
- способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся (ПК-10);
- способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта (ПК-11);
- способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (ПК-14);
- способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15).

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

5.1 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. Обучение технике выполнения двигательным действиям велосипедиста	1					
1.1.	Тема 1.1. Основы техники езды на велосипеде	1		6	18		
1.2.	Тема 1.2. Структура «эталонной» техники	1		6	16		
1.3.	Тема 1.3. Эффективность техники в переменных условиях деятельности велосипедиста	1		6	16		
2.	Раздел 2. Оптимизация техники велосипедиста	1					
2.1.	Тема 2.1. Оптимизация индивидуальной техники и тактики велосипедиста	1		4	16		
2.2.	Тема 2.2. Моделирование индивидуальной техники целевой соревновательной деятельности	1		4	16		
Итого за 1 семестр 108 часа (3 зачетные единицы)				26	82		
3.	Раздел 3. Методика воспитания индивидуальных двигательных качеств	2					
3.1.	Тема 3.1. Выбор методики применения тренировочных упражнений обеспечивающих развивающее воздействие на физическую подготовку велосипедиста на этапе становления спортивного мастерства	2		6	20		
3.2.	Тема 3.2. Средства и методы воспитания базовых двигательных качеств велосипедиста.	2		6	20		
4.	Раздел 4. Средства и методы	2					

	воспитания максимальных возможностей спортсмена						
4.1.	Тема 4.1. Воспитание двигательных качеств на этапе реализации максимальных возможностей спортсмена-велосипедиста	2		6	20		
4.2.	Тема 4.2. Особенности совершенствования индивидуальных двигательных качеств на этапе спортивного долголетия	2		4	20		
4.3.	Тема 4.3. Средства и методы совершенствования целевых индивидуальных двигательных качеств	2		4	20		
Итого за 2 семестр 126 часов (3,5 зачетных единиц)				26	100		Зачет с оценкой
Итого за 1 курс 234 часа (7 зачетных единицы)				52	182		Зачет с оценкой
5.	Раздел 5. Контроль динамики развития подготовленности велосипедиста на этапе годичного и многолетнего циклах	3					
5.1.	Тема 5.1. Организационно-методические основы планирования УТЗ. Выбор и методика применения доступных средств оперативного контроля.	3		14	16		
5.2.	Тема 5.2. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства	3		16	17		
Итого за 3 семестр 63 часа (1,75 зачетных единицы)				30	33		
6.	Раздел 6. Контроль тренировочного процесса						
6.1.	Тема 6.1. Контроль тренировочного процесса и его эффектов	4		10	11		
6.2.	Тема 6.2. Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки велосипедиста.	4		10	11		
6.3.	Тема 6.3. Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке велосипедиста высокой квалификации	4		10	11		
Итого за 4 семестр 63 часа (1,75 зачетных единицы)				30	33		Зачет с оценкой
Итого за 2 курс 126 часов (3,5 зачетных единиц)				60	66		Зачет с оценкой

7.	Раздел 7. Организация соревнований и их судейство	5					
7.1.	Тема 1.1. Документы планирования и судейство соревнований	5		6	7		
7.2.	Тема 1.2. Организация и судейство соревнований в индивидуальных и командных дисциплинах	5		6	6		
8.	Раздел 8. Организация массовых соревнований	5					
8.1.	Тема 8.1. Организация и судейство массовых соревнований	5		6	7		
8.2.	Тема 8.2. Организация и судейство соревнований с участием инвалидов	5		6	6		
8.3.	Тема 8.3. Особенности в организации и судействе соревнований в велосипедных гонках	5		6	6		
Итого за 5 семестр 63 часа (1,75 зачетных единицы)				30	33		
9.	Раздел 9. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием велосипеда	6					
9.1.	Тема 9.1. Методика нормирования «аэробной» нагрузки оздоровительной направленности	6		8	9		
9.2.	Тема 9.2. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения	6		8	8		
10.	Раздел 10. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности	6					
10.1.	Тема 10.1. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с лицами с отклонением в здоровье	6		8	8		
10.2.	Тема 10.2. Подготовка и участие в массовых велосипедных соревнованиях	6		6	8		
Итого за 6 семестр 63 часа (1,75 зачетных единиц)				30	33		Зачет с оценкой
Итого за 3 курс 126 часов (3,5 зачетных единицы)				60	66		
11.	Раздел 11. Совершенствование педагогического мастерства	7					
11.1.	Тема 11.1. Овладение навыками организации, проведения и	7		4	16		

	судейства соревнований по велосипедному кроссу						
11.2.	Тема 11.2. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велотриалу	7		4	16		
12.	Раздел 12. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	7					
12.1.	Тема 12.1. Инвентарь и снаряжение велосипедиста	7		4	16		
12.2.	Тема 12.2. Подготовка мест занятий и велосипедного инвентаря к тренировочно-соревновательной деятельности	7		6	16		
13.	Раздел 13. Выбор оборудования	7					
13.1.	Тема 13.1. Выбор велосипедной базы	7		6	16		
13.2.	Тема 13.2. Выбор велодрома, велосипедных трасс	7		6	16		
Итого за 7 семестр 126 часа (3,5 зачетных единицы)				30	96		
14.	Раздел 14. Совершенствование тренерского мастерства	8					
14.1.	Тема 14.1. Профилактика травм при занятиях велосипедным спортом	8		6	14		
14.2.	Тема 14.2. Профессионально-педагогическая деятельность тренера по велосипедному спорту	8		6	14		
15.	Раздел 15. Современный велосипедный инвентарь	8					
15.1.	Тема 15.1. Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования	8		6	14		
15.2.	Тема 15.2. Современный велосипедный инвентарь и экипировка	8		6	14		
15.3.	Тема 15.3. Гомологация и сертифицирование велосипедных трасс	8		6	13		
Итого за 8 семестр 108 часа (3 зачетных единицы)				30	69	9	Экзамен
Итого за 4 курс 234 часа (6,5 зачетных единицы)				60	165	9	Экзамен
Итого 720 часов (20 зачетных единиц)				232	479	9	Зачет с оценкой, экзамен

5.2 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. Обучение технике выполнения двигательным действиям велосипедиста	1					
1.1.	Тема 1.1. Основы техники езды на велосипеде	1		1	14		
1.2.	Тема 1.2. Структура «эталонной» техники	1		1	13		
1.3.	Тема 1.3. Эффективность техники в переменных условиях деятельности велосипедиста	1		1	13		
2.	Раздел 2. Оптимизация техники велосипедиста	1					
2.1.	Тема 2.1. Оптимизация индивидуальной техники и тактики велосипедиста	1		0,5	13		
2.2.	Тема 2.2. Моделирование индивидуальной техники целевой соревновательной деятельности	1		0,5	13		
Итого за 1 семестр 70 часов (1,75 зачетных единицы)				4	66		
3.	Раздел 3. Методика воспитания индивидуальных двигательных качеств	2					
3.1.	Тема 3.1. Выбор методики применения тренировочных упражнений обеспечивающих развивающее воздействие на физическую подготовку велосипедиста на этапе становления спортивного мастерства	2		1	14		
3.2.	Тема 3.2. Средства и методы воспитания базовых двигательных качеств велосипедист.	2		2	14		
4.	Раздел 4. Средства и методы воспитания максимальных возможностей спортсмена	2					

4.1.	Тема 4.1. Воспитание двигательных качеств на этапе реализации максимальных возможностей спортсмена-велосипедиста	2		1	14		
4.2.	Тема 4.2. Особенности совершенствования индивидуальных двигательных качеств на этапе спортивного долголетия	2		1	13		
4.3.	Тема 4.3. Средства и методы совершенствования целевых индивидуальных двигательных качеств	2		1	13		
Итого за 2 семестр 74 часов (2 зачетных единицы)				6	68		Зачет с оценкой
Итого за 1 курс 144 часа (4 зачетных единицы)				10	134		Зачет с оценкой
5.	Раздел 5. Контроль динамики развития подготовленности велосипедиста на этапе годового и многолетнего циклов	3					
5.1.	Тема 5.1. Организационно-методические основы планирования УТЗ. Выбор и методика применения доступных средств оперативного контроля.	3		4	32		
5.2.	Тема 5.2. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства	3		4	32		
Итого за 3 семестр 72 часа (2 зачетных единицы)				8	64		
6.	Раздел 6. Контроль тренировочного процесса	4					
6.1.	Тема 6.1. Контроль тренировочного процесса и его эффектов	4		3	22		
6.2.	Тема 6.2. Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки велосипедиста.	4		3	21		
6.3.	Тема 6.3. Модельно-целевой способ построения микроцикла в подготовке велосипедиста высокой квалификации	4		2	21		
Итого за 4 семестр 72 часа (2 зачетные единицы)				8	64		Зачет с оценкой
Итого за 2 курс 144 часа (4 зачетных единицы)				16	128		Зачет с оценкой
7.	Раздел 7. Организация соревнований и их судейство	5					

7.1.	Тема 7.1. Документы планирования и судейство соревнований	5		2	13		
7.2.	Тема 7.2. Организация и судейство соревнований в индивидуальных и командных дисциплинах	5		1	13		
8.	Раздел 8. Организация массовых соревнований	5					
8.1.	Тема 8.1. Организация и судейство массовых соревнований	5		2	13		
8.2.	Тема 8.2. Организация и судейство соревнований с участием инвалидов	5		2	13		
8.3.	Тема 8.3. Организация и судейство соревнований в велосипедном спорте и других новых соревновательных дисциплин	5		1	14		
Итого за 5 семестр 72 часа (2 зачетные единицы)				8	64		
9.	Раздел 9. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием подготовки на велосипеде	6					
9.1.	Тема 9.1. Методика нормирования «аэробной» нагрузки оздоровительной направленности	6		2	16		
9.2.	Тема 9.2. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения	6		2	16		
10.	Раздел 10. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности	6					
10.1.	Тема 10.1. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с лицами с отклонением в здоровье	6		2	16		
10.2.	Тема 10.2. Подготовка и участие в массовых велосипедных соревнованиях	6		2	16		
Итого за 6 семестр 72 часа (2 зачетные единицы)				8	64		Зачет с оценкой
Итого за 3 курс 144 часа (4 зачетных единицы)				16	128		Зачет с оценкой
11.	Раздел 11. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	7					
11.1.	Тема 11.1. Инвентарь и снаряжение велосипедиста	7		4	18		

11.2.	Тема 11.2. Подготовка мест занятий и велосипедного инвентаря к тренировочно-соревновательной деятельности	7		2	18		
12.	Раздел 12. Выбор оборудования	7					
12.1.	Тема 12.1. Выбор велосипедной базы и специальных тренажеров.	7		2	18		
12.2.	Тема 12.2. Выбор велодрома и велосипедных трасс	7		2	18		
13.	Раздел 13. Современный велосипедный инвентарь	8					
13.1.	Тема 13.1. Современный велосипедный инвентарь и экипировка	8		3	19		
13.2.	Тема 13.2. Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования	8		2	19		
13.3.	Тема 13.3. Гомологация и сертифицирование велосипедных трасс	8		2	18		
Итого за 8 семестр 144 часа (4 зачетных единицы)				16	128		Зачет с оценкой
Итого за 4 курс 144 часа (4 зачетных единицы)				16	128		Зачет с оценкой
14.	Раздел 14 Совершенствование педагогического мастерства	9					
14.1.	Тема 14.1. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велосипедному кроссу	9		4	12.5		
14.2.	Тема 14.2. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велотриалу	9		4	12.5		
15.	Раздел 15. Совершенствование тренерского мастерства	9					
15.1.	Тема 15.1. Профилактика травм при занятиях велосипедным спортом	9		4	12.5		
15.2.	Тема 15.2. Профессионально-педагогическая деятельность тренера по велосипедному спорту	9		4	12.5		
Итого за 9 семестр 66 часов (1,8 зачетных единиц)				16	50		
	Раздел 16. Техническая подготовка велосипедиста-гонщика						
	16.1. Техника езды в гонках на шоссе			4	13		
	16.2. Техника езды в гонках на			4	13		

	треке						
	16.3. Техника езды в маунтинбайке			4	13		
	16.4 Техника езды в BMX - гонках			4	14		
Итого за 10 семестр 78 часов 2,2 зачетные единицы)				16	53	9	
Итого за 5 курс 144 часов (4 зачетные единицы)				32	103	9	Экзамен
Итого 720 часов (20 зачетных единиц)				90	621	9	Экзамен

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 велосипедного спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)»

Направление подготовки/специальность:
49.03.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль):
«Спортивная подготовка в избранном виде спорта»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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 велосипедного спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)»

Направление подготовки/специальность:
49.03.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль):
«Спортивная подготовка в избранном виде спорта»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 8 от «21» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики велосипедного спорта
Протокол № 12 от «11» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики велосипедного спорта
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.

Составитель:

Бариеников Евгений Михайлович – кандидат педагогических наук,
профессор, МСМК по велосипедному спорту.

Дышаков Алексей Сергеевич - преподаватель кафедры теории и методики
велосипедного спорта;

Залиханова Анастасия Александровна – старший преподаватель кафедры
теории и методики велосипедного спорта;

Кондратьев Игорь Сергеевич – заведующий лабораторией кафедры теории и
методики велосипедного спорта.

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)» – обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по велосипедному спорту и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)» относится к профессиональному циклу вариативной части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» по профилю «Спортивная подготовка». Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра обусловлено необходимостью формирования у выпускников практические навыки решения сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в области велосипедного спорта.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как Теория и методика избранного вида спорта, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология, безопасность жизнедеятельности, восстановление в спорте, врачебный контроль 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)
	наименование	Заочная форма обучения
1	3	7
ОПК-2	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий в различных дисциплинах велосипедного спорта; – методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке велосипедистов. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по дисциплинам велосипедного спорта; – применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки велосипедистов. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по дисциплинам велосипедного спорта с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры; – навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке велосипедистов. 	1-2

	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных дисциплинах велосипедного спорта. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных дисциплинах велосипедного спорта . <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных дисциплинах велосипедного спорта с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры. 	4-5
ОПК-3	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в велосипедном спорте на начальном и тренировочном этапах подготовки. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в велосипедном спорте с учетом особенностей занимающихся на начальном и тренировочном этапах подготовки. 	5-6
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в различных дисциплинах велосипедного спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства. 	5-6
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в различных дисциплинах велосипедного спорта, с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства. 	7-8
ОПК-5	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы правильной техники выполнения основных соревновательных упражнений в велосипедном спорте <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать технику выполнения упражнений в различных дисциплинах велосипедного спорта 	3-4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать тактику в различных дисциплинах велосипедного спорта. 	3-4
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня работоспособности спортсменов в различных дисциплинах велосипедного спорта. 	7-8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня специализированных качеств у спортсменов в различных дисциплинах велосипедного спорта. 	7-8
ОПК-8	<p><i>Уметь:</i></p>	3-4

	– выполнять функции помощника судьи на старте в различных дисциплинах велосипедного спорта	
	<i>Уметь:</i> – выполнять функции помощника судьи на финише в различных дисциплинах велосипедного спорта	5-6
	<i>Уметь:</i> – выполнять функции судей и секретарей на старте и финише в различных дисциплинах велосипедного спорта	5-6
	<i>Владеть:</i> – навыками организации и проведения соревнований в различных дисциплинах велосипедного спорта	7-8
ПК-10	<i>Владеть:</i> – современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в велосипедном спорте	7-8
ПК-11	<i>Уметь:</i> – разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в велосипедном спорте	5-6
	<i>Владеть:</i> – навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по велосипедному спорту	7-8
ПК-14	<i>Уметь:</i> – владеть техникой в различных дисциплинах велосипедного спорта	3-4
	<i>Владеть:</i> – умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий в различных дисциплинах велосипедного спорта	5-6
	<i>Владеть:</i> – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий велосипедным спортом	7-8
ПК-15	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль на занятиях в различных дисциплинах велосипедного спорта.	5-6
	<i>Владеть:</i> – умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности – оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.	7-8

4. Структура и содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)»

4.1 Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц, экзамены – 9 часов, аудиторных занятий – 44 часов, самостоятельная работа студентов – 667 час.

Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	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. Обучение технике выполнения двигательным действиям велосипедиста	1					
1.1.	Тема 1.1. Основы техники езды на велосипеде	1		2	20		
1.2.	Тема 1.2. Структура «эталонной» техники	1		1	20		
1.3.	Тема 1.3. Эффективность техники в переменных условиях деятельности велосипедиста	1		1	20		
2.	Раздел 2. Оптимизация техники велосипедиста	1					
2.1.	Тема 2.1. Оптимизация индивидуальной техники и тактики велосипедиста	1		1	20		
2.2.	Тема 2.2. Моделирование индивидуальной техники целевой соревновательной деятельности	1		1	20		
Итого за 1 семестр 106 часов (3 зачетные единицы)				6	100		
3.	Раздел 3. Методика воспитания индивидуальных двигательных качеств	2					
3.1.	Тема 3.1. Выбор методики применения тренировочных упражнений обеспечивающих развивающее воздействие на физическую подготовку велосипедиста на этапе	2		1	28		

	становления спортивного мастерства						
3.2.	Тема 3.2. Средства и методы воспитания базовых двигательных качеств велосипедиста.	2		1	26		
4.	Раздел 4. Средства и методы воспитания максимальных возможностей спортсмена	2					
4.1.	Тема 4.1. Воспитание двигательных качеств на этапе реализации максимальных возможностей спортсмена-велосипедиста	2		1	26		
4.2.	Тема 4.2. Особенности совершенствования индивидуальных двигательных качеств на этапе спортивного долголетия	2		1	26		
Итого за 2 семестр 110 часов (3 зачетных единиц)				4	106		Зачет с оценкой
Итого за 1 курс 216 часа (6 зачетных единицы)				10	206		Зачет с оценкой
5.	Раздел 5. Контроль динамики развития подготовленности велосипедиста на этапе годичного и многолетнего циклах	3					
5.1.	Тема 5.1. Организационно-методические основы планирования УТЗ. Выбор и методика применения доступных средств оперативного контроля.	3		4	23		
5.2.	Тема 5.2. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства	3		4	23		
Итого за 3 семестр 54 часа (2 зачетных единицы)				8	46		
6.	Раздел 6. Контроль тренировочного процесса						
6.1.	Тема 6.1. Контроль тренировочного процесса и его эффектов	4		2	16		
6.2.	Тема 6.2. Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки велосипедиста.	4		2	16		
6.3.	Тема 6.3. Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке велосипедиста высокой квалификации	4		2	16		
Итого за 4 семестр 54 часа (2 зачетных единицы)				6	48		Зачет с оценкой

Итого за 2 курс 108 часов (3 зачетных единиц)				14	94		Зачет с оценкой
7.	Раздел 7. Организация соревнований и их судейство	5					
7.1.	Тема 7.1. Документы планирования и судейство соревнований	5		2	14		
7.2.	Тема 7.2. Организация и судейство соревнований в индивидуальных и командных дисциплинах	5		1	14		
8.	Раздел 8. Организация массовых соревнований	5					
8.1.	Тема 8.1. Организация и судейство массовых соревнований	5		1	12		
8.2.	Тема 8.2. Организация и судейство соревнований с участием инвалидов	5		1	12		
8.3.	Тема 8.3. Особенности в организации и судействе соревнований в велосипедных гонках	5		1	12		
Итого за 5 семестр 70 часов (2 зачетных единицы)				6	64		
9.	Раздел 9. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием велосипеда	6					
9.1.	Тема 9.1. Методика нормирования «аэробной» нагрузки оздоровительной направленности	6		2	10		
9.2.	Тема 9.2. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения	6		2	10		
10.	Раздел 10. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности	6					
10.1.	Тема 10.1. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с лицами с отклонением в здоровье	6		2	10		
10.2.	Тема 10.2. Подготовка и участие в массовых велосипедных соревнованиях	6		1	10		
Итого за 6 семестр 74 часа (2 зачетных единицы)				7	40		Зачет с оценкой
Итого за 3 курс 144 часов (4 зачетных единицы)				10	134		
11.	Раздел 11. Совершенствование педагогического мастерства	7					

11.1.	Тема 11.1. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велосипедному кроссу	7		1	26		
11.2.	Тема 11.2. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велотриалу	7		1	26		
12.	Раздел 12. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	7					
12.1.	Тема 12.1. Инвентарь и снаряжение велосипедиста	7		1	26		
13.	Раздел 13. Выбор оборудования	7					
13.1.	Тема 13.1. Выбор велосипедной базы	7		1	26		
Итого за 7 семестр 108 часов (3 зачетных единицы)				4	104		
14.	Раздел 14. Совершенствование тренерского мастерства	8					
14.1.	Тема 14.1. Профилактика травм при занятиях велосипедным спортом	8		2	27		
14.2.	Тема 14.2. Профессионально-педагогическая деятельность тренера по велосипедному спорту	8		1	27		
15.	Раздел 15. Современный велосипедный инвентарь	8					
15.1.	Тема 15.1. Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования	8		1	25		
15.2.	Тема 15.2. Современный велосипедный инвентарь и экипировка	8		1	25		
15.3.	Тема 15.3. Гомологация и сертифицирование велосипедных трасс	8		1	25		
Итого за 8 семестр 144 часа (4 зачетных единицы)				6	129	9	Экзамен
Итого за 4 курс 252 часа (7 зачетных единицы)				10	233	9	Экзамен
Итого 720 часов (20 зачетных единиц)				44	667	9	Зачет с оценкой, экзамен

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

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 во II семестре заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Дайте определение понятий «тактика велосипедного спорта», «тактическая подготовка велосипедиста», «тактический прием (элемент)»
2. Приведите примеры постановки стратегических задач перед гонщиком, командой в конкретных соревнованиях.
3. В чем заключается особенность информационного обмена между соперниками в ходе соревнований по различным дисциплинам велосипедного спорта.
4. Как классифицируется тактика по характеру взаимодействия гонщиков и степени их активности в ходе соревнований.
5. Какими факторами определяется эффективность распределения усилий гонщика на дистанции индивидуальной гонки по шоссе на время.
6. Используя протоколы соревнований, проанализируйте динамику прохождения дистанции индивидуальной гонки по шоссе на время у различных гонщиков.
7. Назовите основные элементы тактики групповых гонок на шоссе.
8. Какие варианты группового и индивидуального блокирования применяются в условиях соревновательной деятельности в групповых гонках по шоссе.

9. Как реализуется тактика отрыва с учетом условий соревновательной борьбы в групповых гонках по шоссе.
10. В чем проявляются особенности командного взаимодействия гонщиков на финише в групповых гонках на шоссе.
11. В чем заключаются особенности выработки технико-тактического плана ведения гонки по пересеченной местности.
12. Чем определяется тактика старта и преодоления стартового участка трассы в гонках по пересеченной местности.
13. В каких условиях соревновательной деятельности тактика лидирования в гонках по пересеченной местности может быть предпочтительна для гонщика.
14. Составьте перечень задач, которые должен включать в себя тактический план ведения гонки в ВМХ-спорте.
15. Охарактеризуйте тактику финиширования с первой позиции в ВМХ-спорте.
16. Назовите критерии оптимальной тактики в ВМХ-спорте.
17. Дайте определение понятия «посадка велосипедиста». Назовите особенности анатомо-антропометрических аспектов посадки велосипедиста и характеристики видов посадки: низкая, средняя и высокая.
18. Дайте определение понятия «техника педалирования». Назовите особенности биодинамических основ педалирования и механического аспекта процесса педалирования.
19. Дайте определение понятия «техника велосипедного спорта» и «техническая подготовка велосипедиста»
20. Дайте характеристику основных элементов техники езды в шоссейных гонках.
21. Дайте характеристику основных элементов техники езды в гонках ВМХ.
22. Основы обучения двигательному действию, закономерности образования двигательного навыка.

23. Характерные признаки первого, второго и третьего этапов обучения, их взаимосвязь.
24. Методы и принципы воспитывающего обучения технике передвижения на велосипеде.
25. Специфика подготовки мест занятий в естественных природных условиях на различных этапах обучения.
26. Требования к обеспечению безопасности занимающихся.
27. Последовательность начального обучения технике передвижения на велосипеде.
28. Методика комплексного использования словесных, наглядных и практических методов обучения.
29. Формы организации и проведения занятий по велосипедному спорту.
30. Методика коррекции содержания занятий на велосипеде при неблагоприятных погодных условиях.

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

Вопросы для устного ответа:

1 Биологические закономерности процесса оздоровления человека, занимающегося велосипедным спортом.

2 Использование при передвижении на велосипеде естественных целебных оздоровительных факторов природной среды.

3 Уникальность территориально-климатических условий нашей страны для повсеместных занятий велосипедным спортом как национальным средством оздоровления населения разного возраста и уровня подготовленности, включая инвалидов.

4 Методика обучения дошкольников простейшим упражнениям на велосипеде.

5 Содержание программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и школ высшего спортивного мастерства.

6 Внеклассная и внешкольная физическая подготовка с использованием велосипеда.

7 Организация и содержание работы секций по велосипедному спорту для школьников и студентов.

8 Условия организации и деятельность самодеятельных объединений велосипедистов-ветеранов.

9 Физиологические параметры и продолжительность оздоровительной нагрузки на велосипеде.

10 Эффективность использования занятий на велосипеде в оздоровлении и социальной адаптации инвалидов.

11 Методика дозирования оздоровительной нагрузки на велосипеде с учетом характера заболевания.

12 Государственное, общественное, государственно-общественное руководство в сфере велосипедного спорта, их взаимодействие.

13 Федерация велосипедного спорта России – ведущая организационная структура управления развитием велосипедного спорта как олимпийским видом спорта и национальным средством оздоровления населения.

14 Структура и основные направления деятельности Федерации велосипедного спорта России.

15 Взаимодействие национальных органов управления сферой велосипедного спорта с международными.

16 Бюджетные и внебюджетные источники финансового обеспечения всестороннего развития сферы велосипедного спорта.

17 Какие показатели применяются для контроля над уровнем тактической подготовленности.

18 Перечислите основные этапы процесса тактической подготовки велосипедиста.

19 Какой должна быть последовательность в применении методов овладения элементами тактики.

20 Какие факторы необходимо учитывать гонщику при разработке тактического плана на конкретные соревнования.

21 Составьте перечень задач, которые должен включать в себя тактический план ведения гонки по очкам или парной гонки.

22 В чем особенности тактики ведения гонки по очкам на «коротких» треках.

23 Охарактеризуйте технико-тактические особенности выполнения смены в парной гонке.

24 Что понимается под «тактикой рекорда» и «тактикой победы» в гонках преследования.

25 Какова структура взаимодействия гонщиков на финише командной гонки преследования.

26 Охарактеризуйте тактику финиширования с первой позиции в спринтерской гонке.

27 Какое влияние на тактику гонщика спринтера оказывает геометрия трека и погодные условия.

28 Назовите критерии оптимальности тактики гита на 200 м с хода.

29 Назовите специфические элементы техники в гите на 1 км, 500 м и 200 м.

30 Назовите специфические элементы техники в спринтерской гонке.

5.2.3. Содержание зачетных требований для студентов во VI семестре заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Критерии технического мастерства: кинематические, динамические, функциональные.
2. Техническое мастерство как достижение наибольшего соответствия между двигательным потенциалом велосипедиста и эффективностью его использования.
3. Степень соответствия фазовой структуры в специально-подготовительных средствах с передвижением на велосипеде.
4. Определения понятия «велосипед». Классификация велосипедов.
5. Спецификации велосипеда.
6. Унифицированная конструкция и номенклатура узлов велосипеда установленная регламентом UCI.
7. Основные закономерности построения и развертывания спортивно-тренировочного процесса.
8. Спортивная тренировка как педагогический процесс.
9. Биологическая сущность тренировки.
10. Взаимосвязь педагогических и биологических аспектов тренировки.

11. Формирование велосипедиста-гонщика как личности и повышение его работоспособности – основные критерии эффективности спортивной тренировки.
12. Биологические закономерности становления, развития и сохранения спортивного мастерства.
13. Признаки классификации упражнений, используемых в подготовке велосипедистов-гонщиков.
14. Характеристика основных, специально-подготовительных и общеподготовительных упражнений применяемых в велосипедном спорте.
15. Группировка упражнений по принципу преимущественного воздействия на развитие избранного физического качества.
16. Сочетание нагрузки и отдыха как структурная основа методов тренировки.
17. Содержание равномерного метода, специфика его воздействия на организм.
18. Характеристика двигательно-функциональной деятельности велосипедиста-гонщика в переменной тренировке.
19. Направленность воздействий на организм и специфика выполнения упражнений повторным и интервальным методами.
20. Наивысший по специфичности тренирующий эффект контрольного и соревновательного методов.
21. Содержание и организация игровых и круговых тренировок.
22. Показатели, характеризующие «внешнюю» сторону физической нагрузки.
23. «Внутренняя» физическая нагрузка как проявление функциональных изменений в организме велосипедиста-гонщика.
24. Признаки классификации нагрузки по специализированности, направленности и величине.
25. Характерные для велосипедного спорта сложности в оценке интенсивности физической нагрузки по скорости.
26. Распределение нагрузки по зонам интенсивности.

27. Признаки восстанавливающих, поддерживающих, развивающих физических нагрузок в велосипедном спорте.
28. Методика анализа физических нагрузок по пульсограммам, оценка ее биоэнергетической направленности.
29. Характер и глубина изменений в организме как проявление тренировочного эффекта нагрузки.
30. Разновидности тренировочного эффекта: срочный, отставленный, кумулятивный.

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

1. Современные инновационные технологии совершенствования технического мастерства велосипедистов-гонщиков.
2. Динамика экономичности двигательной деятельности велосипедистов-гонщиков разной квалификации.
3. Электронно-компьютерное обеспечение судейства соревнований в велосипедном спорте.
4. Методика оперативного расчета промежуточных и итоговых результатов соревнований велосипедистов-гонщиков.
5. Примерный состав главной судейской коллегии и судейских бригад в соревнованиях по велосипедному спорту.
6. Специфика организации и проведения массовых соревнований по велосипедному спорту, деятельность различных служб.
7. Финансовое обеспечение соревнований по велосипедному спорту, основные статьи расходов.
8. Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования велосипедиста-гонщика.
9. Основные спортивные сооружения в велосипедном спорте.
10. Требования к оборудованию велосипедного трека.
11. Архитектурно-строительные особенности велосипедных треков.

12. Оборудование открытого велодрома для ВМХ-спорта и велопарка для велотриала в условиях мегаполиса.
13. Система многолетней подготовки юных велосипедистов-гонщиков в спортивных школах.
14. Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность спортивных школ.
15. Современные возрастные зоны высших спортивных достижений в велосипедном спорте.
16. Динамика наполняемости учебных групп и объема учебно-тренировочных занятий в процессе многолетней подготовки велосипедистов-гонщиков в спортивных школах.
17. Этапы многолетней подготовки и возраст занимающихся на каждом из них.
18. Содержание примерной программы «Велосипедный спорт» для спортивных школ.
19. Преимущественная направленность учебно-тренировочных занятий, примерные показатели объема циклической нагрузки и количества соревнований на разных этапах многолетней подготовки.
20. Содержание теоретических занятий, требования по инструкторской практике для велосипедистов-гонщиков, занимающихся в спортивных школах.
21. Критерии оценки деятельности спортивных школ на разных этапах многолетней подготовки велосипедистов-гонщиков.
22. Возрастные закономерности биологического развития – основа построения многолетней тренировки велосипедистов-гонщиков.
23. Достижение биологической зрелости с вступлением велосипедистов-гонщиков на заключительный этап подготовки – высшего спортивного мастерства.

24. Возрастная динамика работоспособности внутренних органов, развития двигательных качеств, формирования мышечной массы велосипедистов-гонщиков.
25. Генетическая обусловленность исходного энергетического потенциала и перспективы дальнейшего совершенствования метаболических процессов у велосипедистов-гонщиков.
26. Влияние биологического возраста на функционально-двигательную подготовленность юных велосипедистов-гонщиков.
27. Фазы биологического развития в процессе многолетних занятий велосипедным спортом.
28. Индивидуальная вариативность темпов биологического созревания велосипедистов-гонщиков.
29. Влияние биологического возраста на функционально-структурные изменения в организме, динамику показателей физического развития велосипедистов-гонщиков.
30. Характерные признаки проявления степени биологической зрелости велосипедистов-гонщиков.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)»

а) Основная литература:

1. Архипов, Е.М. Велосипедный спорт / Архипов Евгений Михайлович, Седов Аркадий Васильевич. - М.: ФиС, 1990. - 142 с.: ил. - (Спорт для всех).

2. Захаров, А.А. Тактическая подготовка велосипедиста : учеб. пособие для вузов физ. культуры / Захаров А.А.; РГАФК. - М.: ФОН, 2001. - 62 с.: ил.

3. Ковылин, М.М. Велоподготовка в системе всеобщего непрерывного физического воспитания - механизм формирования психофизического здоровья личности : монография / М.М. Ковылин, А.А. Передельский. - Смоленск: [Изд-во Смол. гор. тип.], 2012. - 300 с.

4. Ковылин, М.М. Велосипедный спорт и системные основы оптимального управления: монография / М.М. Ковылин, А.А. Передельский. - Смоленск: [Изд-во Смол. гор. тип.], 2012. - 188 с.

5. Ковылин, М.М. Совершенствование конструкций велосипеда в России (1800-1917) : метод. рекомендации федер. компонента цикла СД ГОС по специальности 032101.65 / [М.М. Ковылин, Г.М. Мартынов] ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2010. - 186 с.: ил.

6. Ковылин, М.М. Формирование методики обучения и тренировки в велосипедном спорте (1883-1917) : учеб. пособие для вузов физ. культуры : доп. Умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / М.М. Ковылин, Г.М. Мартынов ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2009. - 49 с.: ил.

7. Полищук, Д.А. Велосипедный спорт. - Киев: Олимпийская лит., 1997. - 343 с.: ил.

8. Совндаль, Ш. Анатомия велосипедиста / Шеннон Совндаль ; предисл. Кристина Ванде Вельде. - Минск: Поппури, [2011]. - 199 с.: ил.

б) Дополнительная литература:

1. Агаджанян Н.А., Катков А.Ю. Резервы нашего организма. - М.: Знание, 1982. - 176 с.

2. Анохин П.К. Очерки физиологии функциональных систем. - М.: Медицина, 1975. - 402 с.

3. Баландин В.И., Блудов Ю.М., Плахтиенко В.А. Прогнозирование в спорте. - М.: Физкультура и спорт, 1986. - 192 с.

4. Бальсевич В.К. Методологические принципы исследований проблеме отбора и спортивной ориентации // Теория и практика физ. культуры.- 1980.- №1.- С.31-33.

5. Бахвалов В.А. Роль тренера в организации выступления велосипедистов в соревнованиях по треку // Велосипедный спорт. - М.: Физкультура и спорт, 1977. - С.35 - 40.

6. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. - М.: Медицина, 1986.- 349 с.

7. Блауберг, И. В. Философский принцип системности и системный подход / И. В. Блауберг В. Н. Садовский, Э. Г. Юдин // Вопросы философии, 1978. – № 8. – С. 14 - 21.

8. Братковский В.К. Управление процессом совершенствования техники педалирования квалифицированных велосипедистов в период преодолеваемого утомления в занятиях различной направленности: Автореф. дис. канд. пед. наук. - К., 1983. - 24 с.

9. Булатова М.М. Оптимизация тренировочного процесса на основе изучения мощности и экономичности системы энергообеспечения спортсменов (на материале велосипедного спорта): Автореф. дис. канд. пед. наук. - К., 1984. - 24 с.

10. Булатова М.М., Платонов В.Н. Спортсмен в различных климато-географических и погодных условиях - Киев.: Олимпийская литература, 1996.- 176 с.

11. Верхошанский Ю.В. Новые подходы к организации тренировки спортсменов высокого класса: Всероссийскому научно-исследовательскому институту физической культуры и спорта - 60 лет. - М.: ВНИИФК, 1993. - С.205-216.

12. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. - М.: Физкультура и спорт, 1988. - 331 с.

13. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. - М.: Физкультура и спорт, 1980.- 135 с.

14. Голец В.И. Комплексное использование физических средств восстановления с целью управления параметрами тренировочных и соревновательных нагрузок высококвалифицированных спортсменов (на примере плавания и велоспорта): Автореф. дис. канд. пед. наук. К., 1987.- 22 с.

15. Гужаловский А.А. Этапность развития физических (двигательных) качеств и проблема оптимизации физической подготовки детей школьного возраста: Дис. д-ра пед. наук. - М., 1980, -285 с.

16. Илюхин А.А. Школа велокросса : учеб. пособие / А.А. Илюхин ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2009. - 125 с.

17. Матвеев, Л.П. Основы спортивной тренировки / Л.П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1997.- 280с.

18. Попков, В.Н. Отбор и контроль в юношеском велоспорте : [монография] / В.Н. Попков ; Гос. Ком. РФ по физ. культуре и туризму, Сиб. гос. акад. физ. культуры. - Омск, 2001. - 195 с.

19. Селуянов, В.Н. Биомеханические основы совершенствования эффективности техники педалирования : учеб. пособие для студентов и слушателей фак. повышения квалификации ГЦОЛИФКа / Селуянов В.Н., Яковлев Б.А.; ГЦОЛИФК. - М., 1985. - 60 с.

20. Стромов, А.П. Особенности подготовки велосипедистов 10-12 лет : метод. рекомендации / [А.П. Стромов, В.А. Зырянов] ; Сиб. гос. акад. физ. культуры. - Омск: [Изд-во СибГАФК], 2003. - 24 с.

21. Стромов, А.П. Подготовка спортсменов в ДЮСШ и СДЮШОР по велосипедному спорту в гонках на шоссе и треке : [учеб.-метод. пособие] / А.П. Стромов ; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - М.: [Изд-во СибГУФК], 2008. - 99 с.: табл.

22. Суслов, Ф.П. Подготовка спортсменов в горных условиях / Моск. регион. Центр развития легкой атлетики ИААФ. - М.: Терра-спорт: Олимпия пресс, 2000. - 175 с.: ил.

23. Фрил Дж. Библия велосипедиста = The cyclist's training bible / Джо Фрил ; пер. с англ. Павла Миронова. - М.: Манн, Иванов и Фербер, 2011. - 418 с.: ил.

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

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
4. <https://fvsr.ru/>

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

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. Операционная система – Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

– *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, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

2 Велосипеды трековые – 8 шт;

3 Велосипеды шоссейные – 10 шт;

4 Велосипеды МТБ – 20 шт;

5 Велостанок роллерный 10 шт;

6 Велостанок под заднее колесо – 2 шт;

7 Стойки для ремонта велосипеда – 1 шт;

8 Набор инструментов для ремонта велосипеда – 1 шт;

9 Стенд для проведения лабораторных и практических заданий по теме: «Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте» - 1 шт;

10 Принтер HP LaserJet 1320;

11 Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок);

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 11 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной (ускоренное обучение на базе СПО) формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики велосипедного спорта.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *Зачет с оценкой.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Обучение технике выполнения двигательным действиям велосипедиста 2. Подготовка мест занятий по велосипедному спорту и изучение инструкций по технике безопасности. 3. Оптимизация техники велосипедиста 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности 5. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке велосипедистов. 6. Особенности совершенствования индивидуальных двигательных качеств на этапе спортивного долголетия	1-4 недели 1-4 недели 5-8 недели 9-13 недели 14-15 и 20-25 недели 26-20 недели 31-35 недели	10 10 10 10 10 10
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	42 неделя	10
4	Сдача зачета	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 экзамену.

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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) «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 11 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной (ускоренное обучение на базе СПО) формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики велосипедного спорта.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *Зачет с оценкой.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество Баллов
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства 2. Контроль тренировочного процесса и его эффектов 3. Самоконтроль в процессе занятий велосипедным спортом. 4. Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки велосипедиста 5. Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке велосипедиста высокой квалификации 6. Организация и судейство массовых соревнований 7. Организация и судейство соревнований с участием инвалидов 8. Особенности в организации и судействе соревнований в велосипедных гонках	1-2 недели 3-10 недели 3-10 недели 11-15 недели 20-21 недели 22-33 недели 34-35 недели 36-39 недели	10 5 5 5 5 20 5 5
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	39 неделя	10
4	Сдача зачета	45 неделя	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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) «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 11 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка заочной (ускоренное обучение на базе СПО) формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики велосипедного спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *Зачет с оценкой.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Организация и судейство соревнований в индивидуальных и командных дисциплинах 2. Организация и судейство массовых соревнований 3. Организация и судейство соревнований с участием инвалидов 4. Особенности в организации и судействе соревнований в велосипедных гонках 5. Методика нормирования «аэробной» нагрузки оздоровительной направленности 6. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения Подготовка и участие в массовых велосипедных соревнованиях 7. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий	3-12 недели 13-15 недели 16-17 недели 28-34 недели 22-23 недели 24-26 недели 27 неделя и 35-36 недели	10 10 10 10 5 5 10
3	Микрозачет по физической подготовке	38 неделя	10
4	Сдача зачета	44-45 недели	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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) «Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 11 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной (ускоренное обучение на базе СПО) формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики велосипедного спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велосипедному кроссу 2. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велотриалу 3. Сохранение и поддержание спортивной формы 4. Подготовка мест занятий и велосипедного инвентаря к тренировочно-соревновательной деятельности 5. Профилактика травм при занятиях велосипедным спортом 6. Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования 7. Современный велосипедный инвентарь и экипировка.	1-7 недели 8-15 недели 21-24 недели 29-30 недели 31-33 недели 34-38 недели	10 10 10 10 10 5 5
3	Микрозачет по физической подготовке	39 неделя	10
4	Сдача экзамена	40 неделя	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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 велосипедного спорта

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

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (велосипедный спорт)»

Направление подготовки/специальность:
49.03.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль):
«Спортивная подготовка в избранном виде спорта»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочной (ускоренное обучение на базе ВПО)*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 20 зачетных единиц.

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

3. Цель освоения дисциплины (модуля): обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по велосипедному спорту и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке

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

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

- способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2);
- способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3);
- способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);
- способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);
- способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся (ПК-10);
- способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта (ПК-11);
- способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (ПК-14);
- способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15).

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

5.1 Зачная 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. Обучение технике выполнения двигательным действиям велосипедиста	1					
1.1.	Тема 1.1. Основы техники езды на велосипеде	1		2	20		
1.2.	Тема 1.2. Структура «эталонной» техники	1		1	20		
1.3.	Тема 1.3. Эффективность техники в переменных условиях деятельности велосипедиста	1		1	20		
2.	Раздел 2. Оптимизация техники велосипедиста	1					
2.1.	Тема 2.1. Оптимизация индивидуальной техники и тактики велосипедиста	1		1	20		
2.2.	Тема 2.2. Моделирование индивидуальной техники целевой соревновательной деятельности	1		1	20		
Итого за 1 семестр 106 часов (3 зачетные единицы)				6	100		
3.	Раздел 3. Методика воспитания индивидуальных двигательных качеств	2					
3.1.	Тема 3.1. Выбор методики применения тренировочных упражнений обеспечивающих развивающее воздействие на физическую подготовку велосипедиста на этапе становления спортивного мастерства	2		1	28		
3.2.	Тема 3.2. Средства и методы воспитания базовых двигательных качеств велосипедиста.	2		1	26		

4.	Раздел 4. Средства и методы воспитания максимальных возможностей спортсмена	2					
4.1.	Тема 4.1. Воспитание двигательных качеств на этапе реализации максимальных возможностей спортсмена-велосипедиста	2		1	26		
4.2.	Тема 4.2. Особенности совершенствования индивидуальных двигательных качеств на этапе спортивного долголетия	2		1	26		
Итого за 2 семестр 110 часов (3 зачетных единиц)				4	106		Зачет с оценкой
Итого за 1 курс 216 часа (6 зачетных единицы)				10	206		Зачет с оценкой
5.	Раздел 5. Контроль динамики развития подготовленности велосипедиста на этапе годичного и многолетнего циклах	3					
5.1.	Тема 5.1. Организационно-методические основы планирования УТЗ. Выбор и методика применения доступных средств оперативного контроля.	3		4	23		
5.2.	Тема 5.2. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства	3		4	23		
Итого за 3 семестр 54 часа (2 зачетных единицы)				8	46		
6.	Раздел 6. Контроль тренировочного процесса						
6.1.	Тема 6.1. Контроль тренировочного процесса и его эффектов	4		2	16		
6.2.	Тема 6.2. Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки велосипедиста.	4		2	16		
6.3.	Тема 6.3. Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке велосипедиста высокой квалификации	4		2	16		
Итого за 4 семестр 54 часа (2зачетных единицы)				6	48		Зачет с оценкой
Итого за 2 курс 108 часов (3 зачетных единиц)				14	94		Зачет с оценкой
7.	Раздел 7. Организация соревнований и их судейство	5					
7.1.	Тема 1.1. Документы	5		2	14		

	планирования и судейство соревнований						
7.2.	Тема 1.2. Организация и судейство соревнований в индивидуальных и командных дисциплинах	5		1	14		
8.	Раздел 8. Организация массовых соревнований	5					
8.1.	Тема 8.1. Организация и судейство массовых соревнований	5		1	12		
8.2.	Тема 8.2. Организация и судейство соревнований с участием инвалидов	5		1	12		
8.3.	Тема 8.3. Особенности в организации и судействе соревнований в велосипедных гонках	5		1	12		
Итого за 5 семестр 70 часов (2 зачетных единицы)				6	64		
9.	Раздел 9. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием велосипеда	6					
9.1.	Тема 9.1. Методика нормирования «аэробной» нагрузки оздоровительной направленности	6		2	10		
9.2.	Тема 9.2. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения	6		2	10		
10.	Раздел 10. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности	6					
10.1.	Тема 10.1. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с лицами с отклонением в здоровье	6		2	10		
10.2.	Тема 10.2. Подготовка и участие в массовых велосипедных соревнованиях	6		1	10		
Итого за 6 семестр 74 часа (2 зачетных единиц)				7	40		Зачет с оценкой
Итого за 3 курс 144 часов (4 зачетных единицы)				10	134		
11.	Раздел 11. Совершенствование педагогического мастерства	7					
11.1.	Тема 11.1. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велосипедному кроссу	7		1	26		
11.2.	Тема 11.2. Овладение навыками	7		1	26		

	организации, проведения и судейства соревнований по велотриалу						
12.	Раздел 12. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	7					
12.1.	Тема 12.1. Инвентарь и снаряжение велосипедиста	7		1	26		
13.	Раздел 13. Выбор оборудования	7					
13.1.	Тема 13.1. Выбор велосипедной базы	7		1	26		
Итого за 7 семестр 108 часов (3 зачетных единицы)				4	104		
14.	Раздел 14. Совершенствование тренерского мастерства	8					
14.1.	Тема 14.1. Профилактика травм при занятиях велосипедным спортом	8		2	27		
14.2.	Тема 14.2. Профессионально-педагогическая деятельность тренера по велосипедному спорту	8		1	27		
15.	Раздел 15. Современный велосипедный инвентарь	8					
15.1.	Тема 15.1. Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования	8		1	25		
15.2.	Тема 15.2. Современный велосипедный инвентарь и экипировка	8		1	25		
15.3.	Тема 15.3. Гомологация и сертифицирование велосипедных трасс	8		1	25		
Итого за 8 семестр 144 часа (4 зачетных единицы)				6	129	9	Экзамен
Итого за 4 курс 252 часа (7 зачетных единицы)				10	233	9	Экзамен
Итого 720 часов (20 зачетных единиц)				44	667	9	Зачет с оценкой, экзамен

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 спортивного и синхронного плавания,
акваэробики, прыжков в воду и водного поло**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**«Б1.В.ОД.11 СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (ВОДНОЕ ПОЛО)»**

Направление подготовки: **49.03.01 «Физическая культура»**

Профиль: **«Спортивная подготовка в избранном виде спорта»**

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2016

Москва – 2017

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 8 от «24» апреля 2016г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики,
прыжков в воду и водного поло
Протокол № 37 от «15» мая 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики,
прыжков в воду и водного поло
Протокол № от «» 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики,
прыжков в воду и водного поло
Протокол № от «» 2019г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составители:

Фролов Сергей Николаевич, к.п.н., профессор

Попов Олег Игоревич, д.п.н., профессор

Чистова Наталья Александровна, к.п.н., доцент

Рецензент:

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

1. Цели освоения дисциплины

Цель и задачи дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (Водное поло)»:

- повысить уровень спортивной подготовленности и уровень индивидуальных профессиональных знаний студентов;
- развивать умения и навыки, необходимые тренеру – преподавателю и инструктору по водному поло и водным видам спорта, которые выпускник сможет успешно применять в своей дальнейшей научной, спортивной или педагогической деятельности в спортивных учреждениях на высоком методическом уровне»;
- сохранение и укрепление здоровья студентов, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма; развитие общих и специальных физических качеств;
- поддержание высокого уровня спортивной подготовленности студентов на протяжении всего периода обучения, достаточного для выполнения практических заданий при изучении материала курса специализации;
- вовлечение студентов в спортивную жизнь университета, привлечение их к регулярным занятиям спортом и участию в соревнованиях, формирование готовности к самостоятельной организации спортивных мероприятий;
- формирование компетенций на основе полученных знаний и практической готовности к самостоятельному, творческому решению воспитательных, оздоровительных и тренировочных задач;
- воспитание у студентов высоких моральных, волевых и физических качеств для реализации установленных программой общекультурных и профессиональных компетенций;
- ознакомление с технологией труда тренера по водному поло, вооружение профессиональными умениями и навыками спортивной тренировки, техническими и методическими приемами.

Реализация дисциплины проходит на русском языке.

2. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (Водное поло)» реализуется в течение всех четырех лет обучения студентов, ее главная направленность - формирование у студентов комплекса практических умений и навыков, необходимых для самостоятельной профессионально-педагогической деятельности.

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (Водное поло)» (Б1.В.ОД.11) относится к вариативной части ФГОС по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», по профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта».

Дисциплина СПС представляет собой инструмент преобразования теоретико-методических знаний, получаемых студентом, специализирующимся по водному поло, в непосредственные практические умения и навыки, необходимые для профессиональной работы в качестве тренера и судьи. Программный материал данной дисциплины строится на основе и в развитие теоретико-методического курса специализации на занятиях, проводящихся в условиях, максимально приближенных к учебно-тренировочному процессу.

На методических занятиях излагаются сведения о технологии труда тренера, теория и методика обучения технике водного поло и развития физических качеств, рассматриваются приемы организации учебно-тренировочных занятий.

На практических занятиях студенты осваивают навыки тренировочной и соревновательной деятельности, повышают уровень развития физических качеств, совершенствуют технику водного поло. Занятия проводятся в соответствии с программным материалом по виду спорта.

Учебная практика предполагает овладение навыками организации и проведения тренировочных занятий и соревнований по водному поло.

Для контроля за динамикой физической, технической, тактической и психической подготовленности студентов программой предусмотрено

выполнение ими контрольных упражнений и нормативов, разработанных кафедрами спортивно-педагогических дисциплин на каждый год обучения.

Программа дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (Водное поло)» разделена на два раздела:

I. Спортивное совершенствование: развитие и поддержание на должном уровне физических и психических качеств, уровня практических умений и навыков, необходимых преподавателю-тренеру и инструктору по водному поло.

II. Педагогическое совершенствование: овладение теоретическими и методическими навыками, необходимыми для планирования и анализа учебно-тренировочного процесса, ведения документации, организации и проведения соревнований различного уровня.

Индивидуальная работа преподавателей со студентами проводится в форме консультаций по содержанию учебного материала и собеседований, включает составление индивидуальных планов и заданий для студентов.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП

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-2	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основы дидактики; - основы теории и методики физической культуры; - медико-биологические и психологические особенности различных категорий занимающихся; - методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта; - требования образовательных стандартов. 	3		5
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры; - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и 	4		6

	требований образовательных стандартов;			
	<i>Владеть:</i> - навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта.	4		6
ОПК-3	<i>Знать:</i> основы теории физической культуры и теории спорта, особенности тренировочной и соревновательной деятельности в водном поло, основные положения стандарта по спортивной подготовке в водном поло	5		7
	<i>Уметь:</i> определять наиболее значимые аспекты подготовки в водном поло, осуществлять планирование тренировочных занятий в водном поло на основе положений теории и методики физической культуры и стандартов спортивной подготовки	6		8
	<i>Владеть:</i> навыками рационального построения и перспективного планирования тренировочного процесса и соревновательной деятельности в водном поло	8		10
ОПК-5	<i>Знать:</i> - средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений; - основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии; - основы спортивной метрологии.	5		7
	<i>Уметь:</i> осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.	6		8
	<i>Владеть:</i> навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев.	6		8
ОПК-8	<i>Знать:</i> - правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта; - документы планирования и проведения соревнований; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - обязанности организаторов и судей соревнования; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.	1		3
	<i>Уметь:</i> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.	2		4
	<i>Владеть:</i> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня;	2		4

	- умением осуществлять объективное судейство соревнований.			
ПК-10	<i>Знать:</i> основы проведения спортивного отбора, эффективные методики определению антропометрических, физических и психических Особенности, возрастные и половые особенности	7		9
	<i>Уметь:</i> рационально подходить к выбору средств и методов отбора в водном поло, эффективно применять их в профессиональной деятельности, осуществлять спортивный отбор построенный на объективной и комплексной оценке исходных данных	7		9
	<i>Владеть:</i> навыками применения современных методик и подходов к проведению спортивного отбора в водном поло, проводить грамотную профориентацию на основе полученных данных	7		9
ПК-11	<i>Знать:</i> основы теории спорта, особенности планирования и структуры тренировочной и соревновательной в детско-юношеском спорте, основные положения стандарта по спортивной подготовке в водном поло	5		7
	<i>Уметь:</i> выбирать средства и методы подготовки в избранном виде спорта, эффективно осуществлять планирование тренировочного процесса при работе с данным контингентом, оценивать результаты профессиональной деятельности	6		8
	<i>Владеть:</i> навыками оперативной коррекции тренировочных планов, дифференцированного подхода к выбору средств и методов подготовки и составлению программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта	8		10
ПК-14	<i>Знать:</i> особенности тренировочной и соревновательной деятельности в водном поло, специфику выполнения основных двигательных действий в водном поло, лимитирующие факторы успешной реализации спортивной формы	1		3
	<i>Уметь:</i> применять в тренировочной и соревновательной деятельности новейшие технологии управления спортивной формой	2		4
	<i>Владеть:</i> навыками применения современных спортивных, оздоровительных, научных технологий для совершенствования уровня индивидуального спортивного мастерства	2		4
ПК-15	<i>Знать:</i> физиологию, психологию, биохимию, основные методики оценки состояния организма, средства и методы профилактики травматизма и перенапряжения, основные средства и методы восстановления в спорте	3		5
	<i>Уметь:</i> рационально подходить к выбору средств и методов тренировки, определять с помощью имеющихся средств текущее состояние, обоснованно вносить коррекцию в тренировочные планы	4		6
	<i>Владеть:</i> навыками оперативного и точного определения текущего состояния, построения перспективного плана подготовки	8		10

4. Структура и содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (Водное поло)»

Общая трудоемкость дисциплины составляет **20** зачетных единиц, **720** академических часов.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	1-й курс						
2	Раздел 1. Спортивное совершенствование			20	60		
3	1.1. Техника спортивных способов плавания	1		4	20		
4	1.2. Техника способов передвижения	1		4	20		
5	1.6. Спортивная тренировка	1		12	20		
6	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			10	18		
7	2.3. Организация и проведение соревнований	1		10	18		
8	Итого за 1-й семестр			30	78		
9	Раздел 1. Спортивное совершенствование			18	55		
10	1.3. Техника специальных приемов игрового плавания	2		4	14		
11	1.4. Техника владения мячом	2		4	14		
12	1.5. Техника единоборств	2		4	14		
13	1.6. Спортивная тренировка	2		6	13		
14	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			12	32		
15	2.1. Обучение водному поло	2		6	16		
16	2.2. Прикладное плавание	2		6	16		
17		2				9	Диф.зач
18	Итого за 2-й семестр			30	87	9	
19	Всего за 1-й курс			60	165	9	
20	2-й курс						
21	Раздел 1. Спортивное совершенствование			14	7		
22	1.6. Спортивная тренировка	3		6	3		
23	1.7. Техническая подготовка	3		4	2		
24	1.8. Тактическая подготовка	3		4	2		
25	Раздел 2. Педагогическое			16	8		

	совершенствование						
26	2.1. Обучение водному поло	3	8	4			
27	2.2. Прикладное плавание	3	8	4			
28	Итого за 3-й семестр		30	15			
29	Раздел 1. Спортивное совершенствование		18	24			
30	1.6. Спортивная тренировка	4	14	12			
31	1.9. Интегральная подготовка	4	4	12			
32	Раздел 2. Педагогическое совершенствование		12	18			
33	2.1. Обучение водному поло	4	12	18			
34		4			9	Диф.зач	
35	Итого за 4-й семестр		30	42	9		
36	Всего за 2-й курс		60	57	9		
37	3-й курс						
38	Раздел 1. Спортивное совершенствование		26	4			
39	1.6. Спортивная тренировка	5	8				
40	1.10. Общая физическая подготовка на суше	5	4	1			
41	1.11. Средства и методы развития силы	5	4	1			
42	1.12. Средства и методы развития выносливости	5	4	1			
43	1.17. Построение спортивной тренировки	5	6	1			
44	Раздел 2. Педагогическое совершенствование		4	2			
45	2.7. Научно-исследовательская работа и УИРС	5	4	2			
46	Итого за 5-й семестр		30	6			
47	Раздел 1. Спортивное совершенствование		22	5			
48	1.6. Спортивная тренировка	6	8	1			
49	1.13. Средства и методы развития скоростных способностей	6	4	1			
50	1.14. Средства и методы развития гибкости	6	4	1			
51	1.15. Средства и методы развития координационных способностей	6	2	1			
52	1.16. Техничко-тактическая подготовленность ватерполиста	6	4	1			
53	Раздел 2. Педагогическое совершенствование		8	1			
54	2.4. Проведение учебно-тренировочных занятий	6	8	1			
55		6			9	Диф.зач	
56	Итого за 6-й семестр		30	6	9		
57	Всего за 3-й курс		60	12	9		
58	4-й курс						
59	Раздел 1. Спортивное совершенствование		20	88			
60	1.6. Спортивная тренировка	7	10	44			
61	1.18. Особенности многолетней спортивной тренировки	7	10	44			
62	Раздел 2. Педагогическое совершенствование		10	44			
63	2.6. Спортивный отбор на этапах многолетней подготовки	7	10	44			
64	Итого за 7-й семестр		30	132			

65	Раздел 1. Спортивное совершенствование			14	36		
66	1.6. Спортивная тренировка	8		8	18		
67	1.18. Особенности многолетней спортивной тренировки	8		6	18		
68	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			16	42		
69	2.5. Особенности различных форм занятий водным поло	8		6	14		
70	2.7. Научно-исследовательская работа и УИРС	8		6	14		
71	2.8. Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера-преподавателя	8		4	14		
72		8				9	Экзамен
73	Итого за 8-й семестр			30	78	9	
74	Всего за 4-й курс			60	210	9	
75	Всего по учебному плану			240	444	36	

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	1-й курс						
2	Раздел 1. Спортивное совершенствование			2	34		
3	1.6. Спортивная тренировка	1		2	34		
4	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			2	32		
5	2.3. Организация и проведение соревнований	1		2	32		
6	Итого за 1-й семестр			4	66		
7	Раздел 1. Спортивное совершенствование			4	34		
8	1.6. Спортивная тренировка	2		4	34		
9	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			2	34		
10	2.3. Организация и проведение соревнований	2		2	34		
11	Итого за 2-й семестр			6	68		Диф.зач
12	Всего за 1-й курс			10	134		
13	2-й курс						
14	Раздел 1. Спортивное совершенствование			6	48		
15	1.1. Техника спортивных способов плавания	3		2	16		
16	1.2. Техника способов передвижения	3		2	16		
17	1.6. Спортивная тренировка	3		2	16		

18	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			2	16		
19	2.3. Организация и проведение соревнований	3		2	16		
20	Итого за 3-й семестр			8	64		
21	Раздел 1. Спортивное совершенствование			5	44		
22	1.3. Техника специальных приемов игрового плавания	4		1	10		
23	1.4. Техника владения мячом	4		1	10		
24	1.5. Техника единоборств	4		1	12		
25	1.6. Спортивная тренировка	4		2	12		
26	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			3	20		
27	2.1. Обучение водному поло	4		2	10		
28	2.2. Прикладное плавание	4		1	10		
29	Итого за 4-й семестр			8	64		Диф.зач
30	Всего за 2-й курс			16	128		
31	3-й курс						
32	Раздел 1. Спортивное совершенствование			4	40		
33	1.6. Спортивная тренировка	5		2	16		
34	1.7. Техническая подготовка	5		1	12		
35	1.8. Тактическая подготовка	5		1	12		
36	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			4	24		
37	2.1. Обучение водному поло	5		2	12		
38	2.2. Прикладное плавание	5		2	12		
39	Итого за 5-й семестр			8	64		
40	Раздел 1. Спортивное совершенствование			4	44		
41	1.6. Спортивная тренировка	6		2	26		
42	1.9. Интегральная подготовка	6		2	18		
43	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			4	20		
44	2.1. Обучение водному поло	6		4	20		
45	Итого за 6-й семестр			8	64		Диф.зач
46	Всего за 3-й курс			16	128		
47	4-й курс						
48	Раздел 1. Спортивное совершенствование			7	54		
49	1.6. Спортивная тренировка	7		2	12		
50	1.10. Общая физическая подготовка на суше	7		1	10		
51	1.11. Средства и методы развития силы	7		1	10		
52	1.12. Средства и методы развития выносливости	7		1	10		
53	1.17. Построение спортивной тренировки	7		2	12		
54	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			1	10		
55	2.7. Научно-исследовательская работа и УИРС	7		1	10		
56	Итого за 7-й семестр			8	64		
57	Раздел 1. Спортивное совершенствование			6	52		
58	1.6. Спортивная тренировка	8		2	12		
59	1.13. Средства и методы развития скоростных способностей	8		1	10		
60	1.14. Средства и методы развития гибкости	8		1	10		

61	1.15. Средства и методы развития координационных способностей	8		1	10		
62	1.16. Техничко-тактическая подготовленность ватерполиста	8		1	10		
63	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			2	12		
64	2.4. Проведение учебно-тренировочных занятий	8		2	12		
65	Итого за 8-й семестр			8	64		Диф.зач
66	Всего за 4-й курс			16	128		
67	5-й курс						
68	Раздел 1. Спортивное совершенствование			12	32		
69	1.6. Спортивная тренировка	9		6	16		
70	1.18. Особенности многолетней спортивной тренировки	9		6	16		
71	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			4	18		
72	2.6. Спортивный отбор на этапах многолетней подготовки	9		4	18		
73	Итого за 9-й семестр			16	50		
74	Раздел 1. Спортивное совершенствование			8	24		
75	1.6. Спортивная тренировка	10		4	12		
76	1.18. Особенности многолетней спортивной тренировки	10		4	12		
77	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			8	29		
78	2.5. Особенности различных форм занятий водным поло	10		2	10		
79	2.7. Научно-исследовательская работа и УИРС	10		4	10		
80	2.8. Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера-преподавателя	10		2	9		
81		10				9	Экзамен
82	Итого за 10-й семестр			16	53	9	
83	Всего за 5-й курс			32	103	9	
84	Всего по учебному плану			90	621	9	

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

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке.

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

1. Экзамен

Контрольные вопросы для проведения промежуточного контроля студентов I курса очного, II курса заочного обучения

1. Дайте характеристику следующим направлениям в водном поло: спортивное, зрелищное, кондиционное, оздоровительное и прикладное.
2. Расскажите об основных событиях текущего года в водном поло.
3. Расскажите о первых регулярных соревнованиях ватерполистов.
4. Как изменялась методика тренировки с начала XX века до наших дней?
5. Назовите сильнейших российских и советских ватерполистов и ватерполисток.
6. Когда была образована международная федерация плавания (FINA) и каковы были задачи ее деятельности?
7. Назовите олимпийских чемпионов по водному поло.
8. Перечислите ведущие мировые школы водного поло.
9. Назовите сильнейших ватерполистов мира.
10. Проанализируйте современное состояние водного поло в стране.
11. Назовите основные источники научно-методической информации по водному поло.
12. Перечислите основные направления и тенденции развития научных знаний в водном поло.
13. Что такое давление жидкости? Как оно изменяется с глубиной погружения?
14. Рассчитайте силу, с которой вода давит на тело человека при плавании.
15. Расскажите об особенностях реакции организма спортсмена в условиях погружения под воду.
16. Что такое выталкивающая сила?
17. Сформулируйте закон Архимеда.
18. Что такое плавучесть? Перечислите ее виды.
19. Изменяются ли выталкивающая сила и плавучесть при погружении на большие глубины?

20. Что такое плотность и удельный вес. Назовите плотность воды и основных тканей человеческого тела.
21. Как изменяется плотность воды при изменении ее температуры и солености?
22. Расскажите о равновесии тела в воде. Какие факторы влияют на него?
23. Сформулируйте понятия опорной реакции и гидродинамического сопротивления тела спортсмена в воде.
24. Какие причины (факторы) вызывают увеличение гидродинамического сопротивления продвижению спортсмена вперед в воде?
25. Какие факторы влияют на формирование индивидуального стиля ватерполиста?
26. Охарактеризуйте исходное положение при выполнении старта с воды при плавании ватерпольным кролем.
27. Охарактеризуйте исходное положение при выполнении старта с воды при плавании ватерпольным кролем на спине.
28. Опишите фазы движений спортсмена при плавании тредженом.
29. Сформулируйте основные требования к движениям при плавании тредженом.
30. Охарактеризуйте исходное положение при выполнении старта с воды при ведении мяча.
31. Опишите фазы движений ватерполиста при выполнении ведения мяча.
32. Сформулируйте основные требования к движениям при выполнении ведения мяча.
33. Охарактеризуйте основные ошибки, которые допускают спортсмены при выполнении старта с воды.
34. Охарактеризуйте исходное положение при выполнении старта из воды при плавании тредженом на спине.
35. Опишите фазы движений пловца при плавании тредженом на спине.
36. Сформулируйте основные требования к движениям при плавании тредженом на спине.

37. Охарактеризуйте основные ошибки, которые допускают спортсмены при плавании тредженом.
38. Охарактеризуйте основные ошибки, которые допускают спортсмены при выполнении приемов игрового плавания.
39. Охарактеризуйте основные ошибки, которые допускают спортсмены при плавании способами передвижения в водном поло.
40. Охарактеризуйте основные ошибки, которые допускают спортсмены при выполнении приемов техники владения мячом (броски маховым движением).
41. Техника безопасности при проведении занятий по водному поло.
42. Что может явиться причиной травматизма при занятиях водным поло?
43. Расскажите о технике плавания способом брасс на спине.
44. Расскажите о технике плавания способом на боку.
45. Перечислите мероприятия, предшествующие началу соревнования по водному поло.
46. Расскажите, как составляется положение о соревнованиях.
47. Опишите работу с документацией до, во время и после соревнований.
48. Как составляется расписание соревнований?
49. Как составляется именная заявка на участие в соревнованиях и кем она должна быть подписана?
50. Как составляется техническая заявка на участие в соревнованиях и кем она должна быть подписана?
51. Как оформляется карточка участника соревнований?
52. Что должно быть отражено в отчете судейской коллегии о проведении соревнований?
53. Дайте классификацию техники водного поло.
54. Опишите фазы движений спортсмена при плавании кролем на груди и на спине.
55. Сформулируйте основные требования к движениям при плавании кролем на груди и на спине.

56. Проанализируйте положение тела и технику движений ногами спортсмена при плавании кролем на груди и на спине.
57. Проанализируйте технику движений руками и согласование движений рук с дыханием при плавании кролем на груди и на спине.
58. Какое согласование движений рук и ног используется при плавании кролем на груди и на спине?
59. Проанализируйте технику движений ногами при плавании способом брасс и баттерфляй.
60. Расскажите о технике движений руками и согласовании движений рук с дыханием при плавании способом брасс и баттерфляй.
61. Дайте характеристику общему согласованию движений рук, ног и дыхания при плавании способом брасс и баттерфляй.
62. Охарактеризуйте основные ошибки, которые допускают спортсмены при плавании способом брасс и баттерфляй.
63. Расскажите о технике прикладных способов плавания.
64. Какие способы ныряния используются при хорошей и плохой видимости под водой?
65. Приемы восстановления кровообращения и сознания.
66. Классификация происшествий на воде.
67. Спасательные средства и их применение.
68. Техника и методика обучения плаванию на боку, брассом на спине.
69. Непрямой массаж сердца.
70. Действия при возникновении судорог при плавании.
71. Факторы, лимитирующие длительность пребывания человека в воде.
72. Плавание в ночное время.
73. Плавание в одежде и раздевание в воде.
74. Плавание при сильной волне, сильном течении, водоворотах.
75. Плавание в водорослях.
76. Плавание в воде, покрытой горящим веществом.
77. Действия человека, провалившегося под лед.

78. Назовите основные документы, которые составляются до соревнования.
79. Сколько судей входит в состав судейской коллегии матча на соревнованиях, как эти судьи называются?
80. Опишите основные обязанности делегата, главного судьи и главного секретаря соревнований.
81. Опишите основные обязанности членов судейской коллегии.
82. Как (по какой системе) оценивается качество судейства ватерпольного матча?
83. Перечислите нарушения правил соревнований, за которые спортсмен может быть дисквалифицирован.
84. Расскажите о работе с секундомером и с электронной системой на соревнованиях.
85. Перечислите состав судейской коллегии матча.
86. Что должно быть отражено в отчете судейской коллегии о проведении соревнований?
87. Какие условные жесты и сигналы применяют ватерпольные арбитры?
88. Перечислите нарушения правил соревнований, за которые спортсмен может быть дисквалифицирован.
89. Расскажите о тактике водного поло и приведите ее классификацию.
90. Опишите методику начального обучения в водном поло.
91. Охарактеризуйте основы обучения тактике в водном поло.

Контрольные вопросы для проведения промежуточного контроля студентов II курса очного, I II курса заочного обучения

1. Перечислите основные методы обучения.
2. Перечислите основные средства обучения.
3. Опишите особенности проведения занятий по обучению технике водного поло.
4. Опишите особенности проведения занятий по обучению технике водного поло с занимающимися, не владеющими навыком плавания.

5. Опишите особенности проведения занятий по обучению технике водного поло с занимающимися владеющими навыком плавания.
6. Опишите особенности проведения занятий по обучению технике водного поло в бассейнах «с мелким местом».
7. Опишите особенности проведения занятий по обучению технике водного поло в бассейне «без мелкого места».
8. Опишите особенности проведения занятий по обучению технике спортивных способов плавания.
9. Опишите особенности проведения занятий по обучению технике способов передвижения ватерполистов.
10. Опишите особенности проведения занятий по обучению технике специальных приемов игрового плавания в водном поло.
11. Опишите особенности проведения занятий по обучению технике владения мячом в водном поло.
12. Приведите последовательность освоения приемов техники водного поло.
13. Дайте определение понятия «тактика водного поло».
14. Опишите основные понятия тактики спортивных игр.
15. Классификация тактики водного поло.
16. Определите понятие стратегии в водном поло.
17. Классификация индивидуальной тактики наступления.
18. Классификация индивидуальной тактики обороны.
19. Классификация групповой тактики наступления.
20. Классификация групповой тактики обороны.
21. Классификация командной тактики наступления.
22. Классификация командной тактики обороны.
23. Опишите индивидуальные тактические действия в обороне.
24. Опишите индивидуальные тактические действия в наступлении.
25. Опишите групповые тактические взаимодействия в обороне.
26. Опишите групповые тактические взаимодействия в наступлении.
27. Назовите основные системы командной тактики обороны.

28. Назовите основные системы командной тактики наступления.
29. Какое значение имеет подготовка в зале при начальном обучении в водном поло?
30. Назовите основные схемы расстановки игроков атакующей команды при реализации численного превосходства.
31. Назовите основные схемы расстановки игроков обороняющейся команды при реализации численного превосходства.
32. Назовите характерные черты современной тактики водного поло.
33. Опишите требования, предъявляемые к атакам с созданием численного превосходства над обороняющимися.
34. Приведите схему расстановки игроков при реализации контратакующих групповых взаимодействий (по заданию преподавателя).
35. Приведите исходную схему расстановки игроков обороняющейся команды при применении зонной системы командной тактики (по заданию преподавателя).
36. Методика обучения технике плавания ватерпольным кролем на груди.
37. Методика обучения технике плавания ватерпольным кролем на спине.
38. Методика обучения технике плавания на боку.
39. Организация занятий по обучению технике водного поло.
40. Методика обучения технике плавания тредженом на груди.
41. Методика обучения технике плавания тредженом на спине.
42. Расскажите о влиянии систематических занятий плаванием на организм ребенка дошкольного возраста.
43. Назовите задачи обучения плаванию детей младшего, среднего и старшего дошкольного возраста.
44. Методика обучения технике специальных приемов игрового плавания.
45. Каковы особенности дыхания при занятиях плаванием?
46. Расскажите о влиянии занятий плаванием и водным поло на опорно-двигательный аппарат ребенка.

47. Назовите основные педагогические принципы, используемые при обучении плаванию и водному поло.
48. Раскройте содержание педагогического принципа доступности.
49. В чем заключается принцип индивидуализации?
50. Назовите основные методы, которые используются при обучении плаванию и водному поло.
51. Раскройте содержание практических методов обучения.
52. Каково значение наглядных методов обучения при работе с детьми школьного возраста?
53. На каком этапе обучения плаванию и водному поло используется метод разучивания по частям?
54. В чем сущность метода разучивания в целом при обучении плаванию?
55. Методика обучения приемам техники владения мячом.

Контрольные вопросы для проведения промежуточного контроля студентов III курса очного, IV курса заочного обучения

1. Назовите цели и основные задачи спортивной подготовки.
2. Перечислите основные средства и методы спортивной тренировки.
3. Раскройте педагогические принципы тренировки ватерполиста.
4. Раскройте содержание биологических принципов тренировки.
5. Опишите закономерности адаптации в процессе занятий физическими упражнениями.
6. Расскажите о взаимодействии тренировочных эффектов.
7. Опишите стадии развития спортивной формы.
8. Расскажите о прогнозировании спортивных результатов.
9. Расскажите о моделировании соревновательной деятельности.
10. Раскройте содержание этапного, текущего и оперативного контроля в подготовке ватерполистов.
11. Опишите тесты, направленные на оценку различных сторон подготовленности ватерполистов (по заданию преподавателя)

12. Перечислите факторы, определяющие уровень специальной работоспособности ватерполистов.
13. Охарактеризуйте энергетические возможности организма спортсмена в водном поло.
14. Каково соотношение аэробных и анаэробных процессов энергообеспечения в соревновательной деятельности в водном поло.
15. Как применяется переменный дистанционный метод тренировки при развитии аэробного компонента выносливости ватерполистов?
16. Как применяется интервальный метод тренировки при развитии аэробного компонента выносливости ватерполистов?
17. Раскройте содержание метаболического фактора, обуславливающего уровень развития выносливости игрока.
18. Раскройте содержание регуляторного фактора, обуславливающего уровень развития выносливости игрока.
19. От каких параметров тренировочных нагрузок зависит характер их влияния на организм спортсменов?
20. Как определить уровень развития максимальной и взрывной силы?
21. Какие методы регистрации на суше и в воде используются для определения силовой выносливости ватерполистов?
22. Какие упражнения используются для сопряженного развития специальной силы и технического совершенствования ватерполистов?
23. Какие факторы являются ведущими в проявлении максимальной, взрывной силы и силовой выносливости ватерполистов?
24. Какова схема распределения тренировочных нагрузок различной направленности в макроцикле подготовки ватерпольных команд?
25. Расскажите о методике развития способности к быстрому началу движения и методике повышения скорости выполнения одиночного движения. Какие средства для развития этих способностей могут применяться в тренировке ватерполистов?

26. Расскажите о методике повышения темпа движений и сопряженного совершенствования скоростных способностей и техники специальных приемов игрового плавания ватерполистов.
27. Дайте определение и краткую характеристику гибкости и подвижности в суставах.
28. Объясните взаимосвязь между рациональной техникой и уровнем гибкости и подвижности в суставах.
29. Приведите примеры упражнений, которые используются в водном поло для контроля за уровнем развития гибкости и подвижности в суставах.
30. Какие основные упражнения являются средствами развития гибкости и подвижности в суставах в тренировке ватерполистов?
31. Какие особенности строения опорно-двигательного аппарата нужно учитывать при развитии гибкости?
32. Дайте определение и краткую характеристику активной и пассивной гибкости.
33. В чем заключаются особенности методики развития гибкости и подвижности в суставах?
34. Что такое «скоростной барьер»? Какие методы и средства могут применяться для его преодоления у ватерполистов?
35. Объясните причины возникновения травм, какова профилактика травматизма на занятиях по развитию гибкости и подвижности в суставах.
36. Что такое эффективность техники, как ее можно определить?
37. Что такое экономичность техники, как ее можно определить?
38. Какие основные тактические комбинации применяются командами при построении атакующих комбинаций по преодолению зонной обороны соперника.
39. Опишите взаимосвязь тактической подготовленности с другими видами подготовленности.
40. Опишите, как происходит формирование мотивов к успешной спортивной деятельности.

41. Назовите основные виды мотивов.
42. Опишите, как происходит формирование установок и благоприятных отношений для спортивной тренировки.
43. Раскройте содержание психологической подготовки к соревнованиям.
44. Перечислите способы формирования «спокойной боевой уверенности».
45. Что такое методика научных исследований в спорте?
46. Какие методы научных исследований применяются в водном поло? Раскройте суть каждого из них.

**Контрольные вопросы для промежуточной аттестации
студентов IV курса очного, V курса заочного обучения**

1. Назовите этапы многолетней тренировки ватерполистов и перечислите их цели и задачи подготовки.
2. Расскажите о возрастной периодизации развития детей и подростков, приведите возрастные границы этапов.
3. Дайте определение понятиям биологического и паспортного возраста, объясните различие между ними.
4. Расскажите о пубертатном периоде.
5. Назовите и охарактеризуйте стадии пубертатного периода.
6. Приведите основные типы тренировочных мезоциклов и охарактеризуйте особенности их построения на базовом этапе многолетней тренировки.
7. Приведите основные типы тренировочных мезоциклов и охарактеризуйте особенности их построения на этапе углубленной специализации на этапе многолетней подготовки.
8. Расскажите о динамике объема и направленности тренировочных нагрузок в микроциклах различных типов.
9. Каковы закономерности возрастных изменений основных параметров соревновательной деятельности?

10. В чем заключаются основные различия в методике развития выносливости различных возрастных группах?
11. Расскажите о возрастной динамике показателей выносливости и специальной работоспособности.
12. Приведите сроки сенситивных периодов для развития отдельных видов выносливости с учетом половых различий.
13. Обоснуйте изменения абсолютных и парциальных объемов тренировочных средств, направленных на развитие различных видов выносливости, происходящие на этапах многолетней тренировки.
14. Опишите возрастную динамику аэробных возможностей. Приведите сенситивные периоды в развитии аэробных способностей. Раскройте методы и средства развития аэробных способностей на различных этапах многолетней подготовки.
15. Как нужно планировать тренировочные нагрузки и корректировать их на различных стадиях пубертатного периода?
16. Каковы основные задачи скоростно-силовой подготовки на этапах начальной подготовки в учебно-тренировочных группах и в группах спортивного совершенствования?
17. Какие средства и методы используются для развития скоростно-силовых способностей ватерполистов на этапе начальной подготовки?
18. Какие средства и методы используются для развития скоростно-силовых способностей ватерполистов на этапе базовой подготовки?
19. Какие средства и методы используются для развития скоростно-силовых способностей ватерполистов на этапе углубленной специализации?
20. Какие средства и методы используются для развития скоростно-силовых способностей ватерполистов на этапе спортивного совершенствования?
21. Какие методы регистрации уровня скоростно-силовой подготовленности применяются для ее оценки на различных этапах многолетней тренировки?

22. Какие основные правила необходимо соблюдать для профилактики травм у юных спортсменов при организации и проведении занятий силовой направленности?
23. Каково соотношение объема тренировочной работы общей и специальной силовой направленности на этапах многолетней подготовки юных ватерполистов?
24. Какие тренажеры и устройства применяются для силовой подготовки юных спортсменов?
25. Приведите возрастные границы сенситивного периода для развития гибкости для спортсменов разного пола.
26. Какие методы измерения подвижности в суставах применяются на различных этапах многолетней тренировки?
27. Назовите факторы, обуславливающие способности к водному поло.
28. Расскажите о критериях, определяющих уровень спортивных достижений на различных этапах многолетней подготовки.
29. Как, и на основе контроля за какими показателями осуществляется прогнозирование индивидуального развития и спортивной перспективности юных ватерполистов?
30. Как осуществляется оценка перспективности юных ватерполистов?
31. Раскройте понятие о стабильности показателей отбора с точки зрения надежности многолетнего прогноза.
32. Назовите ведущие, с точки зрения перспективности, показатели на каждом этапе спортивного отбора.
33. Обоснуйте цель исследования (на примере собственной дипломной работы).
34. Сформулируйте гипотезу исследования.
35. В чем заключается новизна исследования?
36. В чем заключается практическая значимость исследования?
37. Назовите основные гигиенические требования, предъявляемые к спортивным бассейнам.

38. Как осуществляется эксплуатация очистных сооружений и контроль за качеством воды в бассейне?
39. Какое оборудование необходимо в бассейне для массового обучения плаванию?
40. Какое оборудование необходимо в бассейне для тренировки квалифицированных команд?
41. Какими параметрами должен обладать бассейн для водного поло в соответствии с требованиями FINA?
42. Опишите устройство ватерпольных ворот.
43. Опишите устройство поля для игры в водное поло.
44. Назовите оборудование, необходимое для работы восстановительного центра.
45. Перечислите оборудование, необходимое для научно-исследовательской работы по водному поло.
46. Что представляет собой методический кабинет бассейна?
47. Перечислите основные задачи воспитательной работы с юными ватерполистами.
48. Какие меры следует применять для воспитания у детей гражданственности и патриотизма, высоких моральных качеств, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия?
49. Опишите основные методические приемы, направленные на формирование личности юного спортсмена и мотивации к многолетней напряженной тренировке.
50. Какие приемы применяются для становления спортивного коллектива, развития духа спортивной борьбы, взаимопомощи и сотрудничества?
51. Расскажите о контроле и самоконтроле за состоянием здоровья и уровнем подготовленности занимающихся.

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

а) Основная литература:

1. Бомпа, Т.О. Периодизация спортивной тренировки / Т. О. Бомпа, К. Буццичели. – М.: Спорт, 2016. – 384 с.
2. Булгакова, Н.Ж. Игры на воде для обучения и развлечения : метод. рекомендации / Н.Ж. Булгакова ; Всерос. федерация плавания. - М.: спорт, 2016. - 68 с.
3. Никитушкин В.Г. Комплексный контроль в подготовке юных спортсменов : монография / В.Г. Никитушкин. - М.: Физ. культура, 2013. - 198 с.
4. Плавание : учеб. для студентов, обучающихся по дисциплине "Плавание" по направлению подгот. 49.03.01 : профиль подгот. "Спортив. подгот." : рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВО "РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК)" / под общ. ред. Н.Ж. Булгаковой ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма. - М.: ИНФРА-М, 2017. - 289 с.
5. Платонов, В.Н. Периодизация спортивной тренировки : Общ. теория и ее практ. применение / В.Н. Платонов. - Киев: Олимп. лит., [2014]. - 623 с.
6. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте : общ. теория и ее практ. приложения : [учеб. для [тренеров]] : В 2 кн. / В.Н. Платонов. - Киев: Олимп. лит., 2015.
7. Фролов С.Н. Методика начального обучения технике водного поло/ С.Н.Фролов., Н.А. Чистова//Учебное пособие для студентов ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», обучающихся по направлению 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Спортивная подготовка». –М.:РГУФКСМиТ. – 2016. – 119 с.
8. Фролов С.Н. Методики обучения технике водного поло/ С.Н.Фролов., Н.А. Чистова// Курс лекций по ТиМ избранного вида спорта (водное поло) для студентов ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», обучающихся по направлению 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Спортивная подготовка» – М.:РГУФКСМиТ. – 2017. – 62 с.

9. Фролов С.Н. Этап начальной подготовки юных ватерполистов /методические рекомендации/ для студентов, обучающихся по направлению 49.03.01 «Физическая культура». –М.:РГУФКСМиТ. – 2016. – 82 с.
10. Фролов С.Н.Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта «Водное поло» /С.Н.Фролов., О.И.Попов., Н.А.Чистова// - М.: ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва», 2016. - 240 с.

б) дополнительная литература

1. Айрапетьянц Л.Р. Спортивные игры. Техника, тактика, тренировка / Л.Р. Айрапетьянц, М.А. Годик. – Ташкент: изд-во Ибш Сины, 1991.
2. Боген М.М. Обучение двигательным действиям / М.М. Боген. - М.: ФиС., 1985. -195 с.
3. Бриль М. С. Отбор в спортивных играх / М. С. Бриль. - М.: ФиС, 1980.
4. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса / Ю.В. Верхошанский. - М.: ФиС, 1985. - 176 с.
5. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса / Ю.В. Верхошанский. - М.: ФиС, 1985. - 176 с.
6. Водное поло: Правила соревнований / Гос. ком. СССР по физ. культуре и спорту. Упр. плавания. Федерация вод. поло СССР. - М.: ФиС, 1988. - 31 с.: ил.
7. Водное поло: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮСШОР и ШВСМ. – М.: Советский спорт, 2005. – 184 с.
8. Водные виды спорта: Учебник для студентов ВУЗов / Н.Ж.Булгакова, М.Н.Максимова, М.Н.Маринич и др.// Под ред. Н.Ж.Булгаковой. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. - 320 с.
9. Волков Н.И. Закономерности биохимической адаптации в процессе спортивной тренировки /Н.И. Волков // Учебное пособие для слушателей ВШТ ГЦОЛИФКа. – М., ГЦОЛИФК, 1986.- 63 с.
10. Воронцов А.Р. Многолетняя подготовка юных пловцов / А.Р. Воронцов // Материалы Всероссийской научно-практической конференции

- «Актуальные проблемы подготовки квалифицированных пловцов». – М., 2011, – С. 21-35.
11. Вржесневский И.В. Водное поло / И.В. Вржесневский, П.В. Сахновский. – М.: ФиС, 1961. - 168 с.
 12. Гавердовский Ю.К. Обучение спортивным упражнениям : Биомеханика. Методология. Дидактика / Ю.К. Гавердовский. - М.: ФиС, 2007. - 911 с.: ил.
 13. Гильд А. П. Тренировка ватерполиста / А. П. Гильд, Б. А. Гойхман, Ф. М. Талышев. - М.: ФиС, 1966. – 168 с.
 14. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок / М.А. Годик. - М.: ФиС, 1980. - 136 с.
 15. Гордон С.М. Спортивная тренировка / С.М. Гордон. // науч.-метод. пособие - М.: Физ. культура, 2008. - 250 с.
 16. Гузман, Р. Плавание : упражнения для обучения и совершенствования техники всех стилей / Рубен Гузман ; [пер. с англ. В.М. Боженков] ; предисл. Пабло Моралеса ; [пер. с англ. В.М. Боженков]. - Минск: Попурри, [2013]. - 288 с.
 17. Гуревич И.А. Круговая тренировка при развитии физических качеств / И.А. Гуревич. - Минск.: Высшая школа, 1985.
 18. Железняк Ю.Д. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения / Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений // Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов. – М.: Академия, 2004. – 517 с.
 19. Зацюрский В.М. Физические качества спортсмена : основы теории и методики воспитания / В.М. Зацюрский. - [3-е изд.]. - М.: Сов. спорт, 2009. - 199 с.: ил.
 20. Капотов П.П. Техника и тактика водного поло / П.П. Капотов. - М.: Воениздат, 1963. - 80 с.
 21. Кашкин А.А., Фролов С.Н. Планирование плавательной подготовки в годичных циклах на этапах многолетней тренировки в ДЮСШ и СДЮШОР по водному поло / А.А. Кашкин, С.Н. Фролов // Метод. пособие. – ООО «КИНЕФ». – 2007 . – 132 с.

22. Кистяковский А. Ю. Судейство соревнований по водному поло / А. Ю. Кистяковский. - М.: ФиС, 1979.- 96 с.
23. Куликов Л.М. Управление спортивной тренировкой: системность, адаптация, здоровье / Л.М. Куликов //Урал. гос. акад. физ. культ. - М.: ФОН, 1995. - 394 с.: табл.
24. Ланда Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности / Б.Х. Ланда - М.: Советский спорт, 2004. - 207 с.
25. Лафлин Т. Как рыба в воде : Эффективные техники плавания, доступные каждому - М.: Манн, Иванов и Фербер, 2012. - 216 с.
26. Люсеро, Б. Плавание: 100 лучших упражнений / Блайт Люсеро. - М.: Эксмо, 2010. - 279 с.
27. Малиновский Е.Е.. Анализ методики начального обучения технике владения мячом в водном поло. Выпускная квалификационная работа. – М.: РГУФКСМиТ, 2013.
28. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов/ Л.П. Матвеев // Уч.пособие для студентов и преподавателей вузов физического воспитания и спорта, тренеров. – Киев: Олимпийская литература,1999. - 319 с.
29. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев //Учебник для ин-тов физ. культуры. - М: ФиС, 1991. - 543 с.
30. Михайлов В.В. Водное поло / В.В. Михайлов, М.М. Рыжак. - М.: Физкультура и спорт, 1977. -96 с.
31. Морозов С.Н. Прикладное плавание: учеб. пособие / С.Н. Морозов, Е.А. Табакова // Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2008. - 96 с.: табл.
32. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под общ. ред. М.Я. Набатниковой. - М.: ФиС, 1982. - 280 с.
33. Особенности подготовки спортсменов высокой квалификации : сб. информ. материалов / М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос.

- учреждение "Центр спортив. подгот. сборных команд России". - М.: ТВТ Дивизион, 2010. - 93 с.
34. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование : учеб.пособие / под. ред. Ю.Д. Железняка. - М.: АCADEMIA, 2005. - 378 с.
 35. Плавание / Под ред. Платонова В.Н. - Киев: Олимп. лит., 2000. - 495 с.: ил.
 36. Плавание. Учебник для институтов физической культуры /Под ред. Н. Ж. Булгаковой. - М.: ФиС, 1984. - 288 с.
 37. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов //Учебник для студентов вузов физического воспитания и спорта. - Киев.: Олимпийская литература, 1997. - 583 с.: ил..
 38. Поджукевич В.П. Водное поло / В.П. Поджукевич, А.А. Ваньков // Наглядное пособие по технике игры, - М.: ФиС,1954. -48 с.
 39. Райки Бела. Водное поло / Бела Райки // Под редакцией А.Ю. Кистяковского. - Будапешт: Корвина, 1960. – 128 с.
 40. Рыжак М.М. Водное поло / М.М. Рыжак. - М.: Физкультура и спорт,1977. - 95 с.
 41. Сахновский П.В. Водное поло / Учебное пособие для школ тренеров и техникумов физкультуры / П.В. Сахновский, И.В. Вржесневский. – М.: Физкультура и спорт., 1961. -28 с.
 42. Семенов Л.А. Определение спортивной пригодности детей и подростков. Биологические и психолого-педагогические аспекты / Л.А. Семенов // Учебно-методическое пособие. - М.: Советский спорт., 2005. -142 с.
 43. Современная система спортивной подготовки / ред. Суслов Ф.П. [и др.]. - М.: [СААМ], 1995. - 446 с.: ил.
 44. Спортивное плавание. Учебник для вузов физической культуры /Под ред. проф. Н.Ж. Булгаковой. - М.: ФОН, 1996. - 429 с.: ил.
 45. Сременная система спортивной подготовки / Под ред. Суслов Ф.П. [и др.]. - М.: [СААМ], 1995. - 446 с.: ил.
 46. Суслов Ф.П. Терминология спорта / Ф.П. Суслов, Д.А. Тышлер //Толковый словарь спортивных терминов. - М.: «СпортАкадемПресс», 2001. - 479 с.

47. Тимакова Т.С. Многолетняя подготовка пловца и ее индивидуализация (биологический аспект) / Т.С. Тимакова. - М.: ФиС - 144 с.
48. Федосов В.Г. Экспериментально-педагогическое исследование формирования двигательных навыков в водном поло /В.Г. Федосов. Автореферат кандидатской диссертации, 1964.
49. Физическое воспитание. Программа для общеобразовательной школы. - М.: «Просвещение», 1978.
50. Филин В. П. Основы юношеского спорта / Филин В.П., Фомин Н.А. - М.: ФиС, 1980. – 255 с.: табл.
51. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта : учеб. пособие для ин-тов и техникумов физ. культуры : доп. Гос. ком. СССР по физ. культуре и спорту / В.П. Филин. - М.: ФиС, 1987. - 128 с.
52. Фомин Н. А. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Н. А. Фомин // Под общей ред. проф. М. Я. Набатниковой. - М., ФиС, 1982. – 280 с.: ил.
53. Фролов С.Н. Водное поло. Примерные программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / С.Н. Фролов, О.И Попов., Н.А. Чистова, - М.: Советский спорт., 2005. - 182 с.
54. Фролов С.Н. Методика начального обучения технике владения мячом в водном поло / С.Н. Фролов // Метод.разработки. - М.: Альянс-Н, 1996. - 60 с.
55. Фролов С.Н. Методики начального обучения технике водного поло/ С.Н.Фролов., Н.А. Чистова// Курс лекций по ТИМ избранного вида спорта (водное поло) для студентов ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», обучающихся по направлению 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Спортивная подготовка» –М.:РГУФКСМиТ. – 2017. – 62 с.
56. Фролов С.Н. Проблемы методики начального обучения юных ватерполистов технике спортивных способов плавания /С.Н.Фролов, Н.А.Чистова // Детский тренер.– 2015. – №4. - С. 46-58.

57. Фролов С.Н. Современные тенденции применения обучающих технологий при освоении арсенала технических действий в водном поло /С.Н.Фролов, Н.А.Чистова // Актуальные проблемы социально-гуманитарных знаний. Сборник статей. – М.: Издательство «Перо»; Красково: «Гуманитарно-социальный университет», 2016. – С.142-150.
58. Фролов С.Н.. Прикладная направленность водного поло/С.Н.Фролов., Н.А.Чистова// Материалы Междунар. научно-практ.конф. «Спортивно-массовая работа и студенческий спорт: возможности и перспективы». - СПб.: ФГБОУВО «СПбГУПТД», 2016. - С.122-129.
59. Чернов В.Н. Контрольные тесты показателей технической и специальной плавательной подготовленности ватерполистов в процессе многолетней тренировки / В.Н. Чернов, С.В. Голомазов, М.И. Кочубей // Мет.реком. для студентов и слушателей факультета усовершенствования ГЦОЛИФКа. -- Львов.: Львов. полигр.техникум, 1988. - 27 с.
60. Чернов В.Н. Особенности подготовки спортсменов-ватерполистов в учебно-тренировочных группах ДЮСШ / В.Н. Чернов, О.П. Топышев, М.И. Кочубей // Мет.разработка для студ. ГЦОЛИФКа. – Львов.: Львов. полигр.техникум, 1988. - 35 с.
61. Шагаев Э.М. Методика совершенствования временных характеристик технико-тактических действий у юных ватерполистов: Автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.04 / Э.М. Шагаев, [Узбекский гос. инст. физ. культ.]. – Ташкент, 1990.
62. Шварц В.Б. Медико-биологические аспекты спортивной ориентации и отбора / В.Б. Шварц, С.В. Хрущев. - М.: ФиС, 1984. – 151 с.
63. Штеллер И.П. Водное поло / И.П. Штеллер // Учебник для институтов физ. Культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1981. -200 с.
64. Штеллер И.П. Наступление - тактика победы / И.П. Штеллер. - М: Физкультура и спорт, 1968. -140 с.
65. Штеллер И.П. Тактика водного поло / И.П. Штеллер. – М.: ФиС,1952. -135 с.

66. Штеллер, И.П. Исследование тактики нападения с созданием численного превосходства в советской школе водного поло : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Штеллер И.П.; ГЦОЛИФК. - М., 1964. - 21 с.

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

52. База данных олимпийской статистики <http://www.sports-reference.com>

53. Всемирные сайты водного поло <http://vizilabda.lap.hu/>

54. Официальный сайт FINA <http://www.fina.org/>

55. Официальный сайт Европейской федерации плавания LEN – <http://www.lenweb.org/main.php>

56. Официальный сайт Федерации водного поло России – <http://www.waterpolo.ru/>

57. www.moswaterpolo.ru

58. www.waterdoworkld.com

59. www.sports123.com

60. www.omegatiming.com

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

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 - AdobeAcrobatDC.

5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru

2. Национальный цифровой ресурс «Рукоонт» ЭБС www.rucont.ru

Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1.Динамометрическая установка для определения силы тяги, развиваемой на суше и в воде.

2.Спидограф для определения изменений внутрицикловой скорости плавания.

3.Передвижная видеоустановка «Дельфин» для визуальной оценки подводной части гребковых движений в плавании.

4.Видеокамера для фиксации и оценки технико-тактических параметров игровой деятельности.

5.Бокс для подводной видеосъёмки техники.

6.«Биокинетик» - тренажер для оценки специальной работоспособности.

7.Антропометр.

8.Калипер (измеритель кожно-жировой прослойки).

9.Динамометр становой.

10.Тренажер Хьюттеля-Мертенса для развития и оценки уровня развития специфической силы и работоспособности.

11.Тренажер «Скайлинк» для развития специфических качеств пловца и коррекции техники движений в плавании.

12.Монитор сердечного ритма «Polar S 610», 10 штук.

13.Перекладина пристенная.

14.Видеокамера «Samsung 1400»

15.Многофункциональный тренажер для развития силы ведущих групп мышц.

16.Многофункциональная система регистрации времени «Colorado Spring».

17.Компьютеры: 3 ноутбука, 3 системных блока.

18.Видеопроектор «Acet»

19.Компьютерная программа обследования соревновательной деятельности «Профиль».

20.Макет ватерпольного поля.

21.Игровое оборудование и инвентарь для водного поло.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (Водное поло) для студентов института спорта и физического воспитания 1 курса, 4б группы направление подготовки «Физическая культура» профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной и заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1,2 семестры - очная форма обучения;

2,4 – заочная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: Дифференцированный зачет

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения	Максимальное кол-во баллов
1	Спортивная тренировка- ведение дневника спортсмена с фиксацией тренировочных нагрузок	<i>В течение семестра</i>	5
2	РГР – графики выступлений сборных команд по водному поло		5
3	Прикладное плавание		5
4	Выполнение нормативов		5
5	Участие в соревнованиях различных рангов		5
6	Анализ техники плавания		10
7	Анализ техники способов передвижения		10
8	Анализ техники специальных приемов игрового плавания		10
9	Анализ техники владения мячом		10
10	Анализ техники единоборств		5
11	Судейство 6 соревнований		10
12	Дифференцированный зачет		
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение нормативов	10
2	Прикладное плавание	10

3	РГР – графики выступлений сборных команд по водному поло	10
4	Доклад «Судейство соревнований по водному поло»	20
5	Анализ техники плавания и водного поло	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)».

– Также предусмотрены 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, завершающихся дифференцированным зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (Водное поло) для студентов института спорта и физического воспитания 2 курса, 4б группы направление подготовки «Физическая культура» профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной и заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3,4 семестры - очная форма обучения;

5,6 – заочная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения	Максимальное кол-во баллов
1	Спортивная тренировка		10
2	Прикладное плавание	<i>В течение семестра</i>	10
3	Техника водного поло		10
4	Судейство соревнований. Участие в соревнованиях		10
5	Тактика водного поло		10
6	Начальное обучение водному поло		10
7	РГР – графики выступлений сборных команд по водному поло		10
8	<i>Посещение занятий</i>		10
	<i>Дифференцированный зачет</i>		
	ИТОГО		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Написание реферата «Техника водного поло»	10
2	Написание реферата «Прикладное плавание»	10
3	Написание реферата «Методы самоконтроля спортсмена»	10
4	Написание реферата «Особенности обучения технике водного поло»	10
5	Написание реферата «Тактика водного поло»	10
6	Участие в соревнованиях различного уровня	10
7	Обучение плаванию и водному поло ГНП - 5 уроков	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)».

– Также предусмотрены 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, завершающихся дифференцированным зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (Водное поло) для студентов института спорта и физического воспитания 3 курса, 4б группы направление подготовки «Физическая культура» профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной и заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5,6 семестры - очная форма обучения;

7,8 – заочная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет

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	РГР «Особенности многолетней спортивной тренировки»	<i>В течение семестра</i>	10
2	РГР «Оценка технико-тактической подготовки ватерполиста»		10
3	Реферат «Средства и методы развития физических качеств ватерполистов»		10
4	Проведение тренировочных занятий (конспект)		10
5	Участие и судейство соревнований		30
6	<i>Посещение занятий</i>		10
7	Дифференцированный зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Написание реферата «Особенности многолетней спортивной тренировки»	20
2	РГР «Оценка технико-тактической подготовки ватерполиста»	15
3	Реферат «Средства и методы развития физических качеств ватерполистов»	15
4	Написание конспекта тренировочного занятия	15
5	Написание реферата «Организация и судейство соревнований»	15
6	Презентация «Многолетняя спортивная подготовка»	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)».

– Также предусмотрены 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, завершающихся дифференцированным зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (Водное поло) для студентов института спорта и физического воспитания 4 курса, 4б группы направление подготовки «Физическая культура» профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной и заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7,8 семестры - очная форма обучения;
9,10 – заочная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: *экзамен*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Реферат «Особенности многолетней спортивной тренировки»	В течение семестра	10
2	Реферат по теме «Спортивный отбор на этапах многолетней подготовки»		10
3	Доклад по теме «Спортивная тренировка»		10
4	Деловая игра: «Построение спортивной тренировки»		10
5	Доклад «Построение спортивной тренировки»		10
6	Реферат «Особенности различных форм занятий водным поло»		10
7	Доклад по теме «Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера-преподавателя»		10
8	<i>Посещение занятий</i>		10
	Экзамен		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
---	-------------------------------------	----------------------------

1	Опрос по теме «Особенности многолетней спортивной тренировки»	10
2	Доклад по теме «Спортивный отбор на этапах многолетней подготовки»	10
3	Реферат по теме «Спортивная тренировка»	10
4	Доклад по Научно-исследовательской работе и УИРС	10
5	Доклад по теме «Построение спортивной тренировки»	10
6	Сообщение на тему «Особенности различных форм занятий водным поло»	10
7	Доклад по теме «Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера-преподавателя»	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)».

– Также предусмотрены 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.

Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, 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 спортивного и синхронного плавания,
акваэробики, прыжков в воду и водного поло**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
«Б.1.В.ДВ.16 СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (ВОДНОЕ ПОЛО)»**

Направление подготовки: 49.03.01 «Физическая культура»

Профиль: «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2016

Москва – 2017

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц.

1.Семестры освоения дисциплины: 1-8 очная форма обучения, 2-10 заочная

Цель освоения дисциплины: Целью освоения учебной дисциплины является повысить уровень спортивной подготовленности и уровень индивидуальных профессиональных знаний студентов по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (Водное поло)», а так же развить умения и навыки необходимых тренеру – преподавателю и инструктору по водному поло и водных видов спорта, которые выпускник сможет успешно применять в своей дальнейшей научной, спортивной или педагогической деятельности в спортивных учреждениях на высоком методическом уровне.

2.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине наименование	Этап формирования компетенции		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-2	<i>Знать:</i> - основы дидактики; - основы теории и методики физической культуры; - медико-биологические и психологические особенности различных категорий занимающихся; - методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта; - требования образовательных стандартов.	3		5
	<i>Уметь:</i> - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры; - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов;	4		6
	<i>Владеть:</i> - навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых	4		6

	видов спорта.			
ОПК-3	<i>Знать:</i> основы теории физической культуры и теории спорта, особенности тренировочной и соревновательной деятельности в водном поло, основные положения стандарта по спортивной подготовке в водном поло	5		7
	<i>Уметь:</i> определять наиболее значимые аспекты подготовки в водном поло, осуществлять планирование тренировочных занятий в водном поло на основе положений теории и методики физической культуры и стандартов спортивной подготовки	6		8
	<i>Владеть:</i> навыками рационального построения и перспективного планирования тренировочного процесса и соревновательной деятельности в водном поло	8		10
ОПК-5	<i>Знать:</i> - средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений; - основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии; - основы спортивной метрологии.	5		7
	<i>Уметь:</i> осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.	6		8
	<i>Владеть:</i> навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев.	6		8
ОПК-8	<i>Знать:</i> - правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта; - документы планирования и проведения соревнований; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - обязанности организаторов и судей соревнования; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.	1		3
	<i>Уметь:</i> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.	2		4
	<i>Владеть:</i> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.	2		4
ПК-10	<i>Знать:</i> основы проведения спортивного отбора, эффективные методики определению антропометрических, физических и психических особенностей, возрастные и половые особенности	7		9

	<i>Уметь:</i> рационально подходить к выбору средств и методов отбора в водном поло, эффективно применять их в профессиональной деятельности, осуществлять спортивный отбор построенный на объективной и комплексной оценке исходных данных	7		9
	<i>Владеть:</i> навыками применения современных методик и подходов к проведению спортивного отбора в водном поло, проводить грамотную профориентацию на основе полученных данных	7		9
ПК-11	<i>Знать:</i> основы теории спорта, особенности планирования и структуры тренировочной и соревновательной в детско-юношеском спорте, основные положения стандарта по спортивной подготовке в водном поло	5		7
	<i>Уметь:</i> выбирать средства и методы подготовки в избранном виде спорта, эффективно осуществлять планирование тренировочного процесса при работе с данным контингентом, оценивать результаты профессиональной деятельности	6		8
	<i>Владеть:</i> навыками оперативной коррекции тренировочных планов, дифференцированного подхода к выбору средств и методов подготовки и составлению программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта	8		10
ПК-14	<i>Знать:</i> особенности тренировочной и соревновательной деятельности в водном поло, специфику выполнения основных двигательных действий в водном поло, лимитирующие факторы успешной реализации спортивной формы	1		3
	<i>Уметь:</i> применять в тренировочной и соревновательной деятельности новейшие технологии управления спортивной формой	2		4
	<i>Владеть:</i> навыками применения современных спортивных, оздоровительных, научных технологий для совершенствования уровня индивидуального спортивного мастерства	2		4
ПК-15	<i>Знать:</i> физиологию, психологию, биохимию, основные методики оценки состояния организма, средства и методы профилактики травматизма и перенапряжения, основные средства и методы восстановления в спорте	3		5
	<i>Уметь:</i> рационально подходить к выбору средств и методов тренировки, определять с помощью имеющихся средств текущее состояние, обоснованно вносить коррекцию в тренировочные планы	4		6
	<i>Владеть:</i> навыками оперативного и точного определения текущего состояния, построения перспективного плана подготовки	8		10

3.Краткое содержание дисциплины:

Общая трудоемкость дисциплины составляет **20 зачетных единиц, 720 академических часов**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	1-й курс						
2	Раздел 1. Спортивное совершенствование			20	60		
3	1.1. Техника спортивных способов плавания	1		4	20		
4	1.2. Техника способов передвижения	1		4	20		
5	1.6. Спортивная тренировка	1		12	20		
6	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			10	18		
7	2.3. Организация и проведение соревнований	1		10	18		
8	Итого за 1-й семестр			30	78		
9	Раздел 1. Спортивное совершенствование			18	55		
10	1.3. Техника специальных приемов игрового плавания	2		4	14		
11	1.4. Техника владения мячом	2		4	14		
12	1.5. Техника единоборств	2		4	14		
13	1.6. Спортивная тренировка	2		6	13		
14	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			12	32		
15	2.1. Обучение водному поло	2		6	16		
16	2.2. Прикладное плавание	2		6	16		
17		2				9	Диф.зач
18	Итого за 2-й семестр			30	87	9	
19	Всего за 1-й курс			60	165	9	
20	2-й курс						
21	Раздел 1. Спортивное совершенствование			14	7		
22	1.6. Спортивная тренировка	3		6	3		
23	1.7. Техническая подготовка	3		4	2		
24	1.8. Тактическая подготовка	3		4	2		
25	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			16	8		
26	2.1. Обучение водному поло	3		8	4		
27	2.2. Прикладное плавание	3		8	4		

28	Итого за 3-й семестр			30	15		
29	Раздел 1. Спортивное совершенствование			18	24		
30	1.6. Спортивная тренировка	4		14	12		
31	1.9. Интегральная подготовка	4		4	12		
32	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			12	18		
33	2.1. Обучение водному поло	4		12	18		
34		4				9	Диф.зач
35	Итого за 4-й семестр			30	42	9	
36	Всего за 2-й курс			60	57	9	
37	3-й курс						
38	Раздел 1. Спортивное совершенствование			26	4		
39	1.6. Спортивная тренировка	5		8			
40	1.10. Общая физическая подготовка на суше	5		4	1		
41	1.11. Средства и методы развития силы	5		4	1		
42	1.12. Средства и методы развития выносливости	5		4	1		
43	1.17. Построение спортивной тренировки	5		6	1		
44	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			4	2		
45	2.7. Научно-исследовательская работа и УИРС	5		4	2		
46	Итого за 5-й семестр			30	6		
47	Раздел 1. Спортивное совершенствование			22	5		
48	1.6. Спортивная тренировка	6		8	1		
49	1.13. Средства и методы развития скоростных способностей	6		4	1		
50	1.14. Средства и методы развития гибкости	6		4	1		
51	1.15. Средства и методы развития координационных способностей	6		2	1		
52	1.16. Техничко-тактическая подготовленность ватерполиста	6		4	1		
53	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			8	1		
54	2.4. Проведение учебно-тренировочных занятий	6		8	1		
55		6				9	Диф.зач
56	Итого за 6-й семестр			30	6	9	
57	Всего за 3-й курс			60	12	9	
58	4-й курс						
59	Раздел 1. Спортивное совершенствование			20	88		
60	1.6. Спортивная тренировка	7		10	44		
61	1.18. Особенности многолетней спортивной тренировки	7		10	44		
62	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			10	44		
63	2.6. Спортивный отбор на этапах многолетней подготовки	7		10	44		
64	Итого за 7-й семестр			30	132		
65	Раздел 1. Спортивное совершенствование			14	36		
66	1.6. Спортивная тренировка	8		8	18		
67	1.18. Особенности многолетней спортивной	8		6	18		

	тренировки						
68	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			16	42		
69	2.5. Особенности различных форм занятий водным поло	8		6	14		
70	2.7. Научно-исследовательская работа и УИРС	8		6	14		
71	2.8. Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера-преподавателя	8		4	14		
72		8				9	Экзамен
73	Итого за 8-й семестр			30	78	9	
74	Всего за 4-й курс			60	210	9	
75	Всего по учебному плану			240	444	36	

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	1-й курс						
2	Раздел 1. Спортивное совершенствование			2	34		
3	1.6. Спортивная тренировка	1		2	34		
4	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			2	32		
5	2.3. Организация и проведение соревнований	1		2	32		
6	Итого за 1-й семестр			4	66		
7	Раздел 1. Спортивное совершенствование			4	34		
8	1.6. Спортивная тренировка	2		4	34		
9	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			2	34		
10	2.3. Организация и проведение соревнований	2		2	34		
11	Итого за 2-й семестр			6	68		Диф.зач
12	Всего за 1-й курс			10	134		
13	2-й курс						
14	Раздел 1. Спортивное совершенствование			6	48		
15	1.1. Техника спортивных способов плавания	3		2	16		
16	1.2. Техника способов передвижения	3		2	16		
17	1.6. Спортивная тренировка	3		2	16		
18	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			2	16		
19	2.3. Организация и проведение соревнований	3		2	16		

20	Итого за 3-й семестр			8	64		
21	Раздел 1. Спортивное совершенствование			5	44		
22	1.3. Техника специальных приемов игрового плавания	4		1	10		
23	1.4. Техника владения мячом	4		1	10		
24	1.5. Техника единоборств	4		1	12		
25	1.6. Спортивная тренировка	4		2	12		
26	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			3	20		
27	2.1. Обучение водному поло	4		2	10		
28	2.2. Прикладное плавание	4		1	10		
29	Итого за 4-й семестр			8	64		Диф.зач
30	Всего за 2-й курс			16	128		
31	3-й курс						
32	Раздел 1. Спортивное совершенствование			4	40		
33	1.6. Спортивная тренировка	5		2	16		
34	1.7. Техническая подготовка	5		1	12		
35	1.8. Тактическая подготовка	5		1	12		
36	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			4	24		
37	2.1. Обучение водному поло	5		2	12		
38	2.2. Прикладное плавание	5		2	12		
39	Итого за 5-й семестр			8	64		
40	Раздел 1. Спортивное совершенствование			4	44		
41	1.6. Спортивная тренировка	6		2	26		
42	1.9. Интегральная подготовка	6		2	18		
43	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			4	20		
44	2.1. Обучение водному поло	6		4	20		
45	Итого за 6-й семестр			8	64		Диф.зач
46	Всего за 3-й курс			16	128		
47	4-й курс						
48	Раздел 1. Спортивное совершенствование			7	54		
49	1.6. Спортивная тренировка	7		2	12		
50	1.10. Общая физическая подготовка на суше	7		1	10		
51	1.11. Средства и методы развития силы	7		1	10		
52	1.12. Средства и методы развития выносливости	7		1	10		
53	1.17. Построение спортивной тренировки	7		2	12		
54	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			1	10		
55	2.7. Научно-исследовательская работа и УИРС	7		1	10		
56	Итого за 7-й семестр			8	64		
57	Раздел 1. Спортивное совершенствование			6	52		
58	1.6. Спортивная тренировка	8		2	12		
59	1.13. Средства и методы развития скоростных способностей	8		1	10		
60	1.14. Средства и методы развития гибкости	8		1	10		
61	1.15. Средства и методы развития координационных способностей	8		1	10		
62	1.16. Техничко-тактическая подготовленность	8		1	10		

	ватерполиста						
63	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			2	12		
64	2.4. Проведение учебно-тренировочных занятий	8		2	12		
65	Итого за 8-й семестр			8	64		Диф.зач
66	Всего за 4-й курс			16	128		
67	5-й курс						
68	Раздел 1. Спортивное совершенствование			12	32		
69	1.6. Спортивная тренировка	9		6	16		
70	1.18. Особенности многолетней спортивной тренировки	9		6	16		
71	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			4	18		
72	2.6. Спортивный отбор на этапах многолетней подготовки	9		4	18		
73	Итого за 9-й семестр			16	50		
74	Раздел 1. Спортивное совершенствование			8	24		
75	1.6. Спортивная тренировка	10		4	12		
76	1.18. Особенности многолетней спортивной тренировки	10		4	12		
77	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			8	29		
78	2.5. Особенности различных форм занятий водным поло	10		2	10		
79	2.7. Научно-исследовательская работа и УИРС	10		4	10		
80	2.8. Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера-преподавателя	10		2	9		
81		10				9	Экзамен
82	Итого за 10-й семестр			16	53	9	
83	Всего за 5-й курс			32	103	9	
84	Всего по учебному плану			90	621	9	

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра Теории и методики волейбола

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (волейбол)»
(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 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта
и физического воспитания
Протокол № 8 от «24» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ волейбола
Протокол № 1 от « 29 » августа 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ волейбола
Протокол № 1 от « 30 » августа 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ волейбола
Протокол № ___ от « ___ » _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ волейбола
Протокол № ___ от « ___ » _____ 20__ г.

Составитель:

Булыкина Лариса Владимировна – заведующий кафедрой ТиМ волейбола
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»

Белова Наталья Юрьевна – ст. преподаватель кафедры ТиМ волейбола ФГБОУ
ВО «РГУФКСМиТ»

Григорьев Виктор Анатольевич – ст. преподаватель кафедры ТиМ волейбола
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»

Ефимов Алексей Сергеевич – ст. преподаватель кафедры ТиМ волейбола
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»

Дворников Алексей Владимирович – преподаватель кафедры ТиМ волейбола
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»

Ананьин Александр Сергеевич – преподаватель кафедры ТиМ волейбола
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»

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

Рецензент:

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

1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (волейбол)» является:

- обеспечить готовность к практической реализации установленных программой дисциплины общекультурных и профессиональных компетенций;
- сформировать достаточный запас практических умений и навыков, обеспечивающих профессиональную подготовленность выпускника;
- сформировать компетенции на основе полученных знаний и практической готовности к самостоятельному, творческому решению воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли;
- обеспечить готовность к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленную на подготовку высококвалифицированных волейболистов;
- обеспечить готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы по волейболу для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения разных возрастных групп;
- владеть организационно-управленческими и финансово-хозяйственными компетенциями, методикой научных исследований, использованию информационных технологий в профессиональной деятельности;
- владеть способностями получения и использования в профессиональной деятельности достижений отечественных и зарубежных специалистов, побуждать к собственным инновационным разработкам, профессионально совершенствоваться в избранной физкультурно-спортивной деятельности.

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

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (волейбол)» относится к профессиональному циклу вариативной части основной образовательной программы (ООП) бакалавриата. Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра, обусловлено необходимостью формирования, совершенствования и развития профессиональных умений, навыков, развития физических и психических качеств студентов, необходимых для их будущей профессиональной деятельности.

Изучение данного курса тесно связано с изучением дисциплин медико-биологического (анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, спортивная медицина и др.) и психолого-педагогического (история, социология, педагогика, психология и др.) циклов.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соответствующих с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	наименование	
1	2	3
ОПК-2	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы дидактики; – основы теории и методики физической культуры; – медико-биологические и психологические особенности различных категорий занимающихся; – методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта; – требования образовательных стандартов. 	2
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры; – разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов. 	7
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта. 	8
ОПК-3	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – принципы и методы обучения в волейболе, пляжном волейболе. – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся в группах начальной подготовки; – требований стандартов спортивной подготовки в волейболе 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 волейболе с учетом особенностей занимающихся в группах начальной подготовки и требований образовательных стандартов по волейболу. 	7-8
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы теории и методики физической культуры и спорта; – принципы и методы обучения в волейболе, пляжном волейболе; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки волейболистов; – требования стандартов спортивной подготовки в волейболе к проведению занятий с данным контингентом. 	5
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения ди- 	9

	<p>дактики, теории и методики физической культуры и спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в волейболе с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов. 	
	<p>Знать:</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 волейболе. 	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 волейболе с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов. 	9
ОПК-5	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений; – основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии; – основы спортивной метрологии. 	1
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности. 	3
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев. 	5
ОПК-8	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – эволюцию правил соревнований по волейболу; – судейскую терминологию при проведении соревнований по волейболу, пляжному волейбол; – основные требования к оборудованию и личному инвентарю участников соревнований. 	1
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – правила соревнований по современному волейболу, пляжному волейболу; – 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>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – организовывать и проводить соревнования различного уровня; – осуществлять объективное судейство соревнований; – обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований 	
ПК-10	<p>Знать:</p>	7-8

	<p>–теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки;</p> <p>–методики отбора и спортивной ориентации в волейболе;</p> <p>–современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.</p> <p>Уметь:</p> <p>– эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе;</p> <p>– определять предрасположенность к занятиями определенными видами спорта;</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 волейболе.</p>	
ПК-11	<p>Знать:</p> <p>– теоретические основы программирования процесса обучения в волейболе.</p>	7-8
	<p>Уметь:</p> <p>– составлять обучающие программы по волейболу.</p>	9
	<p>Уметь:</p> <p>– составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по волейболу в соответствии с тренировочным этапом многолетней подготовки волейболистов.</p>	7-8
	<p>Уметь:</p> <p>– составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по волейболу в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства волейболистов.</p>	
ПК-14	<p>Знать:</p> <p>– основы теории и методики спортивной тренировки в волейболе;</p> <p>– средства и методы физической, технической и тактической подготовки в волейболе.</p>	2
	<p>Уметь:</p> <p>–совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий;</p> <p>–в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия.</p>	10
ПК-15	<p>Знать:</p> <p>– средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности;</p> <p>– эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.</p>	1
	<p>Уметь:</p> <p>–осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности;</p> <p>–сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности</p>	10

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

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 20 зачетных единиц, 720 академических часов.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
I курс	Всего:70 часов (2 зачетные единицы)	1		4	66		
1.1	Модуль 1 (1 зачетная единица – 34 часа) «Судейство, организация и проведение соревнований по волейболу»			2	32		
1.2	Модуль 2 (1 зачетная единица – 36 часов) «Самоконтроль и оценка процесса и результатов спортивной деятельности»			2	34		
I курс	Всего:74 часа (2 зачетные единицы)	2		6	68		Зачет
1.3	Модуль 3 (1 зачетная единица – 36 часов) «Учебные занятия по волейболу»			3	33		
1.4	Модуль 4 (1 зачетная единица – 38 часов) «Особенности проведения учебных занятий по волейболу»			3	35		
Всего за I курс: 144 часа (4 зачетные единицы)				10	134		
II курс	Всего:72 часа (2 зачетные единицы)	3		8	64		
2.1	Модуль 5 (1 зачетная единица – 36 часов) «Спортивная подготовка в во-			4	32		

	лейболе»						
2.2	Модуль 6 (1 зачетная единица – 36 часов) «Средства и методы физической подготовки в волейболе»			4	32		
II курс	Всего:72 часа (2 зачетные единицы)	4		8	64		Зачет
2.3	Модуль 7 (1 зачетная единица – 36 часов) «Средства и методы технической подготовки в волейболе»			4	32		
2.4	Модуль 8 (1 зачетная единица – 36 часов) «Средства и методы тактической подготовки в волейболе»			4	32		
Всего за II курс: 144 часа (4 зачетные единицы)				16	128		
III курс	Всего:72 часа (2 зачетные единицы)	5		8	64		
3.1	Модуль 9 (1 зачетная единица – 36 часов) «Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на различных этапах подготовки»			4	32		
3.2	Модуль 10 (1 зачетная единица – 36 часов) «Оценка физических способностей занимающихся»			4	32		
III курс	Всего:72 часа (2 зачетные единицы)	6		8	64		Зачет
3.3	Модуль 11 (1 зачетная единица – 36 часов) «Оценка функционального состояния занимающихся»			4	32		
3.4	Модуль 12 (1 зачетная единица – 36 часов) «Оценка техники выполнения физических упражнений»			4	32		
Всего за III курс: 144 часа (4 зачетные единицы)				16	128		
IV курс	Всего:144 часа (2 зачетные единицы)	7		8	64		
4.1	Модуль 13 (2 зачетные единицы – 72 часа)			8	64		

	«Система отбора и спортивной ориентации в волейболе»						
IV курс	Всего:144 часа (2 зачетные единицы)	8		8	64		Зачет
4.2	Модуль 14 (2 зачетные единицы – 72 часа) «Планирование в сфере детско-юношеского и массового спорта»			8	64		
Всего за IV курс: 144 часа (4 зачетные единицы)				16	128		
V курс	Всего:66 часов (2 зачетные единицы)	9		16	50		
5.1	Модуль 15 (1 зачетная единица – 36 часов) «Перспективные и оперативные планы в сфере детско-юношеского и массового спорта»			8	28		
5.2	Модуль 16 (1 зачетная единица – 30 часов) «Программы занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта»			8	22		
V курс	Всего:78 часов (2 зачетные единицы)	10		16	53	9	Экзамен
5.3	Модуль 17 (2 зачетные единицы – 78 часов) «Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в волейболе»			16	53	9	
Всего за V курс: 144 часов (4 зачетные единицы)				32	103	9	
Итого часов:				90	621	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):

5.2.1. Темы контрольных вопросов и задания для студентов I курса во 2 семестре:

1. Отправные понятия теории физической культуры: физическая культура, физическое развитие, физические качества, физическое воспитание, спорт.
2. Структура предмета, основные понятия и терминология специализации «Волейбол».
3. Морфологические особенности, функциональные возможности, психологические качества и свойства личности волейболиста.
4. Принципы и закономерности спортивной тренировки в базовых видах спорта.
5. Требования образовательных стандартов согласно примерной программе спортивной подготовки по виду спорта «Волейбол».
6. Средства и методы контроля процесса подготовки юных волейболистов.
7. Средства и методы контроля процесса подготовки волейболистов высших разрядов.
8. Техника игры в волейбол.
9. Этапы эволюции правил соревнований по волейболу.
10. Судейская терминология и жесты.
11. Современные правила соревнований по волейболу, пляжному волейболу.
12. Современные правила соревнований по волейболу, пляжному волейболу.
13. Особенности организации и проведения соревнований по волейболу.
14. Основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований
15. Особенности организации и проведения соревнований по волейболу на различных уровнях.
16. Материально-техническое обеспечение соревнований по волейболу.
17. Средства и методы физической подготовки в волейболе
18. Средства и методы технической подготовки в волейболе
19. Средства и методы тактической подготовки в волейболе
20. Средства и методы самоконтроля индивидуальной спортивной деятельности
21. Средства и методы оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности
22. Средства и методы индивидуальной спортивной подготовки в волейболе

5.2.2. Темы контрольных вопросов и задания для студентов II курса в 4 семестре:

23. Особенности системы контроля и разработки зачетных требований с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.
24. Система контроля и зачетные требования согласно примерной программе спортивной подготовки по виду спорта «Волейбол»
25. Разработка зачетных требований в командах высших разрядов

5.2.3. Темы контрольных вопросов и задания для студентов III курса в 6 семестре:

26. Основы обучения двигательным действиям в теории и методике физической культуры.
27. Этапы процесса технической подготовки волейболистов.
28. Требования к технической подготовленности на различных этапах согласно примерной программе спортивной подготовки по виду спорта «Волейбол»
29. Средства и методы направленного воздействия в процессе физического воспитания.
30. Средства и методы обучения технике игры в волейбол.
31. Принципы, регламентирующие деятельность в физическом воспитании.
32. Требования к тактической подготовленности на различных этапах согласно примерной программе спортивной подготовки по виду спорта «Волейбол»
33. Средства и методы обучения двигательным действиям.
34. Средства и методы обучения тактике игры в волейбол.
35. Возрастные особенности занимающихся на различных этапах подготовки.
36. Критерии оценки уровня физической подготовленности
37. Критерии оценки уровня технической подготовленности
38. Критерии оценки уровня тактической подготовленности

5.2.4. Темы контрольных вопросов и задания для студентов IV курса в 8 семестре:

39. Принципы, регламентирующие деятельность в физическом воспитании.
40. Практические примеры реализации принципов, регламентирующих деятельность в физическом воспитании.
41. Основные разделы учебных программ занятий по базовым видам спорта.
42. Этапы разработки учебных программ занятий по базовым видам спорта.
43. Особенности планирования тренировочной работы в спортивной школе.
44. Планирование спортивной тренировки и контроль процесса подготовки в командах высших разрядов.
45. Особенности подготовки сборных команд.
46. Принципы, регламентирующие деятельность в физическом воспитании.
47. Практические примеры реализации принципов, регламентирующих деятельность в физическом воспитании.
48. Особенности этапов разработки тренировочных и соревновательных программ спортивной подготовки в волейболе.
49. Этапы и организация отбора в ДЮСШ
50. Современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.
51. Особенности организации процесса сдачи зачетных требований и переводных нормативов в ДЮСШ
52. Анализ спортивной одаренности (способности) ребенка
53. Антропометрические, физические и психические особенности волейболистов на различных этапах подготовки.
54. Особенности планирования спортивной тренировки на различных этапах
55. План-схема годового цикла спортивной подготовки в волейболе
56. Планирование тренировочного макроцикла

57. Микроциклы подготовки

5.2.5. Темы контрольных вопросов и задания для студентов V курса в 10 семестре:

58. Принципы, регламентирующие деятельность в физическом воспитании.
59. Практические примеры реализации принципов, регламентирующих деятельность в физическом воспитании.
60. Особенности этапов разработки тренировочных и соревновательных программ спортивной подготовки в волейболе.
61. Этапы разработки тренировочных и соревновательных программ с учетом возрастных особенности занимающихся на различных этапах подготовки.
62. Практическая реализация принципов, регламентирующих деятельность в физическом воспитании.
63. Этапы разработки тренировочных и соревновательных программ с учетом возрастных особенности занимающихся на различных этапах подготовки.
64. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства
65. Особенности применения средств и методов самоконтроля индивидуальной спортивной деятельности
66. Особенности применения средств и методов оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности
67. Особенности сохранения уровня спортивной подготовленности в волейболе

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

а) Основная литература:

- 1) Беляев А.В. Волейбол на уроке физической культуры : [учеб.-метод. пособие] / А.В. Беляев. - 2-е изд. - М.: ФиС: СпортАкадемПресс, 2005. - 143 с.: ил.
- 2) Волейбол : [учеб. для студентов вузов физ. культуры] / под общ. ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. - 4-е изд. - М.: ТВТ Дивизион, 2009. - 359 с.: ил.
- 3) Волейбол : пример. прогр. для системы доп. образования детей: ДЮСШ, СДЮШОР / [разраб. Ю.Д. Железняк, А.В. Чачин, Ю.П. Сыромятников]. - М.: Сов. спорт, 2003. - 110 с.: табл.
- 4) Волейбол : пример. прогр. спортив. подгот. для детско-юнош. школ олимп. резерва : доп. Федер. агенством по физ. культуре и спорту / [разраб. Ю.Д. Железняк, А.В. Чачин, Ю.П. Сыромятников] ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту. - М.: Сов. спорт, 2007. - 110 с.: табл.
- 5) Волейбол: Учеб. для вузов / ред. Беляев А.В., Савин М.В. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 368 с.: ил
- 6) Волейбол : учеб. для студентов вузов, обучающихся по спец. 022300 - Физ. культура и спорт: Рек. умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / под. общ. ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: ФиС: СпортАкадемПресс, 2006. - 358 с.: ил.
- 7) Волейбол : этапы спорт. совершенствования и высш. спорт. мастерства : пример. прогр. спортив. подгот. для дет.-юнош. спортив. школ., специализир. дет.-юнош. шк. олимп. резерва : доп. Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту / [разраб. Ю.Д. Желез-

няк, А.В. Чачин] ; Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту. - М.: Сов. спорт, 2004. - 92 с.: табл

- 8) Волейбол. Пляжный волейбол : Правила соревнований / Гос. ком. РФ по физ. культуре, спорту и туризму, Всерос. Федерация волейбола. - М.: Терра-спорт, 2001. - 131 с.: ил.
- 9) Кунянский В.А. Волейбол : О судьях и судействе / Кунянский В.А.; ред. Савин М.В., Питерцев Ю.В. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 180 с.: табл.
- 10) Лепешкин В.А. Волейбол в школе : Обучение тактике игры / В.А. Лепешкин. - М.: Чистые пруды, 2007. - 32 с.: ил.
- 11) Фурманов А.Г. Волейбол : [учеб. пособие] / А.Г. Волейбол. - Минск: Современ. шк., 2009. - 227 с.: ил.

б)Дополнительная литература:

- 1) Виера Б. Волейбол: Шаги к успеху / Барбара Л. Виера, Бонни Джилл Фергюсон. - М.: АСТ: Астрель, 2004. - 161 с.: таб., фот.
- 2) Волейбол высшего уровня / Всерос. федерация волейбола. - М.: Олимпия: Человек, 2007. - 31 с.: ил
- 3) Волейбол, гандбол, баскетбол : Организация и проведение соревнований по упрощенным правилам: [учеб. пособие] / В.Ф. Мишенькина [и др.] ; Гос. ком-т РФ по физ. культуре и спорту, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2004. - 115 с.: ил
- 4) Железняк Ю.Д. Волейбол. Методическое пособие по обучению игре / Ю.Д. Железняк, В.А.Кунянский, А.В. Чачин. - М.: Терра-спорт: Олимпия Press, 2005. - 112 с.: ил.
- 5) Клещев Ю. Волейбол / Ю. Клещев. - М.: ФиС, 2005. - 399 с.: ил.
- 6) Клещев Ю.Н. Волейбол. Подготовка команды к соревнованиям : [учеб. пособие] / Клещев Ю.Н. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 189 с.: рис.
- 7) Козырева Л.В. Волейбол / Л.В. Козырева. - М.: ФКиС, 2003. - 168 с.: ил.
- 8) Кунянский В.А. Волейбол : практикум для судей / В.А. Кунянский. - М.: ТВТ Дивизион, 2004. - 177 с.: ил.
- 9) Рыцарев В.В. Волейбол : попытка причин. истолкования приемов игры и процесса подгот. волейболистов / В.В. Рыцарев. - Изд. 2-е, перераб. и доп. - М.: ФиС, 2009. - 399 с.: ил.
- 10) Рыцарев В.В. Волейбол: попытка причинного истолкования приемов игры и процесса подготовки волейболистов / В.В. Рыцарев. - М.: [б. и.], 2005. - 381 с.: табл.
- 11) Титова Т.М. Волейбол: Развитие физ. качеств и двигат. Навыков

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

- 1) <http://www.volley.ru> *официальный сайт ВФВ*
- 2) <http://www.sportbox.ru> – *официальный сайт спортивных телеканалов ВГТРК.*
- 3) <http://www.ntvplus.ru> – *официальный сайт телекомпании НТВ ПЛЮС*
- 4) <http://www.eurosport.ru> – *официальный сайт русскоязычного отделения телеканала «Евроспорт»*
- 5) <http://www.laola1.tv> – *официальный медиа-партнер ФИВБ и ЕКВ*
- 6) <http://www.fivb.org> - *официальный сайт ФИВБ*

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

1. Операционная система - Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений - Microsoft Office Standard.
3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
5. Информационно-правовое обеспечение - Гарант.
6. "Университетская библиотека онлайн" ЭБС www.biblioclub.ru
7. Национальный цифровой ресурс "Рукопт" ЭБС www.rucont.ru
8. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

- 7.1 Учебная аудитория
- 7.2 Спортивный зал с двумя волейбольными площадками 18х9 м.
- 7.3 Демонстрационное оборудование:
 - 7.3.1 компьютеры;
 - 7.3.2 DVD-плеер;
 - 7.3.3 телевизор;
 - 7.3.4 мультимедийный проектор;
 - 7.3.5 экран;
 - 7.3.6 видеокамера;
 - 7.3.7 фотоаппарат;
 - 7.3.8 макеты волейбольной площадки.
- 7.4 Учебно-практическое оборудование:
 - 7.4.1 мячи: волейбольные, подвесные волейбольные, набивные (1-5 кг.), теннисные;
 - 7.4.2 гимнастические скамейки;
 - 7.4.3 резиновые амортизаторы различного сопротивления и длины;
 - 7.4.4 скакалки;
 - 7.4.5 корзины для мячей;
 - 7.4.6 секундомеры;
 - 7.4.7 ребристый щит;
 - 7.4.8 переносное кольцо;
 - 7.4.9 мяч-груша;
 - 7.4.10 наклонная мишень;
 - 7.4.11 прыжковые тумбы;
 - 7.4.12 тренажер «Бьющая рука»;
 - 7.4.13 тренажер «Подвижная мишень-ловушка»;
 - 7.4.14 тренажер для технико-тактической подготовки «Падающий мяч».

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) *Спортивно-педагогическое совершенствование (волейбол)*
для обучающихся *Института спорта и физического воспитания*
1 курса, 2 группы

направления подготовки/специальности *Физическая культура*
направленности (профилю) *Спортивная подготовка в избранном виде спорта*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики волейбола

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1,2 семестр

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Выполнение практического задания: «Судейство, организация и проведение соревнований по волейболу»</i>	15
2	<i>Подготовка реферата по теме: «Самоконтроль и оценка процесса и результатов спортивной деятельности»</i>	15
3	<i>Опрос по теме: «Учебные занятия по волейболу»</i>	15
4	<i>Подготовка реферата по теме: «Особенности проведения учебных занятий по волейболу»</i>	15
5	<i>Посещение занятий</i>	25
6	Зачет	15
	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
3	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
4	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 41 баллов, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

IV. 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) *Спортивно-педагогическое совершенствование (волейбол)*
для обучающихся института спорта и физического воспитания
2 курса, 2 группы
направления подготовки/специальности *Физическая культура*
направленности (профилю) *Спортивная подготовка в избранном виде спорта*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики волейбола
Сроки изучения дисциплины (модуля): 3,4 семестр
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Опрос по теме: «Спортивная подготовка в волейболе»</i>	15
2	<i>Подготовка презентации по теме: «Средства и методы физической подготовки в волейболе»</i>	15
3	<i>Подготовка презентации по теме: «Средства и методы технической подготовки в волейболе»</i>	15
4	<i>Подготовка презентации по теме: «Средства и методы тактической подготовки в волейболе»</i>	15
5	<i>Посещение занятий</i>	25
6	Зачет	15
	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
3	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
4	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 41 баллов, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

IV. 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) *Спортивно-педагогическое совершенствование (волейбол)*
для обучающихся института спорта и физического воспитания
3 курса, 2 группы
направления подготовки/специальности *Физическая культура*
направленности (профилю) *Спортивная подготовка в избранном виде спорта*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики волейбола
Сроки изучения дисциплины (модуля): 5,6 семестр
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Опрос по теме: «Медико-биологические особенности занимающихся на различных этапах подготовки»</i>	12
2	<i>Опрос по теме: «Психолого-педагогические особенности занимающихся на различных этапах подготовки»</i>	12
3	<i>Выполнение практического задания: «Оценка физических способностей занимающихся»</i>	12
4	<i>Выполнение практического задания: «Оценка функционального состояния занимающихся»</i>	12
5	<i>Выполнение практического задания: «Оценка техники выполнения физических упражнений»</i>	12
6	<i>Посещение занятий</i>	25
7	Зачет	15
	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
3	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
4	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 41 баллов, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

IV. 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) *Спортивно-педагогическое совершенствование (волейбол)*
для обучающихся института спорта и физического воспитания
4 курса, 2 группы
направления подготовки/специальности *Физическая культура*
направленности (профилю) *Спортивная подготовка в избранном виде спорта*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики волейбола*
Сроки изучения дисциплины (модуля): *7,8* семестр
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Опрос по теме: «Спортивная ориентация в волейболе»</i>	12
2	<i>Опрос по теме: «Система отбора в волейболе»</i>	12
3	<i>Подготовка реферата по теме: «Система отбора и спортивной ориентации в волейболе»</i>	12
4	<i>Опрос по теме: «Планирование в сфере детско-юношеского и массового спорта»</i>	12
5	<i>Подготовка презентации по теме: «Планирование в сфере детско-юношеского и массового спорта»</i>	12
6	<i>Посещение занятий</i>	25
7	<i>Зачет</i>	15
	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
3	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
4	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 41 баллов, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

IV. 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) *Спортивно-педагогическое совершенствование (волейбол)*
для обучающихся института спорта и физического воспитания
5 курса, 2 группы
направления подготовки/специальности *Физическая культура*
направленности (профилю) *Спортивная подготовка в избранном виде спорта*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики волейбола

Сроки изучения дисциплины (модуля): 9,10 семестр

Форма промежуточной аттестации: *экзамен*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Выполнение практического задания: «Перспективные планы в сфере детско-юношеского и массового спорта»</i>	12
2	<i>Выполнение практического задания: «Оперативные планы в сфере детско-юношеского и массового спорта»</i>	12
3	<i>Подготовка реферата по теме: «Программы занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта»</i>	12
4	<i>Опрос по теме: «Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в волейболе»</i>	12
5	<i>Подготовка презентации по теме: «Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в волейболе»</i>	12
6	<i>Посещение занятий</i>	20
7	<i>Экзамен</i>	20
	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
3	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
4	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 41 баллов, имея возможность, сдав зачет 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 ту-
ризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теории и методики волейбола

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

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (волейбол)»
(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 2016 г.

Москва – 2017г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 20 зачетных единиц.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10.

3.Цель освоения дисциплины (модуля):

- обеспечить готовность к практической реализации установленных программой дисциплины общекультурных и профессиональных компетенций;

- сформировать достаточный запас практических умений и навыков, обеспечивающих профессиональную подготовленность выпускника;

- сформировать компетенции на основе полученных знаний и практической готовности к самостоятельному, творческому решению воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли;

- обеспечить готовность к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленную на подготовку высококвалифицированных волейболистов;

- обеспечить готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы по волейболу для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения разных возрастных групп;

- владеть организационно-управленческими и финансово-хозяйственными компетенциями, методикой научных исследований, использованию информационных технологий в профессиональной деятельности;

- владеть способностями получения и использования в профессиональной деятельности достижений отечественных и зарубежных специалистов, побуждать к собственным инновационным разработкам, профессионально совершенствоваться в избранной физкультурно-спортивной деятельности.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю) «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (волейбол)».

В результате освоения дисциплины, студент должен овладеть следующими компетенциями:

ОПК-2 способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики;

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-5 способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений;

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

ПК-10 способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению;

ПК-11 способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта;

ПК-14 способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности;

ПК-15 способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму.

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	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	
I курс	Всего:70 часов (2 зачетные единицы)	1		4	66		
1.1	Модуль 1 (1 зачетная единица – 34 часа) «Судейство, организация и проведение соревнований по волейболу»			2	32		
1.2	Модуль 2 (1 зачетная единица – 36 часов) «Самоконтроль и оценка процесса и результатов спортивной деятельности»			2	34		
I курс	Всего:74 часа (2 зачетные единицы)	2		6	68		Зачет
1.3	Модуль 3 (1 зачетная единица – 36 часов) «Учебные занятия по волейболу»			3	33		
1.4	Модуль 4 (1 зачетная единица – 38 часов) «Особенности проведения учебных занятий по волейболу»			3	35		
Всего за I курс: 144 часа (4 зачетные единицы)				10	134		
II курс	Всего:72 часа (2 зачетные единицы)	3		8	64		
2.1	Модуль 5 (1 зачетная единица – 36 часов) «Спортивная подготовка в волейболе»			4	32		
2.2	Модуль 6 (1 зачетная единица – 36 часов)			4	32		

	«Средства и методы физической подготовки в волейболе»						
II курс	Всего:72 часа (2 зачетные единицы)	4		8	64		Зачет
2.3	Модуль 7 (1 зачетная единица – 36 часов) «Средства и методы технической подготовки в волейболе»			4	32		
2.4	Модуль 8 (1 зачетная единица – 36 часов) «Средства и методы тактической подготовки в волейболе»			4	32		
Всего за II курс: 144 часа (4 зачетные единицы)				16	128		
III курс	Всего:72 часа (2 зачетные единицы)	5		8	64		
3.1	Модуль 9 (1 зачетная единица – 36 часов) «Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на различных этапах подготовки»			4	32		
3.2	Модуль 10 (1 зачетная единица – 36 часов) «Оценка физических способностей занимающихся»			4	32		
III курс	Всего:72 часа (2 зачетные единицы)	6		8	64		Зачет
3.3	Модуль 11 (1 зачетная единица – 36 часов) «Оценка функционального состояния занимающихся»			4	32		
3.4	Модуль 12 (1 зачетная единица – 36 часов) «Оценка техники выполнения физических упражнений»			4	32		
Всего за III курс: 144 часа (4 зачетные единицы)				16	128		
IV курс	Всего:144 часа (2 зачетные единицы)	7		8	64		
4.1	Модуль 13 (2 зачетные единицы – 72 часа) «Система отбора и спортивной ориентации в волейболе»			8	64		
IV курс	Всего:144 часа	8		8	64		Зачет

курс	(2 зачетные единицы)						
4.2	Модуль 14 (2 зачетные единицы – 72 часа) «Планирование в сфере детско-юношеского и массового спорта»			8	64		
Всего за IV курс: 144 часа (4 зачетные единицы)				16	128		
V курс	Всего:66 часов (2 зачетные единицы)	9		16	50		
5.1	Модуль 15 (1 зачетная единица – 36 часов) «Перспективные и оперативные планы в сфере детско-юношеского и массового спорта»			8	28		
5.2	Модуль 16 (1 зачетная единица – 30 часов) «Программы занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта»			8	22		
V курс	Всего:78 часов (2 зачетные единицы)	10		16	53	9	Экзамен
5.3	Модуль 17 (2 зачетные единицы – 78 часов) «Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в волейболе»			16	53	9	
Всего за V курс: 144 часов (4 зачетные единицы)				32	103	9	
Итого часов:				90	621	9	

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра Теории и методики волейбола

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (волейбол)»
(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 2016 г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта
и физического воспитания
Протокол № 8 от «24» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ волейбола
Протокол № 1 от « 29 » августа 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ волейбола
Протокол № 1 от « 30 » августа 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ волейбола
Протокол № ___ от « ___ » _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ волейбола
Протокол № ___ от « ___ » _____ 20__ г.

Составитель:

Булыкина Лариса Владимировна – заведующий кафедрой ТиМ волейбола
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»

Белова Наталья Юрьевна – ст. преподаватель кафедры ТиМ волейбола ФГБОУ
ВО «РГУФКСМиТ»

Григорьев Виктор Ататольевич – ст. преподаватель кафедры ТиМ волейбола
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»

Ефимов Алексей Сергеевич – ст. преподаватель кафедры ТиМ волейбола
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»

Дворников Алексей Владимирович – преподаватель кафедры ТиМ волейбола
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»

Ананьин Александр Сергеевич – преподаватель кафедры ТиМ волейбола
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»

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

Рецензент:

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

1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (волейбол)» является:

- обеспечить готовность к практической реализации установленных программой дисциплины общекультурных и профессиональных компетенций;
- сформировать достаточный запас практических умений и навыков, обеспечивающих профессиональную подготовленность выпускника;
- сформировать компетенции на основе полученных знаний и практической готовности к самостоятельному, творческому решению воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли;
- обеспечить готовность к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленную на подготовку высококвалифицированных волейболистов;
- обеспечить готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы по волейболу для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения разных возрастных групп;
- владеть организационно-управленческими и финансово-хозяйственными компетенциями, методикой научных исследований, использованию информационных технологий в профессиональной деятельности;
- владеть способностями получения и использования в профессиональной деятельности достижений отечественных и зарубежных специалистов, побуждать к собственным инновационным разработкам, профессионально совершенствоваться в избранной физкультурно-спортивной деятельности.

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

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (волейбол)» относится к профессиональному циклу вариативной части основной образовательной программы (ООП) бакалавриата. Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра, обусловлено необходимостью формирования, совершенствования и развития профессиональных умений, навыков, развития физических и психических качеств студентов, необходимых для их будущей профессиональной деятельности.

Изучение данного курса тесно связано с изучением дисциплин медико-биологического (анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, спортивная медицина и др.) и психолого-педагогического (история, социология, педагогика, психология и др.) циклов.

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	
1	2	3
ОПК-2	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы дидактики; – основы теории и методики физической культуры; – медико-биологические и психологические особенности различных категорий занимающихся; – методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта; – требования образовательных стандартов. 	1
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры; – разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов. 	5
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта. 	6
ОПК-3	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – принципы и методы обучения в волейболе, пляжном волейболе. – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся в группах начальной подготовки; – требований стандартов спортивной подготовки в волейболе к проведению занятий с данным контингентом. 	3
	<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 волейболе с учетом особенностей занимающихся в группах начальной подготовки и требований образовательных стандартов по волейболу. 	6
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы теории и методики физической культуры и спорта; – принципы и методы обучения в волейболе, пляжном волейболе; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки волейболистов; – требования стандартов спортивной подготовки в волейболе к проведению занятий с данным контингентом. 	3
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; 	7

	<ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в волейболе с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов. 	
	<p>Знать:</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 волейболе. 	6
	<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 волейболе с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов. 	7
ОПК-5	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений; – основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии; – основы спортивной метрологии. 	1
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности. 	3
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев. 	4
ОПК-8	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – эволюцию правил соревнований по волейболу; – судейскую терминологию при проведении соревнований по волейболу, пляжному волейбол; – основные требования к оборудованию и личному инвентарю участников соревнований. 	1
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – правила соревнований по современному волейболу, пляжному волейболу; – 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>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – организовывать и проводить соревнования различного уровня; – осуществлять объективное судейство соревнований; – обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований 	
ПК-10	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – теоретико-методические основы спортивной ориентации и 	4

	<p>спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки;</p> <ul style="list-style-type: none"> – методики отбора и спортивной ориентации в волейболе; – современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. <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 волейболе. 	
ПК-11	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – теоретические основы программирования процесса обучения в волейболе. 	5
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять обучающие программы по волейболу. 	6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по волейболу в соответствии с тренировочным этапом многолетней подготовки волейболистов. 	5
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по волейболу в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства волейболистов. 	
ПК-14	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы теории и методики спортивной тренировки в волейболе; – средства и методы физической, технической и тактической подготовки в волейболе. 	2
	<p>Уметь:</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. 	7
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. 	1
	<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 	8

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

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 20 зачетных единиц, 720 академических часов.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
I курс	Всего:108 часов (3 зачетные единицы)	1		26	82		
1.1	Модуль 1 (0,75 зачетных единиц – 27 часов) «Судейство, организация и проведение соревнований по волейболу»			8	19		
1.2	Модуль 2 (0,75 зачетных единиц – 27 часов) «Самоконтроль и оценка процесса и результатов спортивной деятельности»			8	19		
1.3	Модуль 3 (0,75 зачетных единиц – 27 часов) «Учебные занятия по волейболу»			4	23		
1.4	Модуль 4 (0,75 зачетных единиц – 27 часов) «Особенности проведения учебных занятий по волейболу»			6	21		
I курс	Всего:126 часов (3,5 зачетных единиц)	2		26	100		Зачет
1.5	Модуль 5 (1 зачетная единица – 36 часов) «Спортивная подготовка в волейболе»			7	29		
1.6	Модуль 6 (1 зачетная единица – 36 часов) «Средства и методы физиче-			7	29		

	ской подготовки в волейболе»						
1.7	Модуль 7 (1 зачетная единица – 36 часов) «Средства и методы технической подготовки в волейболе»			6	30		
1.8	Модуль 8 (0,5 зачетных единиц – 18 часов) «Средства и методы тактической подготовки в волейболе»			6	12		
Всего за I курс: 234 часа (7 зачетных единиц)				52	182		
II курс	Всего:63 часа (1,75 зачетных единиц)	3		30	33		
2.1	Модуль 9 (0,75 зачетных единиц – 27 часов) «Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на различных этапах подготовки»			18	9		
2.2	Модуль 10 (0,5 зачетных единиц – 18 часов) «Оценка физических способностей занимающихся»			6	12		
2.2	Модуль 11 (0,5 зачетных единиц – 18 часов) «Оценка функционального состояния занимающихся»			6	12		
II курс	Всего:63 часа (1,75 зачетных единиц)	4		30	33		Зачет
2.3	Модуль 12 (0,75 зачетных единиц – 27 часов) «Оценка техники выполнения физических упражнений»			6	21		
2.4	Модуль 13 (1 зачетная единица – 36 часов) «Система отбора и спортивной ориентации в волейболе»			24	12		
Всего за II курс: 126 часа (4 зачетные единицы)				60	66		
III курс	Всего:63 часа (2 зачетные единицы)	5		30	33		
3.1	Модуль 14 (1 зачетная единица – 36 часов)			18	18		

	«Планирование в сфере детско-юношеского и массового спорта»						
3.2	Модуль 15 (0,75 зачетных единиц – 27 часов) «Перспективные и оперативные планы в сфере детско-юношеского и массового спорта»			12	15		
III курс	Всего:63 часа (2 зачетные единицы)	6		30	33		Зачет
3.3	Модуль 16 (1,75 зачетных единиц – 63 часа) «Программы занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта»			30	33		
Всего за III курс: 126 часов (4 зачетные единицы)				60	66		
IV курс	Всего:126 часов (4 зачетные единицы)	7		30	96		
4.1	Модуль 17 (4 зачетные единицы – 126 часов) «Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в волейболе»			30	96		
IV курс	Всего:108 часов (3 зачетные единицы)	8		30	69	9	Экзамен
4.2	Модуль 18 (3 зачетные единицы – 108 часов) «Сохранение и поддержание спортивной формы»			30	69	9	
Всего за IV курс: 234 часа (7 зачетных единиц)				60	165	9	
Итого часов:				232	479	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):

5.2.1. Темы контрольных вопросов и задания для студентов I курса во 2 семестре:

1. Отправные понятия теории физической культуры: физическая культура, физическое развитие, физические качества, физическое воспитание, спорт.
2. Структура предмета, основные понятия и терминология специализации «Волейбол».
3. Морфологические особенности, функциональные возможности, психологические качества и свойства личности волейболиста.
4. Принципы и закономерности спортивной тренировки в базовых видах спорта.
5. Требования образовательных стандартов согласно примерной программе спортивной подготовки по виду спорта «Волейбол».
6. Средства и методы контроля процесса подготовки юных волейболистов.
7. Средства и методы контроля процесса подготовки волейболистов высших разрядов.
8. Техника игры в волейбол.
9. Этапы эволюции правил соревнований по волейболу.
10. Судейская терминология и жесты.
11. Современные правила соревнований по волейболу, пляжному волейболу.
12. Современные правила соревнований по волейболу, пляжному волейболу.
13. Особенности организации и проведения соревнований по волейболу.
14. Основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований
15. Особенности организации и проведения соревнований по волейболу на различных уровнях.
16. Материально-техническое обеспечение соревнований по волейболу.
17. Средства и методы физической подготовки в волейболе
18. Средства и методы технической подготовки в волейболе
19. Средства и методы тактической подготовки в волейболе
20. Средства и методы самоконтроля индивидуальной спортивной деятельности
21. Средства и методы оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности
22. Средства и методы индивидуальной спортивной подготовки в волейболе

5.2.2. Темы контрольных вопросов и задания для студентов II курса в 4 семестре:

23. Основы обучения двигательным действиям в теории и методике физической культуры.
24. Этапы процесса технической подготовки волейболистов.
25. Требования к технической подготовленности на различных этапах согласно примерной программе спортивной подготовки по виду спорта «Волейбол»
26. Средства и методы направленного воздействия в процессе физического воспитания.
27. Средства и методы обучение технике игры в волейбол.

28. Принципы, регламентирующие деятельность в физическом воспитании.
29. Требования к тактической подготовленности на различных этапах согласно примерной программе спортивной подготовки по виду спорта «Волейбол»
30. Особенности системы контроля и разработки зачетных требований с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.
31. Система контроля и зачетные требования согласно примерной программе спортивной подготовки по виду спорта «Волейбол»
32. Разработка зачетных требований в командах высших разрядов
33. Критерии оценки уровня физической подготовленности
34. Критерии оценки уровня технической подготовленности
35. Критерии оценки уровня тактической подготовленности
36. Этапы и организация отбора в ДЮСШ
37. Современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.
38. Особенности организации процесса сдачи зачетных требований и переводных нормативов в ДЮСШ
39. Анализ спортивной одаренности (способности) ребенка
40. Антропометрические, физические и психические особенности волейболистов на различных этапах подготовки.

5.2.3. Темы контрольных вопросов и задания для студентов III курса в 6 семестре:

41. Принципы, регламентирующие деятельность в физическом воспитании.
42. Практические примеры реализации принципов, регламентирующих деятельность в физическом воспитании.
43. Основные разделы учебных программ занятий по базовым видам спорта.
44. Этапы разработки учебных программ занятий по базовым видам спорта.
45. Особенности планирования тренировочной работы в спортивной школе.
46. Планирование спортивной тренировки и контроль процесса подготовки в командах высших разрядов.
47. Особенности подготовки сборных команд.
48. Принципы, регламентирующие деятельность в физическом воспитании.
49. Практические примеры реализации принципов, регламентирующих деятельность в физическом воспитании.
50. Особенности этапов разработки тренировочных и соревновательных программ спортивной подготовки в волейболе.
51. Средства и методы обучения двигательным действиям.
52. Средства и методы обучения тактике игры в волейбол.
53. Возрастные особенности занимающихся на различных этапах подготовки.
54. Особенности планирования спортивной тренировки на различных этапах
55. Этапы разработки тренировочных и соревновательных программ с учетом возрастных особенностей занимающихся на различных этапах подготовки.
56. План-схема годового цикла спортивной подготовки в волейболе
57. Планирование тренировочного макроцикла
58. Микроциклы подготовки

5.2.4. Темы контрольных вопросов и задания для студентов IV курса в 8 семестре:

59. Принципы, регламентирующие деятельность в физическом воспитании.
60. Практические примеры реализации принципов, регламентирующих деятельность в физическом воспитании.
61. Особенности этапов разработки тренировочных и соревновательных программ спортивной подготовки в волейболе.
62. Этапы разработки тренировочных и соревновательных программ с учетом возрастных особенности занимающихся на различных этапах подготовки.
63. Практическая реализация принципов, регламентирующих деятельность в физическом воспитании.
64. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства
65. Особенности применения средств и методов самоконтроля индивидуальной спортивной деятельности
66. Особенности применения средств и методов оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности
67. Особенности сохранения уровня спортивной подготовленности в волейболе

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

а) Основная литература:

- 1) Беляев А.В. Волейбол на уроке физической культуры : [учеб.-метод. пособие] / А.В. Беляев. - 2-е изд. - М.: ФиС: СпортАкадемПресс, 2005. - 143 с.: ил.
- 2) Волейбол : [учеб. для студентов вузов физ. культуры] / под общ. ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. - 4-е изд. - М.: ТВТ Дивизион, 2009. - 359 с.: ил.
- 3) Волейбол : пример. прогр. для системы доп. образования детей: ДЮСШ, СДЮШОР / [разраб. Ю.Д. Железняк, А.В. Чачин, Ю.П. Сыромятников]. - М.: Сов. спорт, 2003. - 110 с.: табл.
- 4) Волейбол : пример. прогр. спортив. подгот. для детско-юнош. школ олимп. резерва : доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту / [разраб. Ю.Д. Железняк, А.В. Чачин, Ю.П. Сыромятников] ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту. - М.: Сов. спорт, 2007. - 110 с.: табл.
- 5) Волейбол: Учеб. для вузов / ред. Беляев А.В., Савин М.В. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 368 с.: ил
- 6) Волейбол : учеб. для студентов вузов, обучающихся по спец. 022300 - Физ. культура и спорт: Рек. умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / под. общ. ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: ФиС: СпортАкадемПресс, 2006. - 358 с.: ил.
- 7) Волейбол : этапы спорт. совершенствования и высш. спорт. мастерства : пример. прогр. спортив. подгот. для дет.-юнош. спортив. школ., специализир. дет.-юнош. шк. олимп. резерва : доп. Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту / [разраб. Ю.Д. Железняк, А.В. Чачин] ; Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту. - М.: Сов. спорт, 2004. - 92 с.: табл
- 8) Волейбол. Пляжный волейбол : Правила соревнований / Гос. ком. РФ по физ. культуре, спорту и туризму, Всерос. Федерация волейбола. - М.: Терра-спорт, 2001. - 131

с.: ил.

- 9) Кунянский В.А. Волейбол : О судьях и судействе / Кунянский В.А.; ред. Савин М.В., Питерцев Ю.В. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 180 с.: табл.
- 10) Лепешкин В.А. Волейбол в школе : Обучение тактике игры / В.А. Лепешкин. - М.: Чистые пруды, 2007. - 32 с.: ил.
- 11) Фурманов А.Г. Волейбол : [учеб. пособие] / А.Г. Волейбол. - Минск: Современ. шк., 2009. - 227 с.: ил.

б)Дополнительная литература:

- 1) Виера Б. Волейбол: Шаги к успеху / Барбара Л. Виера, Бонни Джилл Фергюсон. - М.: АСТ: Астрель, 2004. - 161 с.: таб., фот.
- 2) Волейбол высшего уровня / Всерос. федерация волейбола. - М.: Олимпия: Человек, 2007. - 31 с.: ил
- 3) Волейбол, гандбол, баскетбол : Организация и проведение соревнований по упрощенным правилам: [учеб. пособие] / В.Ф. Мишенькина [и др.] ; Гос. ком-т РФ по физ. культуре и спорту, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск: [Изд-во Сиб-ГУФК], 2004. - 115 с.: ил
- 4) Железняк Ю.Д. Волейбол. Методическое пособие по обучению игре / Ю.Д. Железняк, В.А.Кунянский, А.В. Чачин. - М.: Terra-спорт: Олимпия Press, 2005. - 112 с.: ил.
- 5) Клещев Ю. Волейбол / Ю. Клещев. - М.: ФиС, 2005. - 399 с.: ил.
- 6) Клещев Ю.Н. Волейбол. Подготовка команды к соревнованиям : [учеб. пособие] / Клещев Ю.Н. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 189 с.: рис.
- 7) Козырева Л.В. Волейбол / Л.В. Козырева. - М.: ФКиС, 2003. - 168 с.: ил.
- 8) Кунянский В.А. Волейбол : практикум для судей / В.А. Кунянский. - М.: ТВТ Дивизион, 2004. - 177 с.: ил.
- 9) Рыцарев В.В. Волейбол : попытка причин. истолкования приемов игры и процесса подгот. волейболистов / В.В. Рыцарев. - Изд. 2-е, перераб. и доп. - М.: ФиС, 2009. - 399 с.: ил.
- 10) Рыцарев В.В. Волейбол: попытка причинного истолкования приемов игры и процесса подготовки волейболистов / В.В. Рыцарев. - М.: [б. и.], 2005. - 381 с.: табл.
- 11) Титова Т.М. Волейбол: Развитие физ. качеств и двигат. Навыков

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

- 1) <http://www.volley.ru> *официальный сайт ВФВ*
- 2) <http://www.sportbox.ru> – *официальный сайт спортивных телеканалов ВГТРК.*
- 3) <http://www.ntvplus.ru> – *официальный сайт телекомпании НТВ ПЛЮС*
- 4) <http://www.eurosport.ru> – *официальный сайт русскоязычного отделения телеканала «Евроспорт»*
- 5) <http://www.laola1.tv> – *официальный медиа-партнер ФИВБ и ЕКВ*
- 6) <http://www.fivb.org> - *официальный сайт ФИВБ*

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

1. Операционная система - Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений - Microsoft Office Standard.
3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
5. Информационно-правовое обеспечение - Гарант.
6. "Университетская библиотека онлайн" ЭБС www.biblioclub.ru
7. Национальный цифровой ресурс "Рукопт" ЭБС www.rucont.ru
8. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

- 7.1 Учебная аудитория
- 7.2 Спортивный зал с двумя волейбольными площадками 18х9 м.
- 7.3 Демонстрационное оборудование:
 - 7.3.1 компьютеры;
 - 7.3.2 DVD-плеер;
 - 7.3.3 телевизор;
 - 7.3.4 мультимедийный проектор;
 - 7.3.5 экран;
 - 7.3.6 видеокамера;
 - 7.3.7 фотоаппарат;
 - 7.3.8 макеты волейбольной площадки.
- 7.4 Учебно-практическое оборудование:
 - 7.4.1 мячи: волейбольные, подвесные волейбольные, набивные (1-5 кг.), теннисные;
 - 7.4.2 гимнастические скамейки;
 - 7.4.3 резиновые амортизаторы различного сопротивления и длины;
 - 7.4.4 скакалки;
 - 7.4.5 корзины для мячей;
 - 7.4.6 секундомеры;
 - 7.4.7 ребристый щит;
 - 7.4.8 переносное кольцо;
 - 7.4.9 мяч-груша;
 - 7.4.10 наклонная мишень;
 - 7.4.11 прыжковые тумбы;
 - 7.4.12 тренажер «Бьющая рука»;
 - 7.4.13 тренажер «Подвижная мишень-ловушка»;
 - 7.4.14 тренажер для технико-тактической подготовки «Падающий мяч».

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)
ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Спортивно-педагогическое совершенствование (волейбол)
для обучающихся Института спорта и физического воспитания
1 курса, 2 группы
направления подготовки/специальности Физическая культура
направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики волейбола
Сроки изучения дисциплины (модуля): 1,2 семестр
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

**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	<p><i>Выступление на семинарах:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Организация и проведение соревнований по волейболу»; • «Оценка процесса и результатов спортивной деятельности»; • «Особенности проведения учебных занятий по волейболу». • «Спортивная подготовка в волейболе» • «Средства и методы физической подготовки в волейболе» • «Средства и методы технической подготовки в волейболе» • «Средства и методы тактической подготовки в волейболе» 	<p><i>4-5 неделя</i></p> <p><i>6-7 неделя</i></p> <p><i>8-9 неделя</i></p> <p><i>26-27 неделя</i></p> <p><i>28-29 неделя</i></p> <p><i>30-31 неделя</i></p> <p><i>32-33 неделя</i></p>	<p><i>5</i></p> <p><i>5</i></p> <p><i>5</i></p> <p><i>5</i></p> <p><i>5</i></p> <p><i>5</i></p> <p><i>5</i></p>
2	<p><i>Презентация по теме:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Организация и проведение соревнований по волейболу» • «Средства и методы физической подготовки в волейболе» • «Средства и методы технической подготовки в волейболе» • «Средства и методы тактической подготовки в волейболе» 	<p><i>10-12 неделя</i></p> <p><i>34-35 неделя</i></p> <p><i>36-37 неделя</i></p> <p><i>38-39 неделя</i></p>	<p><i>5</i></p> <p><i>5</i></p> <p><i>5</i></p> <p><i>5</i></p>
3	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>25</i>
4	<i>Зачет</i>	<i>44 неделя</i>	<i>20</i>
	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
3	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
4	<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.

IV. 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) Спортивно-педагогическое совершенствование (волейбол)
для обучающихся Института спорта и физического воспитания
2 курса, 2 группы
направления подготовки/специальности Физическая культура
направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики волейбола
Сроки изучения дисциплины (модуля): 3,4 семестр
Форма промежуточной аттестации: зачёт

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Выступление на семинарах:</i>		
	•«Медико-биологические особенности занимающихся на различных этапах подготовки»	8-9 неделя	5
	•«Психолого-педагогические особенности занимающихся на различных этапах подготовки»	6-7 неделя	5
	•«Оценка техники выполнения физических упражнений»	28-29 неделя	5
	•«Система отбора в волейболе»	30-31 неделя	5
	•«Система спортивной ориентации в волейболе»	32-33 неделя	5
2	<i>Написание и защита реферата:</i>		
	•«Оценка физических способностей занимающихся»	10-12 неделя	5
	•«Оценка функционального состояния занимающихся»	13-15 неделя	5
3	<i>Презентация на тему:</i>		
	•«Оценка техники выполнения физических упражнений»	35-37 неделя	5
	•«Система отбора и спортивной ориентации в волейболе»	38-40 неделя	5
4	<i>Посещение занятий</i>	В течение семестра	35
5	Зачет	45 неделя	20
	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
3	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
4	<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.

IV. 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) *Спортивно-педагогическое совершенствование (волейбол)*
для обучающихся *Института спорта и физического воспитания*
3 курса, 2 группы
направления подготовки/специальности *Физическая культура*
направленности (профилю) *Спортивная подготовка в избранном виде спорта*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики волейбола
Сроки изучения дисциплины (модуля): 5, 6 семестр
Форма промежуточной аттестации: зачёт

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Выступление на семинарах:</i> <ul style="list-style-type: none">• «Планирование в сфере детско-юношеского спорта»• «Планирование в сфере массового спорта»• «Программа занятий в сфере детско-юношеского спорта»• «Программа занятий в сфере массового спорта»	3-4 неделя	5
		5-6 неделя	5
		28-29 неделя	5
		32-33 неделя	5
2	<i>Практическое задание:</i> <ul style="list-style-type: none">• «Составление перспективного плана в сфере детско-юношеского или массового спорта»• «Составление оперативного плана в сфере детско-юношеского или массового спорта»	7-10 неделя	10
		11-14 неделя	10
3	<i>Реферат на тему:</i> <ul style="list-style-type: none">• «Составление программы занятий в детско-юношеском спорте»• «Составление программы занятий в массовом спорте»	35-37 неделя	10
		38-40 неделя	10
4	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	20
5	Зачет	44 неделя	20
	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
3	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
4	<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.

IV. 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) Спортивно-педагогическое совершенствование (волейбол)
для обучающихся Института спорта и физического воспитания
4 курса, 2 группы
направления подготовки/специальности Физическая культура
направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики волейбола
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7, 8 семестр
Форма промежуточной аттестации: экзамен

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Выступление на семинарах:</i> <ul style="list-style-type: none"> • «Спортивное мастерство» • «Планирование в сфере массового спорта» • «Спортивная форма» 	3-4 неделя 5-6 неделя 33-34 неделя	5 5 5
2	<i>Практическое задание:</i> <ul style="list-style-type: none"> • «Составление оперативного плана в сфере детско-юношеского или массового спорта» • «Составление оперативного плана в сфере детско-юношеского или массового спорта» 	7-10 неделя 11-14 неделя	10 10
3	<i>Презентация на тему:</i> <ul style="list-style-type: none"> • «Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в волейболе» • «Сохранение и поддержание спортивной формы» 	35-37 неделя 38-40 неделя	10 10
3	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	25
4	Экзамен	40 неделя	20
	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
3	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
4	<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.

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 ту-
ризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теории и методики волейбола

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

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (волейбол)»
(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 2016 г.

Москва – 2017г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 20 зачетных единиц.

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

3.Цель освоения дисциплины (модуля):

- обеспечить готовность к практической реализации установленных программой дисциплины общекультурных и профессиональных компетенций;

- сформировать достаточный запас практических умений и навыков, обеспечивающих профессиональную подготовленность выпускника;

- сформировать компетенции на основе полученных знаний и практической готовности к самостоятельному, творческому решению воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли;

- обеспечить готовность к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленную на подготовку высококвалифицированных волейболистов;

- обеспечить готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы по волейболу для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения разных возрастных групп;

- владеть организационно-управленческими и финансово-хозяйственными компетенциями, методикой научных исследований, использованию информационных технологий в профессиональной деятельности;

- владеть способностями получения и использования в профессиональной деятельности достижений отечественных и зарубежных специалистов, побуждать к собственным инновационным разработкам, профессионально совершенствоваться в избранной физкультурно-спортивной деятельности.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю) «Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (волейбол)».

В результате освоения дисциплины, студент должен овладеть следующими компетенциями:

ОПК-2 способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики;

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-5 способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений;

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

ПК-10 способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению;

ПК-11 способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта;

ПК-14 способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности;

ПК-15 способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму.

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	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	
I курс	Всего:108 часов (3 зачетные единицы)	1		26	82		
1.1	Модуль 1 (0,75 зачетных единиц – 27 часов) «Судейство, организация и проведение соревнований по волейболу»			8	19		
1.2	Модуль 2 (0,75 зачетных единиц – 27 часов) «Самоконтроль и оценка процесса и результатов спортивной деятельности»			8	19		
1.3	Модуль 3 (0,75 зачетных единиц – 27 часов) «Учебные занятия по волейболу»			4	23		
1.4	Модуль 4 (0,75 зачетных единиц – 27 часов) «Особенности проведения учебных занятий по волейболу»			6	21		
I курс	Всего:126 часов (3,5 зачетных единиц)	2		26	100		Зачет
1.5	Модуль 5 (1 зачетная единица – 36 часов) «Спортивная подготовка в волейболе»			7	29		
1.6	Модуль 6 (1 зачетная единица – 36 часов) «Средства и методы физической подготовки в волейболе»			7	29		
1.7	Модуль 7 (1 зачетная единица – 36 часов) «Средства и методы техниче-			6	30		

	ской подготовки в волейболе»						
1.8	Модуль 8 (0,5 зачетных единиц – 18 часов) «Средства и методы тактической подготовки в волейболе»			6	12		
Всего за I курс: 234 часа (7 зачетных единиц)				52	182		
II курс	Всего:63 часа (1,75 зачетных единиц)	3		30	33		
2.1	Модуль 9 (0,75 зачетных единиц – 27 часов) «Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на различных этапах подготовки»			18	9		
2.2	Модуль 10 (0,5 зачетных единиц – 18 часов) «Оценка физических способностей занимающихся»			6	12		
2.2	Модуль 11 (0,5 зачетных единиц – 18 часов) «Оценка функционального состояния занимающихся»			6	12		
II курс	Всего:63 часа (1,75 зачетных единиц)	4		30	33		Зачет
2.3	Модуль 12 (0,75 зачетных единиц – 27 часов) «Оценка техники выполнения физических упражнений»			6	21		
2.4	Модуль 13 (1 зачетная единица – 36 часов) «Система отбора и спортивной ориентации в волейболе»			24	12		
Всего за II курс: 126 часа (4 зачетные единицы)				60	66		
III курс	Всего:63 часа (2 зачетные единицы)	5		30	33		
3.1	Модуль 14 (1 зачетная единица – 36 часов) «Планирование в сфере детско-юношеского и массового спорта»			18	18		
3.2	Модуль 15 (0,75 зачетных единиц – 27			12	15		

	часов) «Перспективные и оперативные планы в сфере детско-юношеского и массового спорта»						
III курс	Всего:63 часа (2 зачетные единицы)	6		30	33		Зачет
3.3	Модуль 16 (1,75 зачетных единиц – 63 часа) «Программы занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта»			30	33		
Всего за III курс: 126 часов (4 зачетные единицы)				60	66		
IV курс	Всего:126 часов (4 зачетные единицы)	7		30	96		
4.1	Модуль 17 (4 зачетные единицы – 126 часов) «Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в волейболе»			30	96		
IV курс	Всего:108 часов (3 зачетные единицы)	8		30	69	9	Экзамен
4.2	Модуль 18 (3 зачетные единицы – 108 часов) «Сохранение и поддержание спортивной формы»			30	69	9	
Всего за IV курс: 234 часа (7 зачетных единиц)				60	165	9	
Итого часов:				232	479	9	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теории и методики единоборств

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование
(вольная борьба)»**

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 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 8 от «24» апреля 2016 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

(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.

Составитель:

Султанахмедов Гаджихмед Султанахмедович – кандидат педагогических наук,
доцент кафедры ТиМ единоборств РГУФКСМиТ;

Гаркин Николай Владимирович – доцент кафедры ТиМ единоборств
РГУФКСМиТ.

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)»: обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий по вольной борьбе и поддержание их спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)» относится к профессиональному циклу вариативной части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» по профилю «Спортивная подготовка». Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра обусловлено необходимостью формирования у выпускников практические навыки решения сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в области спортивной борьбы.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как теория и методика избранного вида спорта, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология, безопасность жизнедеятельности, восстановление в спорте, врачебный контроль, аналогичные видам вольной 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	Заочная форма обучения
ОПК-2	Знать: - основы теории и методики физической культуры; - методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта; - требования образовательных стандартов.			1 2 5 6
	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры; - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов;			

	Владеть: навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта.			
ОПК-3	Знать: - основы теории и методики физической культуры и спорта; - принципы и методы обучения; - требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта.			
	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 избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.			8 9 10
	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-5	Знать: - средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений; - основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии.			3 4
	Уметь: - анализировать тактику в вольной борьбе			5 6
	Владеть: - навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев.			9 10
ОПК-8	Знать: - правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта; - обязанности организаторов и судей соревнования.			
	Уметь: - осуществлять объективное судейство соревнований; - выполнять функции судей по вольной борьбе.			5 6 8
	Владеть: - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство			9 10

	соревнований.			
ПК-10	Владеть: - современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в вольной борьбе			8
ПК-11	Уметь: - разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в вольной борьбе			8
	Владеть: - навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по вольной борьбе			9 10
ПК-14	Уметь: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта (вольная борьба) демонстрировать технику движений			3 4
	Владеть: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.			5 6 8
ПК-15	Уметь: - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.			5 6
	Владеть: - умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности; - оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.			9 10

4. Структура и содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)»

4.1 Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц, экзамены – 9 часов, аудиторных занятий – 90 часов, самостоятельная работа студентов – 621 час.

Условные обозначения: 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 (модули) «Теория и методика вольной борьбы»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
I курс	Всего: 144 часа (4 зачетных единицы)	1-2	10	134		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий по вольной борьбе.		8	100		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по вольной борьбе.		2	20		
1.2	Подготовка мест занятий по вольной борьбе и изучение инструкций по технике безопасности.		2	10		
1.3	Занятия вольной борьбой по программе начальной подготовки..		4	70		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств борцов.		2	34		
2.1	Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности.		2	34		
II курс	Всего:144 часа (4 зачетных единицы)	3-4	16	128		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий по вольной борьбе.		4	38		
1.1	Занятия вольной борьбой по программе начальной подготовки		4	38		
2.	Освоение методики технико-тактической подготовки борцов.		4	30		
2.1	Занятия по анализу техники вольной борьбы.		4	30		

3.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.		4	30		
3.1	Составление комплекса упражнений общефизической и оздоровительной направленности.		4	30		
4.	Организация и проведение соревнований.		4	30		
4.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве бокового судьи.		4	30		
III курс	Всего: 144 часа (4 зачетных единицы).	5-6	16	128		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий по вольной борьбе.		6	64		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной части занятий по вольной борьбе.		2	8		
1.2	Занятия вольной борьбой по программе начальной углубленной спортивной специализации.		2	52		
1.3	Самоконтроль в процессе занятий по вольной борьбе		2	4		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств борцов.		2	8		
2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке.		2	8		
3.	Освоение методик технико-тактической подготовки борцов.		4	20		
3.1	Занятия по анализу тактики вольной борьбы.		2	10		
3.2	Методики обучения в вольной борьбе.		2	10		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.		2	8		
4.1	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке борцов.		2	8		
5.	Организация и проведение соревнований.		2	28		

5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей по вольной борьбе.		2	28		
IV курс	Всего: 144 часа (4 зачетных единицы)	7-8	16	128		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий по вольной борьбе.		8	80		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами спортивных школ по вольной борьбе.		2	6		
1.2	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах спортивных школ по вольной борьбе		2	4		
1.3	Изучение структуры и организации работы спортивных школ по вольной борьбе.			8		
1.4	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий по вольной борьбе		4	62		
2.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.			16		
2.1	Разработка годового плана на этапах предварительной подготовки и начальной углубленной спортивной специализации борцов			16		
3.	Управление процессом спортивной подготовки.		4	16		
3.1	Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в вольной борьбе.		2	8		
3.2	Хронометраж занятий по вольной борьбе.		2	8		
4.	Организация и проведение соревнований		4	16		
4.1	Формирование навыков судейства в качестве судей по вольной борьбе.		4	16		
V курс	Всего: 126 часов (3,5 зачетных единиц).	9-10	32	103	9	Экзамен

1.	Организация и проведение занятий по вольной борьбе.		22	67		
1.1	Проведение занятий с группами спортивного совершенствования по вольной борьбе.		8	8		
1.2	Сохранение и поддержание спортивной формы		10	54		
1.3	Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности		4	5		
2.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.		2	4		
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов в группах спортивного совершенствования по вольной борьбе.		2	4		
3.	Управление процессом спортивной подготовки.		2	16		
3.1	Навыки определения уровня специальных качеств в вольной борьбе.		2	16		
4.	Организация и проведение соревнований		6	16		
4.1	Разработка и написание положения о соревнованиях по вольной борьбе.		2	4		
4.2	Составление сметы на проведение соревнований по вольной борьбе.		2	4		
4.3	Организация и проведение соревнований в вольной борьбе.		2	8		
Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)			90	621	9	

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

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

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

Вопросы для устного ответа:

1. Основы применения строевых упражнений в подготовительной части занятий по вольной борьбе.
2. Основы применения общеразвивающих упражнений в подготовительной части занятий по вольной борьбе.
3. Основы применения акробатических упражнений в подготовительной части занятий по вольной борьбе.
4. Основы применения беговых и игровых упражнений в подготовительной части занятий по вольной борьбе.
5. Основы применения специально-подготовительных упражнений в подготовительной части занятий по вольной борьбе
6. Основы применения упражнений из различных видов спорта в подготовительной части занятий.
7. Основы применения средств и методов из других видов спорта в общефизической подготовке борцов.
8. Навыки использования упражнений из других видов спорта в подготовительной части занятий по борьбе.
9. Навыки использования упражнений из игровых видов спорта в подготовительной части занятий по борьбе.
10. Навыки использования упражнений из спортивной гимнастики в подготовительной части занятий по борьбе.
11. Навыки использования упражнений из акробатики в подготовительной части занятий по борьбе.
12. Навыки использования упражнений из восточных единоборств в подготовительной части занятий по борьбе.
13. Навыки использования упражнений из легкой атлетики в подготовительной части занятий по борьбе.
14. Навыки использования упражнений из гребного спорта в подготовительной части занятий по борьбе.
15. Навыки использования упражнений тяжелой атлетики в подготовительной части занятий по борьбе.
16. Использование средств из спортивных игр в общефизической подготовке борцов.
17. Использование средств из восточных единоборств в общефизической подготовке борцов.
18. Использование средств из гребного спорта в общефизической подготовке борцов.
19. Использование средств из легкой атлетики в общефизической подготовке борцов.
20. Использование средств из спортивной гимнастики в общефизической подготовке борцов.
21. Использование средств из лыжного спорта в общефизической подготовке борцов.
22. Использование средств из кроссфита в общефизической подготовке борцов.
23. Использование средств из велоспорта в общефизической подготовке борцов.
24. Использование средств из конькобежного спорта в общефизической подготовке борцов.
25. Использование средств из гиревого спорта в общефизической подготовке борцов.

26.Использование средств из тяжелой атлетики в общефизической подготовке борцов.

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

Вопросы для устного ответа:

- 1.Основы правильной техники выполнения базовых приемов вольной борьбы в стойке из группы прогибом.
- 2.Основы правильной техники выполнения базовых приемов вольной борьбы в стойке из группы подворотом.
- 3.Основы правильной техники выполнения базовых приемов вольной борьбы в стойке из подкласса переводы.
4. Основы правильной техники выполнения базовых приемов вольной борьбы в стойке из групп наклоном и поворотом.
- 5.Основы правильной техники выполнения базовых приемов вольной борьбы в стойке из групп вращением, сбиванием и скручиванием.
- 6.Основы правильной техники выполнения базовых приемов вольной борьбы в стойке из подкласса сваливания.
- 7.Основы правильной техники выполнения базовых приемов вольной борьбы в партере из подкласса броски.
- 8.Основы правильной техники выполнения базовых приемов вольной борьбы в партере из подкласса перевороты. Основы правильной техники выполнения базовых приемов вольной борьбы в партере из подкласса удержания.
- 9.Показ и анализ техники вольной борьбы в стойке из подгруппы броски.
- 10.Показ и анализ техники вольной борьбы в стойке из подгруппы переводы.
- 11.Показ и анализ техники вольной борьбы в стойке из подгруппы сваливания.
- 12.Показ и анализ техники вольной борьбы в партере из подгруппы броски.
- 13.Показ и анализ техники вольной борьбы в партере из подгруппы перевороты.
- 14.Показ и анализ техники вольной борьбы в партере из подгруппы удержания.
- 15.Судейство соревнований в качестве бокового судьи.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Основы применения упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по вольной борьбе.
2. Основы применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по вольной борьбе.
3. Основы применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по вольной борьбе.
4. Основы применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по вольной борьбе.
5. Особенности применения упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по вольной борьбе.
6. Особенности применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по вольной борьбе.
7. Особенности применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по вольной борьбе.
8. Особенности применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по вольной борьбе.

9. Навыки использования упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по вольной борьбе, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

10. Навыки использования упражнений на восстановление дыхания в заключительной части занятий по вольной борьбе, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

11. Навыки использования упражнений на восстановление ЧСС в заключительной части занятий по вольной борьбе, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

12. Навыки использования упражнений растяжение в заключительной части занятий по вольной борьбе, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

13. Навыки использования упражнений на расслабление в заключительной части занятий по вольной борьбе, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

14. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке из подкласса броски.

15. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке из подкласса переводы.

16. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке из подкласса сваливания.

17. Анализ тактики выполнения технических действий в партере из подкласса броски.

18. Анализ тактики выполнения технических действий в партере из подкласса перевороты.

19. Анализ тактики выполнения технических действий в партере из подкласса удержания.

20. Особенности выполнения функций бокового судьи.

21. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в стойке из подкласса броски.

22. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в стойке из подкласса переводы.

23. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в стойке из подкласса сваливания.

24. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в партере из подкласса броски.

25. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в партере из подкласса перевороты.

26. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в партере из подкласса удержания.

27. Осуществление самоконтроля на занятиях по борьбе.

28. Осуществление самоконтроля между занятиями различной направленности по борьбе.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Разработка программы спортивной подготовки по вольной борьбе на начальном этапе.

2. Разработка программы спортивной подготовки по вольной борьбе на этапе начальной углубленной спортивной специализации.

3. Особенности реализации программы спортивной подготовки по вольной борьбе на начальном этапе.

4. Особенности реализации программы спортивной подготовки по вольной борьбе на этапе начальной углубленной спортивной специализации.

5. Навыки планирования тренировочных занятий по вольной борьбе с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе многолетней подготовки.

6. Навыки планирования занятий по вольной борьбе с учетом особенностей занимающихся на этапе начальной углубленной спортивной специализации.

7. Навыки проведения тренировочных занятий по вольной борьбе с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе подготовки.

8. Навыки проведения тренировочных занятий по вольной борьбе с учетом особенностей занимающихся на этапе начальной углубленной спортивной специализации.

9. Определение уровня работоспособности борцов.

10. Выполнение функции арбитра при проведении соревнований по вольной борьбе.

11. Выполнение функции секретаря при проведении соревнований по вольной борьбе.

12. Применение методики по определению антропометрических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в вольной борьбе

13. Применение методики по определению физических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в вольной борьбе.

14. Применение методики по определению психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в вольной борьбе.

15. Разработка годового плана подготовки борцов на тренировочном этапе многолетней подготовки (начальной специализации).

16. Разработка годового плана подготовки борцов на этапе начальной углубленной спортивной специализации.

17. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в вольной борьбе.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Разработка тренировочной программы подготовки борцов на этапе спортивного совершенствования.

2. Планирование тренировочных занятий в вольной борьбе с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.

3. Проведение тренировочных занятий по совершенствованию технике борьбы с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.

4. Проведение тренировочных занятий по совершенствованию тактики борьбы с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.

5. Проведение тренировочных занятий борцов по ОФП с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.

6. Проведение тренировочных занятий борцов по СФП с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.

7. Определение уровня специализированных качеств у борцов в средних весовых категориях.

8. Определение уровня специализированных качеств у борцов в тяжелых весовых категориях.

9. Определение уровня специализированных качеств у борцов в легких весовых категориях

10. Разработка подготовительного периода годового плана подготовки борцов на этапе спортивного совершенствования.
11. Разработка соревновательного периода годового плана подготовки борцов на этапе спортивного совершенствования.
12. Разработка переходного периода годового плана подготовки борцов на этапе спортивного совершенствования.
13. Учет взаимовлияния нагрузок при разработке годового плана подготовки на этапе спортивного совершенствования.
14. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности спортсменов в вольной борьбе.
15. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в вольной борьбе.
16. Оценка результатов индивидуальной спортивной деятельности за период обучения в вузе.
17. Особенности тестирования работоспособности спортсменов в вольной борьбе на этапе спортивного совершенствования.
18. Разработать положение о соревнованиях по вольной борьбе.
19. Выполнение функции руководителя ковра при проведении соревнований по вольной борьбе.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)»

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 (вольная 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"] / [Султанахмедов Г.С. [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 (вольная 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.: Султанахмедов Г.С. [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 РГУФКСМУТ - <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.

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.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 3 группы направления подготовки Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по вольной борьбе. 2. Подготовка мест занятий по вольной борьбе и изучение инструкций по технике безопасности 3. Занятия вольной борьбой по программе начальной подготовки. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности.	10 10 20 15
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	20
4	Сдача дифференцированного зачета (промежуточный 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 дифференцированному зачету.

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

К дифференцированному зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдать дифференцированный зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 3 группы направления подготовки Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Занятия вольной борьбой по программе начальной подготовки. 2. Занятия по анализу техники вольной борьбы. 3. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке борцов вольного стиля. 4. Формирование навыков судейства соревнований в качестве бокового судьи.	10 15 15 15
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	20
4	Сдача дифференцированного зачета (промежуточный 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 дифференцированному зачету.

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

К дифференцированному зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдать дифференцированный зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 3 группы направления подготовки Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачёт.*

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество Баллов *
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной частей занятий по вольной борьбе. 2. Занятия вольной борьбой по программе этапа начальной углубленной спортивной специализации. 3. Самоконтроль в процессе занятий вольной борьбой. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке борцов. 5. Занятия по анализу тактики вольной борьбы. 6. Методики обучения в вольной борьбе. 7. Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке борцов. 8. Формирование навыков судейства соревнований в качестве бокового судьи.	10 10 5 5 5 20 5 5
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	10
4	Сдача дифференцированного зачета (промежуточный 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 дифференцированному зачету.

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

К дифференцированному зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдать дифференцированный зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 3 группы направления подготовки Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачёт.*

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами СШ по вольной борьбе. 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах по вольной борьбе в СШ. 3. Изучение структуры и организации работы СШ по вольной борьбе. 4. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий. 5. Разработка годового плана подготовки борцов на тренировочном этапе. 6. Навыки определения уровня работоспособности борцов. 7. Хронометраж занятий по вольной борьбе. 8. Формирование навыков судейства в качестве арбитра.	5 5 5 10 10 10 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	10
4	Сдача дифференцированный зачет (промежуточный 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 дифференцированному зачету.

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

К дифференцированному зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдать дифференцированный зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю)) «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, 3 группы направления подготовки Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 9-10 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Проведение занятий с группами спортивного совершенствования в СШ по вольной борьбе. 2. Сохранение и поддержание спортивной формы борцов вольного стиля. 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности борцов. 4. Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе спортивного совершенствования по вольной борьбе. 5. Навыки определения уровня специализированных качеств у борцов. 6. Организация и проведение соревнований.	10 10 10 10 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	10
4	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 экзамену

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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



**Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики единоборств**

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

**«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование
(вольная 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 2016г.

Москва – 2017 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 20 зачетных единиц.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10

3. Цель освоения дисциплины (модуля): обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий по вольной борьбе и поддержание их спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

– В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

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

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

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

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

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

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

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

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

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):
заочная форма обучения

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Организация и проведение занятий по вольной борьбе.	1-2	8	100		Дифференцированный зачет
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств борцов		2	34		
3.	Организация и проведение занятий по вольной борьбе.	3-4	4	38		Дифференцированный зачет
4.	Освоение методики технико-тактической подготовки борцов.		4	30		
5.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		4	30		
6.	Организация и проведение соревнований		4	30		
7.	Организация и проведение занятий по вольной борьбе.		5-6	6	64	
8.	Формирование навыков совершенствования физических качеств борцов.	2		8		
9.	Освоение методик технико-тактической подготовки борцов.	4		20		
10.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий	2		8		
11.	Организация и проведение соревнований	2		28		
12.	Организация и проведение занятий по вольной борьбе.	8		8	80	

13.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий			16		
14.	Управление процессом спортивной подготовки		4	16		
15.	Организация и проведение соревнований		4	16		
16.	Организация и проведение занятий по вольной борьбе.	9-10	22	67	9	Экзамен
17.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		2	4		
18.	Управление процессом спортивной подготовки		2	16		
19.	Организация и проведение соревнований		6	16		
Итого: 720 часов (20 зачетных единиц).			90	621	9	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теории и методики единоборств

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование
(вольная борьба)»**

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 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 8 от «21» апреля 2016 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

(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.

Составитель:

Султанахмедов Гаджихмед Султанахмедович – кандидат педагогических наук,
доцент кафедры ТиМ единоборств РГУФКСМиТ;
Гаркин Николай Владимирович – доцент кафедры ТиМ единоборств
РГУФКСМиТ.

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

1. **Цель освоения дисциплины (модуля):** обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий по вольной борьбе и поддержание их спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)» относится к профессиональному циклу вариативной части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» по профилю «Спортивная подготовка». Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра обусловлено необходимостью формирования у выпускников практические навыки решения сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в области спортивной борьбы.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как теория и методика избранного вида спорта, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология, безопасность жизнедеятельности, восстановление в спорте, врачебный контроль, аналогичные видам вольной 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	Заочная форма обучения
ОПК-2	Знать: - основы теории и методики физической культуры; - методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта; - требования образовательных стандартов.	1 2 3 4		
	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры; - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов;			
	Владеть: навыками планирования и проведения учебных			

	занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта.			
ОПК-3	Знать: - основы теории и методики физической культуры и спорта; - принципы и методы обучения; - требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта.			
	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 избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.	5 6 7 8		
	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-5	Знать: - средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений; - основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии.	1 2		
	Уметь: - анализировать тактику в вольной борьбе	3 4		
	Владеть: - навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев.	5 6 7 8		
ОПК-8	Знать: - правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта; - обязанности организаторов и судей соревнования.			
	Уметь: - осуществлять объективное судейство соревнований; - выполнять функции судей по вольной борьбе.	3 4 5 6		
	Владеть: - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.	7 8		
ПК-10	Владеть:	5		

	- современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в вольной борьбе	6		
ПК-11	Уметь: - разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в вольной борьбе	5 6		
	Владеть: - навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по вольной борьбе	7 8		
ПК-14	Уметь: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта (вольная борьба) демонстрировать технику движений	1 2		
	Владеть: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.	3 4 5 6		
ПК-15	Уметь: - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.	3 4		
	Владеть: - умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности; - оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.	7 8		

4. Структура и содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)»

4.1 Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц, экзамены – 9 часов, аудиторных занятий – 232 часа, самостоятельная работа студентов – 479 часов.

Условные обозначения: 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 (модули) «Теория и методика вольной борьбы»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
----------	---	----------------	---	--

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
I курс	Всего: 234 часа (6,5 зачетных единиц)	1-2		52	182		Дифференцирован- ный зачет
1.	Организация и проведение занятий по вольной борьбе.			12	62		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по вольной борьбе.			4	10		
1.2	Подготовка мест занятий по вольной борьбе и изучение инструкций по технике безопасности.				10		
1.3	Занятия вольной борьбой по программе начальной подготовки.			8	42		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств борцов.			10	30		
2.1	Профессионально- педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности.			10	30		
3.	Освоение методики технико- тактической подготовки борцов.			10	30		
3.1	Занятия по анализу техники вольной борьбы.			10	30		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.			10	30		
4.1	Составление комплекса упражнений общефизической и оздоровительной направленности.			10	30		
5.	Организация и проведение соревнований.			10	30		
5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве бокового судьи.			10	30		
II курс	Всего: 126 часов (3,5 зачетных единиц).	3-4		60	66		Дифференцирован- ный зачет

1.	Организация и проведение занятий по вольной борьбе.			20	12		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной части занятий по вольной борьбе.			4	8		
1.2	Занятия вольной борьбой по программе тренировочного этапа.			10			
1.3	Самоконтроль в процессе занятий по вольной борьбе			6	4		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств борцов.			10	8		
2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке.			10	8		
3.	Освоение методик технико-тактической подготовки борцов.			20	12		
3.1	Занятия по анализу тактики вольной борьбы.			4	4		
3.2	Методики обучения в вольной борьбе.			16	8		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.			4	8		
4.1	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке борцов.			4	8		
5.	Организация и проведение соревнований.			6	26		
5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей по вольной борьбе.			6	26		
III курс	Всего: 126 часов (3,5 зачетных единиц).	5-6		60	66		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий по вольной борьбе.			24	18		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами спортивных школ по вольной борьбе.			2	6		

1.2	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах спортивных школ по вольной борьбе			2	4		
1.3	Изучение структуры и организации работы спортивных школ по вольной борьбе.				8		
1.4	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий по вольной борьбе			20			
2.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.				16		
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов на начальном и учебно-тренировочном этапах многолетней подготовки по вольной борьбе.				16		
3.	Управление процессом спортивной подготовки.			20	16		
3.1	Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в вольной борьбе.			10	8		
3.2	Хронометраж занятий по вольной борьбе.			10	8		
4.	Организация и проведение соревнований			16	16		
4.1	Формирование навыков судейства в качестве судей по вольной борьбе.			16	16		
IV курс	Всего: 234 часа (3,5 зачетных единиц).	7-8		60	165	9	Экзамен
1.	Организация и проведение занятий по вольной борьбе.			20	109		
1.1	Проведение занятий с группами спортивного совершенствования по вольной борьбе.			8	8		
1.2	Сохранение и поддержание спортивной формы			8	96		
1.3	Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности			4	5		

2.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.			2	8		
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов в группах спортивного совершенствования по вольной борьбе.			2	8		
3.	Управление процессом спортивной подготовки.			20	20		
3.1	Навыки определения уровня специальных качеств в вольной борьбе.			20	20		
4.	Организация и проведение соревнований			18	28		
4.1	Разработка и написание положения о соревнованиях по вольной борьбе.			4	4		
4.2	Составление сметы на проведение соревнований по вольной борьбе.			4	4		
4.3	Организация и проведение соревнований в вольной борьбе.			10	20		
Всего: 720 часов (20 зачетных единиц).				232	479	9	

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

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

5.2.1. Содержание зачетных требований для студентов во II семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Основы применения строевых упражнений в подготовительной части занятий по вольной борьбе.
2. Основы применения общеразвивающих упражнений в подготовительной части занятий по вольной борьбе.

3. Основы применения акробатических упражнений в подготовительной части занятий по вольной борьбе.
4. Основы применения беговых и игровых упражнений в подготовительной части занятий по вольной борьбе.
5. Основы применения специально-подготовительных упражнений в подготовительной части занятий по вольной борьбе
6. Основы применения упражнений из различных видов спорта в подготовительной части занятий.
7. Основы применения средств и методов из других видов спорта в общефизической подготовке борцов.
8. Навыки использования упражнений из других видов спорта в подготовительной части занятий по борьбе.
9. Основы правильной техники выполнения базовых приемов вольной борьбы в стойке из группы прогибом.
10. Основы правильной техники выполнения базовых приемов вольной борьбы в стойке из группы подворотом.
11. Основы правильной техники выполнения базовых приемов вольной борьбы в стойке из подкласса переводы.
12. Основы правильной техники выполнения базовых приемов вольной борьбы в стойке из групп наклоном и поворотом.
13. Основы правильной техники выполнения базовых приемов вольной борьбы в стойке из групп вращением, сбиванием и скручиванием.
14. Основы правильной техники выполнения базовых приемов вольной борьбы в стойке из подкласса сваливания.
15. Основы правильной техники выполнения базовых приемов вольной борьбы в партере из подкласса броски.
16. Основы правильной техники выполнения базовых приемов вольной борьбы в партере из подкласса перевороты. Основы правильной техники выполнения базовых приемов вольной борьбы в партере из подкласса удержания.
17. Показ и анализ техники вольной борьбы в стойке из подгруппы броски.
18. Показ и анализ техники вольной борьбы в стойке из подгруппы переводы.
19. Показ и анализ техники вольной борьбы в стойке из подгруппы сваливания.
20. Показ и анализ техники вольной борьбы в партере из подгруппы броски.
21. Показ и анализ техники вольной борьбы в партере из подгруппы перевороты.
22. Показ и анализ техники вольной борьбы в партере из подгруппы удержания.
23. Судейство соревнований в качестве бокового судьи.

5.2.2. Содержание зачетных требований для студентов в IV семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Основы применения упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по вольной борьбе.
2. Основы применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по вольной борьбе.
3. Основы применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по вольной борьбе.
4. Основы применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по вольной борьбе.
5. Особенности применения упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по вольной борьбе.
6. Особенности применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по вольной борьбе.

7. Особенности применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по вольной борьбе.
8. Особенности применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по вольной борьбе.
9. Навыки использования упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по вольной борьбе, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.
10. Навыки использования упражнений на восстановление дыхания в заключительной части занятий по вольной борьбе, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.
11. Навыки использования упражнений на восстановление ЧСС в заключительной части занятий по вольной борьбе, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.
12. Навыки использования упражнений растяжение в заключительной части занятий по вольной борьбе, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.
13. Навыки использования упражнений на расслабление в заключительной части занятий по вольной борьбе, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.
14. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке из подкласса броски.
15. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке из подкласса переводы.
16. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке из подкласса сваливания.
17. Анализ тактики выполнения технических действий в партере из подкласса броски.
18. Анализ тактики выполнения технических действий в партере из подкласса перевороты.
19. Анализ тактики выполнения технических действий в партере из подкласса удержания.
20. Особенности выполнения функций бокового судьи.
21. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в стойке из подкласса броски.
22. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в стойке из подкласса переводы.
23. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в стойке из подкласса сваливания.
24. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в партере из подкласса броски.
25. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в партере из подкласса перевороты.
26. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в партере из подкласса удержания.
27. Осуществление самоконтроля на занятиях по борьбе.
28. Осуществление самоконтроля между занятиями различной направленности по борьбе.

5.2.3. Содержание зачетных требований для студентов во VI семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Разработка программы спортивной подготовки по вольной борьбе на начальном этапе.

2. Разработка программы спортивной подготовки по вольной борьбе на учебно-тренировочном этапе.
3. Особенности реализации программы спортивной подготовки по вольной борьбе на начальном этапе.
4. Особенности реализации программы спортивной подготовки по вольной борьбе на учебно-тренировочном этапе.
5. Навыки планирования тренировочных занятий по вольной борьбе с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе многолетней подготовки.
6. Навыки планирования занятий по вольной борьбе с учетом особенностей занимающихся на учебно-тренировочном этапе многолетней подготовки.
7. Навыки проведения тренировочных занятий по вольной борьбе с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе подготовки.
8. Навыки проведения тренировочных занятий по вольной борьбе с учетом особенностей занимающихся на учебно-тренировочном этапе подготовки.
9. Определение уровня работоспособности борцов.
10. Выполнение функции арбитра при проведении соревнований по вольной борьбе.
11. Выполнение функции секретаря при проведении соревнований по вольной борьбе.
12. Применение методики по определению антропометрических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в вольной борьбе
13. Применение методики по определению физических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в вольной борьбе.
14. Применение методики по определению психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в вольной борьбе.
15. Разработка годового плана подготовки борцов на тренировочном этапе многолетней подготовки (начальной специализации).
16. Разработка годового плана подготовки борцов на учебно-тренировочном этапе многолетней подготовки (углубленной специализации).
17. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в вольной борьбе.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Разработка тренировочной программы подготовки борцов на этапе спортивного совершенствования.
2. Планирование тренировочных занятий в вольной борьбе с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
3. Проведение тренировочных занятий по совершенствованию технике борьбы с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
4. Проведение тренировочных занятий по совершенствованию тактики борьбы с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
5. Проведение тренировочных занятий борцов по ОФП с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
6. Проведение тренировочных занятий борцов по СФП с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
7. Определение уровня специализированных качеств у борцов в средних весовых категориях.
8. Определение уровня специализированных качеств у борцов в тяжелых весовых категориях.
9. Определение уровня специализированных качеств у борцов в легких весовых категориях

10. Разработка подготовительного периода годового плана подготовки борцов на этапе спортивного совершенствования.
11. Разработка соревновательного периода годового плана подготовки борцов на этапе спортивного совершенствования.
12. Разработка переходного периода годового плана подготовки борцов на этапе спортивного совершенствования.
13. Учет взаимовлияния нагрузок при разработке годового плана подготовки на этапе спортивного совершенствования.
14. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности спортсменов в вольной борьбе.
15. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в вольной борьбе.
16. Оценка результатов индивидуальной спортивной деятельности за период обучения в вузе.
17. Особенности тестирования работоспособности спортсменов в вольной борьбе на этапе спортивного совершенствования.
18. Разработать положение о соревнованиях по вольной борьбе.
19. Выполнение функции руководителя ковра при проведении соревнований по вольной борьбе.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)»

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 (вольная 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"] / [Султанахмедов Г.С. [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 (вольная 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.: Султанахмедов Г.С. [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 РГУФКСМУТ - <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 «Руконт» 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.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 13 группы направления подготовки Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестр.

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный 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	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по вольной борьбе. 2. Подготовка мест занятий по вольной борьбе и изучение инструкций по технике безопасности 3. Занятия вольной борьбой по программе начальной подготовки. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности 5. Занятия по анализу техники вольной борьбы. 6. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке борцов вольного стиля. 7. Формирование навыков судейства соревнований в качестве бокового судьи.	1-4 недели 1-4 недели 5-8 недели 9-13 недели 14-15 и 20-25 недели 26-20 недели 31-35 недели	5 5 10 10 10 10 5
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	42 неделя	20
4	Сдача дифференцированного зачета (промежуточный контроль)	43-44 недели	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 дифференцированному зачету.

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

К дифференцированному зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдав дифференцированный зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 13 группы направления подготовки Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный 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	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной частей занятий по вольной борьбе. 2. Занятия вольной борьбой по программе учебно-тренировочного этапа. 3. Самоконтроль в процессе занятий вольной борьбой. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке борцов. 5. Занятия по анализу тактики вольной борьбы. 6. Методики обучения в вольной борьбе. 7. Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке борцов. 8. Формирование навыков судейства соревнований в качестве бокового судьи.	1-2 недели 3-10 недели 3-10 недели 11-15 недели 20-21 недели 22-33 недели 34-35 недели 36-39 недели	10 10 5 5 5 20 5 5
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	39 неделя	10
4	Сдача дифференцированного зачета (промежуточный контроль)	45 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	<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 дифференцированному зачету.

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

К дифференцированному зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдать дифференцированный зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 13 группы направления подготовки Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный 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	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами СШ по вольной борьбе. 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах по вольной борьбе в СШ. 3. Изучение структуры и организации работы СШ по вольной борьбе. 4. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий. 5. Разработка годового плана подготовки борцов на тренировочном этапе. 6. Навыки определения уровня работоспособности борцов. 7. Хронометраж занятий по вольной борьбе. 8. Формирование навыков судейства в качестве арбитра.	3-12 недели 13-15 недели 16-17 недели 28-34 недели 22-23 недели 24-26 недели 27 неделя 35-36 недели	5 5 5 10 10 10 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	38 неделя	10
4	Сдача дифференцированный зачет (промежуточный контроль)	44-45 недели	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 дифференцированному зачету.

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

К дифференцированному зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдать дифференцированный зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 13 группы направления подготовки Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ 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	Контроль освоения практических навыков: 1. Проведение занятий с группами спортивного совершенствования в СШ по вольной борьбе. 2. Сохранение и поддержание спортивной формы борцов вольного стиля. 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности борцов. 8. Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе спортивного совершенствования по вольной борьбе. 4. Навыки определения уровня специализированных качеств у борцов. 5. Организация и проведение соревнований.	1-7 недели 8-15 недели 21-24 недели 29-30 недели 31-33 недели 34-38 недели	10 10 10 10 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	39 неделя	10
4	Сдача экзамена (рубежный контроль)	40 неделя	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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



**Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики единоборств**

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

**«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование
(вольная 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 2016г.

Москва – 2017 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 20 зачетных единиц.

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

3. Цель освоения дисциплины (модуля): обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий по вольной борьбе и поддержание их спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

– В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

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

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

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

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

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

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

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

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

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):
очная форма обучения

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Организация и проведение занятий по вольной борьбе.	1-2	12	62		Дифференцированный зачет
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств борцов		10	30		
3.	Освоение методики технико-тактической подготовки борцов.		10	30		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		10	30		
5.	Организация и проведение соревнований		10	30		
6.	Организация и проведение занятий по вольной борьбе.	3-4	20	12		Дифференцированный зачет
7.	Формирование навыков совершенствования физических качеств борцов.		10	8		
8.	Освоение методик технико-тактической подготовки борцов.		20	12		
9.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		4	8		
10.	Организация и проведение соревнований		6	26		
11.	Организация и проведение занятий по вольной борьбе.	5-6	24	18		Дифференцированный зачет
12.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий			16		

13.	Управление процессом спортивной подготовки		20	16		
14.	Организация и проведение соревнований		16	16		
15.	Организация и проведение занятий по вольной борьбе.	7-8	20	109	9	Экзамен
16.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		2	8		
17.	Управление процессом спортивной подготовки		20	20		
18..	Организация и проведение соревнований		18	28		
Итого: 720 часов (20 зачетных единиц).			232	479	9	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Институт Спорта и физического воспитания

Кафедра Теории и методики единоборств

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**«Б1.В.0Д.11 СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (ВОЛЬНАЯ 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 (ускоренное обучение на базе ВПО)*

Год набора – 2016 г.

Москва – 2017

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института [спорта и физического воспитания](#)
Протокол № 8 от «24» апреля 2016 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

(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.

Составитель:

Султанахмедов Гаджихмед Султанахмедович – кандидат педагогических наук,
доцент кафедры ТиМ единоборств РГУФКСМиТ;

Гаркин Николай Владимирович – доцент кафедры ТиМ единоборств
РГУФКСМиТ.

Рецензент:

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

Цель освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»

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

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

1. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)» по профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» предусмотрена основной образовательной программой (ООП) в рамках изучения базовой (обязательной) части Профессионального цикла вариативной части учебного плана (Б1.В. ОД.11).

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

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

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

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения и готовности, предъявляемые к поступающим абитуриентам, а именно: история развития вольной борьбы в России; сильнейшие борцы России и мира; правила соревнований по вольной борьбе; основы техники и тактики в избранном виде спорта (вольная борьба); уровень двигательной подготовленности.

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

освоение которых предусмотрено основной образовательной программой в предшествующие годы обучения.

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

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

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

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

	определенных задач в индивидуальном уроке – Проводить индивидуальные уроки с борцами разного уровня подготовленности			
	<i>Владеть:</i>			6
	– Навыками точной оценки уровня подготовленности занимающихся для корректного подбора упражнений в индивидуальном уроке			
ОПК-3	<i>Знать:</i>			1
	– Методы проведения групповых занятий по двигательной подготовке борцов разного возраста и квалификации			
	<i>Уметь:</i>			1
	– Составлять комплексы упражнений, направленных на совершенствование быстроты, силы, гибкости, ловкости и выносливости – Составлять комплексы упражнений, направленных на развитие скоростно-силовых способностей у юных борцов – Составлять комплексы упражнений, направленных на совершенствование специальной ловкости и гибкости у юных борцов			
	<i>Знать:</i>			2
	– Методики обучения приемам передвижения в вольной борьбе			
	<i>Уметь:</i>			2
	– Составлять комплексы упражнений, направленных на совершенствование приемов передвижения и маневрирования борцов			
	<i>Владеть:</i>			2
	– Навыками проведения групповых тренировочных занятий, направленных на совершенствование приемов передвижения и маневрирования у юных борцов			
	<i>Знать:</i>			3
	– Методы обучения и совершенствования техники приемов передвижения в борьбе			
	<i>Уметь:</i>			3
	– Составлять комплексы парных упражнений, позволяющих обучать технике выполнения приемов передвижений в вольной борьбе – Составлять комплексы парных упражнений, позволяющих совершенствовать технику выполнения приемов передвижений			
	<i>Владеть:</i>			3
	– Навыками проведения групповых занятий с использованием парных упражнений, направленных на обучение и совершенствование техники выполнения приемов передвижений			
	<i>Знать:</i>			5
	– Специфику тактической тренировки в вольной борьбе – Особенности проявления тактических умений в			

	соревновательных поединках борцов			
	<i>Уметь:</i>			5
	– Составлять комплексы парных упражнений, направленных на обучение тактическим умениям и навыкам подготовки и применения соревновательных действий с юными борцами			
	<i>Владеть:</i>			5
	– Навыками проведения парных упражнений и оперативной коррекции в обучении тактическим умениям и навыкам подготовки и применения соревновательных действий с юными борцами			
	<i>Уметь:</i>			6
	– Взаимодействовать с напарником и тренером во время проведения индивидуального урока – Правильно подбирать дистанцию для начала и завершения схватки в заданной ситуации в индивидуальном уроке			
	<i>Владеть:</i>			6
	– Навыками проведения индивидуального урока с борцами на этапе начальной специализации – Навыками проведения индивидуального урока с борцами на этапе углубленной специализации			
	<i>Уметь:</i>			8
	– Управлять состоянием и воздействовать на психо-эмоциональную сферу спортсменов для обеспечения эффективной соревновательной деятельности			
	<i>Владеть:</i>			8
	– Навыками управления состоянием спортсменов в тренировках и на соревнованиях			
ОПК-5	<i>Знать:</i>			1
	– Средства и методы развития двигательных качеств и особенности их проявления при совершенствовании приемов атаки и маневрирования у борцов			
	<i>Уметь:</i>			1
	– Составлять комплексы упражнений, направленных на специализирование двигательных качеств, позволяющих совершенствовать приемы атаки и маневрирования у юных борцов			
	<i>Знать:</i>			2
	– Критерии оценки уровня двигательной подготовленности борцов – Методики, позволяющие оценить уровень двигательной подготовленности борцов			
	<i>Уметь:</i>			2
	– Применять методики и упражнения для оценки двигательной подготовленности в тренировке с юными борцами			
	<i>Владеть:</i>			2
	– Навыками точной оценки уровня двигательной			

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

	– Навыками точной оценки уровня двигательной подготовленности борцов			
ПК-11	<i>Знать:</i>			4
	– Разновидности форм организации и проведения тренировочных занятий в подготовке борцов			
	<i>Уметь:</i>			4
	– Подбирать упражнения в соответствии с особенностями контингента занимающихся борцов – Использовать разнообразные формы организации тренировочных занятий борцов			
	<i>Знать:</i>			5
	– Организационно-методические основы построения тренировки борцов			
	<i>Уметь:</i>			5
	– Применять средства и методы тренировки борцов с учетом этапа и периода годового цикла подготовки			
	<i>Владеть:</i>			5
	– Навыками применения средств и методов тренировки борцов в различные периоды годового цикла подготовки			
	<i>Знать:</i>			7
	– Особенности планирования тренировочной работы с борцами высшей квалификации			
	<i>Уметь:</i>			7
	– Планировать тренировки борцов высшей квалификации с учетом календаря соревнований			
	<i>Владеть:</i>			7
	– Навыками управления подготовкой борцов высшей квалификации			
ПК-14	<i>Знать:</i>			3
	– Специфические особенности женской вольной борьбы – Средства и методы обучения и совершенствования в женской вольной борьбе			
	<i>Уметь:</i>			3
	– Использовать в тренировочном процессе средства и методы обучения с учетом специфики женской вольной борьбы			
	<i>Владеть:</i>			3
	– Навыками применения средств и методов обучения и совершенствования с учетом специфики женской вольной борьбы			
	<i>Знать:</i>			4
	– Специфические особенности вольной борьбы – Средства и методы обучения и совершенствования в вольной борьбе			
	<i>Уметь:</i>			4
	– Использовать в тренировочном процессе средства и методы обучения с учетом специфики вольной борьбы			

	<i>Владеть:</i>			4
	– Навыками применения средств и методов обучения и совершенствования с учетом специфики вольной борьбы			
	<i>Знать:</i>			5
	– Специфические особенности обучение детей вольной борьбе			
	– Средства и методы обучения и совершенствования детей в вольной борьбе			
	<i>Уметь:</i>			5
	– Использовать в тренировочном процессе средства и методы обучения с учетом специфики детского возраста			
	<i>Владеть:</i>			5
	– Навыками применения средств и методов обучения и совершенствования с учетом специфики детского возраста			
	<i>Знать:</i>			7
	– Методы универсализации технико-тактического оснащения квалифицированных борцов			
	– Методы индивидуализации технико-тактической подготовки квалифицированных борцов			
	<i>Уметь:</i>			7
	– Выявлять недостатки в технико-тактическом оснащении квалифицированных борцов для последующей универсализации и индивидуализации их подготовки			
	<i>Владеть:</i>			7
	– Методами технико-тактического совершенствования квалифицированных борцов с направленностью на универсализацию и индивидуализацию их подготовки			
ПК-15	<i>Знать:</i>			7
	– Особенности методов технико-тактического совершенствования для своевременной оценки и анализа результатов тренировочной деятельности			
	– Механизмы оценки индивидуальной подготовленности борцов			
	<i>Уметь:</i>			7
	– Осуществлять самоконтроль технико-тактической подготовленности борцами по результатам индивидуальной спортивной деятельности			
	<i>Уметь:</i>			8
	– Осуществлять педагогический контроль за технико-тактической подготовленностью борцов			
	– Анализировать и своевременно корректировать планы подготовки борцов			
	<i>Владеть:</i>			8
	– Навыками педагогического контроля технико-тактической подготовленности и оценки результатов спортивной деятельности борцов для своевременной коррекции тренировочных планов			

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

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

3. Структура и содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)»

Общая трудоемкость дисциплины составляет
 – **20 зачетных единиц, 720 академических часов** (экзамены – 9 часов, аудиторных занятий – 44 часа, самостоятельная работа – 667 часов).

Заочная форма обучения

№	Разделы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) *				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ							
		1					
1	Освоение педагогических умений, направленных на решение задач совершенствования двигательной тренировки борцов			2	30		
2	Специализация двигательных качеств на основе использования приемов атаки и маневрирования. Средства и методы			2	30		
3	Методы проведения групповых занятий по двигательной подготовке борцов разного возраста и квалификации. Индивидуальные программы совершенствования двигательных качеств			2	40		
	Итого за семестр			6	100		
Промежуточная аттестация							
		2					
4	Тестирование уровня двигательной подготовленности борцов. Методики и упражнения			2	20		
5	Типовые приемы ведения поединка и критерии их оценки				20		
6	Практическое освоение методики обучения приемам передвижения в вольной борьбе. Педагогические			2	20		

	навыки выявления и исправления ошибок						
7	Педагогические навыки составления плана тренировочного занятия и его частей. Проведение разминки и упражнений в основной части занятия				20		
8	Организация и проведение соревнований по вольной борьбе. Обучение технологии судейства в качестве арбитра				25		
	Итого за семестр			4	103		
	Промежуточная аттестация				3		Диф. зачет
	ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ						
		3					
9	Техническая тренировка. Методы обучения и совершенствования. Проведение разновидностей упражнений с партнером			2	10		
10	Борьба в стойке. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики борьбы в стойке			2	10		
11	Освоение методики тренировки юных борцов (учебная практика проведения основной части занятия)			2	16		
12	Разбор и анализ положений, определяющих психограмму борьбы, в условиях практического выполнения специализированных нагрузок			2	10		
	Итого за семестр			8	46		
	Промежуточная аттестация						
		4					
13	Борьба в партере. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики борьбы в партере			2	10		
14	Критерии оценки технико-тактической подготовленности борцов. Практический разбор и освоение навыков оценки			2	20		
15	Формы организации тренировочного процесса борцов.			2	15		
	Итого за семестр			6	45		
	Промежуточная аттестация				3		Диф. зачет

ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ							
		5					
16	Тактика вольной борьбы. Тактическая тренировка и тактические умения. Методика обучения тактическим умениям и навыкам подготовки и применения соревновательных действий в вольной борьбе			2	20		
17	Интеллектуальная подготовка и ее содержание. Главные составляющие интеллектуальной подготовки борцов				20		
18	Освоение организационно-методических основ построения тренировки борцов			2	10		
19	Борьба в положении лежа. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики положения борца.			2	14		
	Итого за семестр			6	64		
	Промежуточная аттестация						
		6					
20	Тренерская техника проведения индивидуального урока. Освоение методик обучения и совершенствования в вольной борьбе			2	15		
21	Особенности в содержании и проведении тренером индивидуальных уроков с борцами разного уровня подготовленности			2	15		
22	Методы научных исследований в теории и методике вольной борьбы.				37		
	Итого за семестр			4	67		
	Промежуточная аттестация				3		Диф. зачет
ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ							
		7					
23	Управление подготовкой борцов. Планирование тренировочной работы с борцами высшей квалификации			2	30		
24	Методы технико-тактического совершенствования квалифицированных борцов				30		
25	Методы универсализации и индивидуализации технико-тактической подготовки борцов			2	44		
	Итого за семестр			4	104		

Промежуточная аттестация							
		8					
26	Психолого-педагогические характеристики деятельности тренера по вольной борьбе			2	30		
27	Организация и проведение мероприятий для оценки компонентов технико-тактической, психической и двигательной подготовленности квалифицированных борцов			2	30		
28	Педагогический контроль за технико-тактической подготовленностью борцов			2	42		
Итого за семестр				6	102		
Промежуточная аттестация					27	9	Экзамен
Всего часов				44	667	9	

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

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА

ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

1. Освоение педагогических умений, направленных на решение задач совершенствования двигательной тренировки борцов

Практические занятия

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

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

2. Специализация двигательных качеств на основе использования приемов атаки и маневрирования. Средства и методы

Практические занятия

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

Средства для специализации выносливости. Методы совершенствования аэробных и анаэробных механизмов структуре специальной выносливости борцов. Ловкость и методы ее совершенствования в вольной борьбе.

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

Практические занятия

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

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

Составление конспектов основной части урока, включающих проведение упражнений, специализирующих двигательные качества, пространственную точность движений и целевую точность проведения приема.

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

4. Тестирование уровня двигательной подготовленности борцов.

Методики и упражнения

Практические занятия

Ознакомление с упражнениями для тестирования скоростно-силовых качеств (Тройной прыжок с места, высота выпрыгивания, челночный бег 3x12м, прыжок в длину с места). Практическое освоение упражнений и педагогических навыков тестирования.

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

Методы исследования ловкости и практическое применение тестов (бег на короткие отрезки из различных исходных положений), челночный бег 3x12 м.; преодоление отрезков, требующих проявлений ловкости (равновесие, переползание, бег) на время.

Практическое освоение методов тестирования выносливости - бег на 2x1000 м.

5. Типовые приемы ведения поединка и критерии их оценки

Практические занятия

Разбор типовых приемов вольной борьбы (основные положения, передвижения, игры с элементами вольной борьбы), разновидности атак, защит с ответом, контратак в условиях ведения учебного поединка. Темп как критерий оценки атак по способу выполнения. Разновидности атак, различающиеся моментом выполнения и их практическая интерпретация. Разбор «права атаки» и «права ответа», обсуждение и практическое моделирование выделенных ситуаций поединка и оценка их эффективности арбитром.

6. Практическое освоение методики обучения приемам передвижения в вольной борьбе. Педагогические навыки выявления и исправления ошибок

Практические занятия

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

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

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

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

Практические занятия

Проведение разминки и упражнений в основной части урока.

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

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

8. Организация и проведение соревнований по вольной борьбе. Обучение технологии судейства в качестве арбитра

Практические занятия

Составление положения о соревнованиях.

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

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

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

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

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

Практические занятия

Подбор и проведение комплексов упражнений, способствующих совершенствованию:

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

10. борьба в стойке. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики борьбы в стойке

Практические занятия

Подбор, составление и проведение комплексов подводящих и специально-подготовительных упражнений, способствующих освоению техники борьбы в стойке.

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

Освоение педагогических навыков проведения упражнений, направленных на совершенствование:

- атак переводом рывком за руку;
- атак переводом нырком;
- защит освобождением от захватов;
- контратаки от разных атакующих действий в стойке ;

- атак с использованием бросков в стойке;
- защит и комбинаций защит с ответом.

11. Освоение методики подготовки юных борцов (учебная практика проведения основной части занятия)

Практические занятия

Освоение педагогических навыков проведения упражнений с партнером.

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

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

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

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

12. Разбор и анализ положений, определяющих психограмму борьбы, в условиях практического выполнения специализированных нагрузок

Практические занятия

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

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

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

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

13. Борьба в партере. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики борьбы в партере

Практические занятия

Подбор, составление и проведение комплексов подводящих и специально-подготовительных упражнений, способствующих освоению техники вольной борьбы в партере.

Освоение методических приемов, применяемых при обучении и совершенствовании основных положений и передвижений борца в партере.

Освоение педагогических навыков проведения упражнений, направленных на совершенствование:

- атак выполнением переворота накатом;
- защит от выполнения переворота накатом;
- контратак при проведении переворота накатом;

14. Критерии оценки технико-тактической подготовленности борцов.

Практический разбор и освоение навыков оценки

Практические занятия

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

Моделирование ситуаций с различными характеристиками, отражающими уровень квалификации в вольной борьбе.

Реализация в тренировочных поединках действий, имеющих значимость при оценке уровня технико-тактической подготовленности борца.

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

15. Формы организации тренировочного процесса борцов

Практические занятия

Формы организации занятий в практике подготовки борцов разного возраста:

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

Освоение методики проведения частей урока.

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

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

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

ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

16. Тактика вольной борьбы. Тактическая тренировка и тактические умения. Методика обучения тактическим умениям и навыкам подготовки и применения атакующих действий в вольной борьбе

Практические занятия

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

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

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

17. Интеллектуальная подготовка и ее содержание. Главные составляющие интеллектуальной подготовки борцов

Практические занятия

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

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

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

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

18. Освоение организационно-методических основ построения тренировки борцов

Практические занятия

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

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

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

19. Борьба в положении лежа. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики борьбы в положении лежа

Практические занятия

Освоение базовых действий борьбы, в положении лежа: атака противника в положении лежа. Техника выполнения переворотов в положении лежа.

Практическое освоение педагогических навыков и использование методик, направленных на техническое выполнение атак. Практическое освоение атак, различающихся моментом и дистанцией для начала атаки.

Освоение защит с конратаками.

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

20. Тренерская техника проведения индивидуального урока. Освоение методик обучения и совершенствования и способов передвижений в вольной борьбе

Практические занятия

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

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

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

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

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

21. Особенности в содержании и проведении тренером индивидуальных уроков с борцами разного уровня подготовленности

Практические занятия

Применения типового состава действий и моделирование ситуационных компонентов их подготовки для реализации избранной методики технико-тактического совершенствования на занятиях по вольной борьбе.

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

Способы моделирования условий для создания у обучаемых устойчивости к рефлексорным помехам от сбивающих факторов.

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

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

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

22. Методы научных исследований в теории и методике вольной борьбы

Практические занятия

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

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

ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

23. Управление подготовкой борцов. Планирование учебно-тренировочной работы со спортсменами высшей квалификации

Практические занятия

Составление перспективного четырехлетнего плана подготовки спортсменов высшей квалификации по вольной борьбе. Составление

индивидуального плана тренировки спортсмена на годичный цикл. Анализ календаря соревнований и его учет при планировании подготовки спортсменов сборных команд.

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

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

Построение недельных микроциклов тренировки на различных этапах подготовки.

24. Методы технико-тактического совершенствования квалифицированных борцов

Практические занятия

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

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

Составление конспектов, разбор и анализ комплексов упражнений с использованием методов технико-тактического совершенствования действий атаки и защиты со спортсменами разной квалификации.

25. Методы универсализации и индивидуализации технико-тактической подготовки борцов

Практические занятия

Практика в проведении разминки методом индивидуального урока.

Особенности индивидуальных уроков перед соревновательными поединками с направленностью на расширение технико-тактического арсенала

у борцов. Универсализация в тренировке борцов для обеспечения готовности к ведению поединка, как в атаке, так и в защите.

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

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

26. Психолого-педагогические характеристики деятельности тренера по вольной борьбе

Практические занятия

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

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

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

Практические занятия

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

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

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

28. Педагогический контроль за технико-тактической подготовленностью борцов

Практические занятия

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

Составление досье на определенных членов команд по вольной борьбе.

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

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная 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-бальной шкале). Студент набирает баллы на каждом виде текущего контроля, включая посещение учебных занятий, и рубежного контроля.

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

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

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

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

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

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

Примерная шкала оценки различных видов текущего контроля

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

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

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

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

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

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

Цель и задачи текущего контроля

Виды контроля:

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

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

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

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

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

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

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

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

Функции текущего контроля:

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

Требования к текущему контролю.

1. Итоговые оценки определяются по результатам непрерывного текущего контроля.

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

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

Условия активизации текущего контроля:

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

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

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

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

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

Примерная тематика рефератов для обучающихся на 1-м курсе

1. Основы техники вольной борьбы. Краткая характеристика соревновательной деятельности.
2. Характеристика двигательных качеств борца.
3. Особенности проведения упражнений без партнера.
4. Типовые ошибки и их предупреждение при обучении соревновательной стойки и приемов атаки и маневрирования у начинающих борцов.
5. Анализ результатов соревнований за истекший год в нашей стране среди юношей и юниоров по вольной борьбе (юноши и девушки).
6. Методы проведения групповых занятий по двигательной подготовке борцов разного возраста и квалификации.
7. Типовые приемы ведения поединка и критерии их оценки.
8. Методика предупреждения, выявления и исправления ошибок при обучении и совершенствовании действий борцов.
9. Состав типовых приемов в вольной борьбе. Темп, как основа системы оценки борцовских приемов. Приемы и действия.
10. Тактическая характеристика действий в вольной борьбе. Разновидности атак, защит с ответом и контратак.

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

1. Групповой урок в вольной борьбе. Составные части и педагогические задачи.
 - 1.1. Проведение подготовительной части урока.
 - 1.2. Проведение основной части урока.
 - 1.3. Проведение заключительной части урока.
 - 1.4. Проведение игр с элементами вольной борьбы.

- 1.5. Проведение упражнений в «контрах» в стойке.
- 1.6. Проведение упражнений в «контрах» в партере.
2. Подготовка к сдаче микрозачетов по ОФП и СФП.

Примерная тематика рефератов для обучающихся на 2-м курсе

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

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

1. Проведение упражнений с взаимопомощью в женской вольной борьбе.
2. Проведение упражнений в «контрах» в партере.
3. Освоение тренером индивидуальной концепции обучения и совершенствования техники вольной борьбы.
4. Совершенствование действий в моделируемых тренером ситуациях поединка.
5. Изучение методов научных исследований в теории и методике вольной борьбы.
6. Изучение основ планирования, управления тренировочной работы с борцами высшей квалификации.
7. Изучение методов универсализации и индивидуализации технико-тактической подготовки борцов.
8. Подготовка к сдаче микрозачетов по ОФП и СФП.

Примерная тематика рефератов для обучающихся на 3-м курсе

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

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

1. Разработка годичного плана подготовки на возрастном этапе начальной специализации.
2. Разработка годичного плана подготовки на возрастном этапе углубленной специализации.
3. Разработка годичного плана подготовки на возрастном этапе совершенствования спортивного мастерства.
4. Анализ структуры и содержания индивидуальных уроков с квалифицированными борцами в разные периоды подготовки.
5. Совершенствование действий в безальтернативных ситуациях.
6. Совершенствование действий в ситуациях альтернативного выбора.
7. Совершенствование действий с установкой на их чередование в обусловленной ситуации.
8. Совершенствование действий в ситуации предвосхищения траектории движения обороняющегося противника.
9. Совершенствование действий в моделируемых тренером ситуациях поединка.
10. Проведение оценки компонентов технико-тактической, психической и двигательной подготовленности квалифицированных борцов.

Примерная тематика рефератов для обучающихся на 4-м курсе

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

2. Характеристика составляющих профессионально-педагогической деятельности тренера по вольной борьбе.
3. Средства и методы релаксации после значительных соревновательных нагрузок.
4. Опорные признаки индивидуализации технико-тактического оснащения борцов.
5. Построение моделей соревновательной деятельности с учетом персональных особенностей противника в предстоящем поединке.
6. Тактические основы ведения поединка.
7. Травматизм во время тренировки и соревнований по вольной борьбе. Меры предупреждения травматизма.
8. Средства педагогического контроля соревновательной деятельности борцов.
9. Психолого-педагогические характеристики деятельности тренера по вольной борьбе.
10. Стартовые состояния борцов. Средства и методы регуляции предстартовых состояний.

5.2 Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)»

Примерный перечень вопросов к зачету по дисциплине для обучающихся на 1-м курсе

1. Состав технических приемов вольной борьбы, их систематика.
2. Динамические и кинематические характеристики выполнения приема.
3. Пространственные, временные, силовые, ритмические характеристики выполнения приема.
4. Тактические термины: соревновательное действие, атака, защита, ответ, контратака.
5. Разновидности атак с учетом ситуационных и моментных характеристик их применения: основные, на подготовку, ответные, повторные.
6. Разновидности атак с учетом целевых и количественных характеристик взаимодействия с противником: прямо, переводом, с финтами, с прессингом, комбинированные.
7. Разновидности подготавливающих действий: маневрирование, манипулирование, имитации атак, угрозы выполнения приемов.
8. Понятие о темпе и его значение в теории вольной борьбы. Право атаки и ответа.
9. Понятия о приеме и действии в вольной борьбе.
10. Взаимосвязь техники и тактики в вольной борьбе.
11. Физическая подготовка, как важный раздел тренировочной деятельности.

12. Двигательные качества борца.
13. Методы совершенствования быстроты.
14. Методы совершенствования скоростно-силовых способностей.
15. Методы совершенствования ловкости.
16. Методы совершенствования выносливости.
17. Методы совершенствования гибкости.
18. Различия в проявлениях общей и специальной быстроты в вольной борьбе.
19. Различия в проявлениях общей и специальной ловкости в вольной борьбе.
20. Различия в проявлениях общей и специальной гибкости в вольной борьбе.
21. Различия в проявлениях общей и специальной выносливости в вольной борьбе.
22. Методика составления комплексов упражнений, направленных на развитие двигательных качеств у юных борцов.
23. Методика составления комплексов упражнений, направленных на совершенствование специальных двигательных качеств борцов.
24. Особенности применения методов совершенствования быстроты на различных этапах подготовки.
25. Особенности применения методов совершенствования скоростно-силовых способностей на различных этапах подготовки.
26. Особенности применения методов совершенствования ловкости на различных этапах подготовки.
27. Особенности применения методов совершенствования гибкости на различных этапах подготовки.
28. Особенности применения методов совершенствования выносливости на различных этапах подготовки.
29. Педагогические требования к объяснению и показу приема.

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

1. Цели тренировки в вольной борьбе.
2. Частные задачи тренировки.
3. Компоненты содержания тренировки борцов.
4. Особенности техники борьбы в стойке.
5. Соотношения средств единоборства в вольной борьбе.
6. Типовые ошибки в использовании приемов атаки и маневрирования.
7. Типовые ошибки при выполнении атакующих действий в стойке .
8. Особенности техники борьбы в партере.
9. Анализ техники основных положений и передвижений в партере.
10. Методические приемы, применяемые при обучении и совершенствовании основных положений и передвижений в партере.
11. Двигательная структура отдельного приема в партере.

12. Подводящие и специально-подготовительные упражнения, способствующие овладению и совершенствованию техники вольной борьбы.
13. Ошибки в технике выполнения приемов и действий борцов.
14. Методы исправления ошибок у борцов вольного стиля.
15. Контроль за процессом овладения техникой приемов у борцов вольного стиля.
17. Особенности техники защит в стойке вольной борьбе.
18. Особенности защит в партере.
19. Особенности контратак в стойке.
20. Особенности контратак в партере.
21. Особенности техники выполнения комбинаций в стойке.
22. Особенности техники выполнения комбинаций в партере.
23. Особенности техники выполнения повторных атак в стойке.
24. Особенности техники выполнения обманных действий в стойке.
25. Особенности техники выполнения обманных действий в партере.
26. Методика педагогических наблюдений с использованием записи соревновательных поединков.

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

1. Общая характеристика упражнений: подводящих, специально-подготовительных и соревновательных в тренировке.
2. Охарактеризовать методы тренировки, применяемые в вольной борьбе.
3. Рассказать о специфических методах тренировки в вольной борьбе.
4. Методы, используемые в вольной борьбе для совершенствования специализированных умений.
5. Методы для овладения основными положениями и передвижениями и их совершенствования, используемые в вольной борьбе.
6. Методы, используемые в вольной борьбе для совершенствования различных компонентов техники.
7. Методика технической подготовки в вольной борьбе и ее особенности в зависимости от периодов и этапов годичного цикла.
8. Методика составления комплекса упражнений, моделирующих ситуации поединка с разными проявлениями двигательных реакций у борцов вольного стиля.
9. Общая характеристика средств тактической подготовки борцов вольного стиля.
10. Особенности проведения упражнений с партнером.
11. Особенности проведения индивидуального урока, направленного на совершенствование техники.
12. Особенности проведения индивидуального урока, направленного на совершенствование тактики.
13. Создание условий в индивидуальном уроке для проведения приемов, направленных на совершенствование специализированных умений.

14. Методика, используемая для формирования навыка наблюдения борца за спортивными поединками.
15. Систематизация и содержание упражнений для развития тактических умений и способностей.
16. Критерии оценки тактической подготовленности борцов.
17. Отличительные особенности проведения парных упражнений и индивидуального урока в вольной борьбе.
18. Специализирование двигательных качеств у борцов.
19. Упражнения для воспитания навыков в определении расстояний для атаки.
20. Характеристика комплексных качеств у борцов, их развитие.
21. Комплекс мероприятий, направленных на оптимизацию уровня мотивации на спортивные достижения.
22. Комплекс упражнений, направленный на специализирование двигательных реакций, внимания, мышления, идеомоторных представлений.
23. Компоненты психологической подготовки.
24. Упражнения для развития устойчивости к помехам.
25. Средства ликвидации барьеров, препятствующих технико-тактическому совершенствованию.
26. Определение уровня психологической подготовленности.
27. Характеристика форм и методов интеллектуальной подготовки.
28. Взаимосвязь интеллектуальной подготовки с другими сторонами подготовки.
29. Методика построения занятий в группах различной квалификации.
30. Методы исследования, используемые для оценки технико-тактической подготовленности борцов.

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

1. Взаимодействие методов тренировки при подготовке к соревнованиям.
2. Оптимизация подбора средств и методов управления и технико-тактической подготовки.
3. Перспективное и годичное планирование.
4. Задачи и направления тренировочной работы по периодам в годичном цикле тренировки.
5. Организационные формы и содержание занятий на различных этапах подготовки.
6. Периоды тренировки. Характеристика циклов и этапов тренировки.
7. Тренировочная нагрузка борцов, ее объемы, интенсивность и психическая напряженность нагрузки.
8. Утомление и восстановление в вольной борьбе.
9. Цикличность и периодизация тренировочного процесса борцов.
10. Понятия микроциклов, мезоциклов, макроциклов и мегациклов.

11. Показатели, используемые при планировании годового цикла.
12. Кривая психической напряженности.
13. Сочетание методов и средств специальной подготовки борца в микроциклах тренировочного процесса.
14. Контроль за выполнением планов тренировки.
15. Индивидуальный план тренировки борца и ведение дневника тренировки.
16. Характер тренировочных нагрузок и распределение их по этапам подготовки.
17. Виды планирования и их особенности. Принцип неразрывности видов планирования.
18. Характеристика перспективного планирования.
19. Характеристика текущего планирования.
20. Характеристика оперативного планирования.
21. Требования к планированию.
22. Методика планирования объема, интенсивности и характера тренировочных нагрузок.
23. Характер тренировочных нагрузок и распределение их по этапам и циклам.
24. Планирование спортивного результата, необходимого для достижения победы в главных соревнованиях сезона.
25. Учет возраста, спортивного стажа, состояния здоровья для моделирования требований к подготовленности борца.
26. Учет морфофункциональных показателей, уровня физической и психической подготовленности для моделирования требований к подготовленности борца.
27. Учет технической подготовленности и оснащенности средствами единоборства для моделирования требований к подготовленности борца.
28. Учет тактической подготовленности для моделирования требований к подготовленности борца.
29. Учет медико-биологических признаков функционального состояния для моделирования требований к подготовленности борца.
30. Учет способностей восстанавливаться после физической и психической нагрузки для моделирования требований к подготовленности борца.

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

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 спортивной 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 вольной борьбы 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 (вольная 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"] / [Султанахмедов Г.С. [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 (вольная 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.: Султанахмедов Г.С. [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):

- 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 «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 № 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

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

– программное обеспечение дисциплины:

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств

Сроки изучения дисциплины: 1, 2 семестры

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачёт

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 года обучения	15
2	Участие в обсуждении на практическом занятии педагогических умений, направленных на решение задач совершенствования двигательной тренировки борцов		5
3	Письменная работа на тему «Средства и методы совершенствования двигательных качеств и специализированность их проявлений в вольной борьбе»		5
4	Письменная работа на тему «Составление комплекса упражнений с направленностью на совершенствование двигательных качеств» (по заданию преподавателя)		5
5	Письменная работа на тему «Составление комплекса упражнений для тестирования двигательных качеств у юных борцов» (по заданию преподавателя)		5
6	Письменная работа на тему «Типовые приемы ведения поединка и критерии их оценки»		5
7	Участие в обсуждении и практическая реализация знаний о методике обучения приемам передвижения в вольной борьбе		5
8	Участие в обсуждении и практическая реализация знаний об особенностях проведения подготовительной и основной частей тренировочного занятия		5
9	Письменная работа на тему «Составление комплекса упражнений для проведения подготовительной части		5

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	<i>урока» (по заданию преподавателя).</i>		
10	<i>Письменная работа на тему «Составление комплекса упражнений для проведения основной части урока» (по заданию преподавателя).</i>		5
11	<i>Выполнение практических заданий по организации и проведению соревнований по вольной борьбе</i>		10
12	<i>Выполнение функций арбитра на соревнованиях по вольной борьбе</i>		10
	Дифференцированный зачёт		20
	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>Подготовка презентации по теме пропущенного занятия</i>	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся дифференцированным зачётом

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств

Сроки изучения дисциплины: 3, 4 семестры

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачёт

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Посещение занятий	В течение года обучения	15
2	Участие в обсуждении на практическом занятии методов обучения и совершенствования техники вольной борьбы		5
3	Проведение на практических занятиях упражнений с партнером (по заданию преподавателя)		5
4	Письменная работа на тему «Средства и методы обучения в вольной борьбе»		5
5	Учебная практика в проведении основной части тренировочного занятия (по заданию преподавателя)		5
6	Письменная работа на тему «Факторы, влияющие на психическую сферу борца и определяющие степень напряженности выполняемой нагрузки»		5
7	Письменная работа на тему «Средства и методы совершенствования в вольной борьбе»		5
8	Участие в обсуждении и практическая реализация знаний о методике совершенствования приемов и действий в вольной борьбе		5
9	Участие в обсуждении и практическая реализация знаний об особенностях проведения тренировочных занятий по обучению в вольной борьбе		5
10	Письменная работа на тему «Критерии оценки технико-тактической подготовленности борцов».		5
11	Выполнение практических заданий по организации и проведению тестирования технико-тактической подготовленности		10
12	Выполнение практических заданий с использованием различных форм организации тренировочного процесса		10

	<i>с юными борцами</i>		
	Дифференцированный зачёт		20
	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>Подготовка презентации по теме пропущенного занятия</i>	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся дифференцированным зачётом

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств

Сроки изучения дисциплины: 5, 6 семестры

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачёт

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

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

	<i>конспектов, организации и проведению индивидуальных уроков</i>		
12	<i>Выполнение практических заданий с использованием результатов научных исследований для оценки уровня подготовленности юных борцов</i>		10
	Дифференцированный зачёт		20
	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>Подготовка презентации по теме пропущенного занятия</i>	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся дифференцированным зачётом

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств

Сроки изучения дисциплины: 7, 8 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен

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

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом

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

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

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



Институт Спорта и физического воспитания

Кафедра Теории и методики единоборств

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
«Б1.В.0Д.11 СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (ВОЛЬНАЯ 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 (ускоренное обучение на базе ВПО)*

Год набора – 2016 г.

Москва – 2017

1. Общая трудоемкость дисциплины составляет – **20 зачетных единиц, 740 академических часов** (экзамены – 9 часов, аудиторных занятий – 44 часа, самостоятельная работа – 667 часов).

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

3. Цель освоения дисциплины

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

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

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

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

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

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

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

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

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

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

тренерская деятельность:

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

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

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

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

5. Краткое содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (вольная борьба)»

Заочная форма обучения

№	Разделы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) *				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ							
		1					
1	Освоение педагогических умений, направленных на решение задач совершенствования двигательной тренировки борцов			2	30		
2	Специализация двигательных качеств на основе использования приемов атаки и маневрирования. Средства и методы			2	30		
3	Методы проведения групповых занятий по двигательной подготовке борцов разного возраста и квалификации. Индивидуальные программы совершенствования двигательных качеств			2	40		
	Итого за семестр			6	100		
Промежуточная аттестация							
		2					
4	Тестирование уровня двигательной подготовленности борцов. Методики и упражнения			2	20		
5	Типовые приемы ведения поединка и критерии их оценки				20		
6	Практическое освоение методики обучения приемам передвижения в вольной борьбе. Педагогические навыки выявления и исправления ошибок			2	20		
7	Педагогические навыки составления плана тренировочного занятия и его частей. Проведение разминки и				20		

	упражнений в основной части занятия						
8	Организация и проведение соревнований по вольной борьбе. Обучение технологии судейства в качестве арбитра				25		
	Итого за семестр			4	103		
	Промежуточная аттестация				3		Диф. зачет
	ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ						
		3					
9	Техническая тренировка. Методы обучения и совершенствования. Проведение разновидностей упражнений с партнером			2	10		
10	Борьба в стойке. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики			2	10		
11	Освоение методики тренировки юных борцов (учебная практика проведения основной части занятия)			2	16		
12	Разбор и анализ положений, определяющих психограмму борьбы, в условиях практического выполнения специализированных нагрузок			2	10		
	Итого за семестр			8	46		
	Промежуточная аттестация						
		4					
13	Борьба в партере. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики			2	10		
14	Критерии оценки технико-тактической подготовленности борцов. Практический разбор и освоение навыков оценки			2	20		
15	Формы организации тренировочного процесса борцов.			2	15		
	Итого за семестр			6	45		
	Промежуточная аттестация				3		Диф. зачет
	ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ						
		5					
16	Тактика вольной борьбы. Тактическая тренировка и тактические умения. Методика обучения тактическим умениям и навыкам подготовки и применения			2	20		

	соревновательных действий в вольной борьбе						
17	Интеллектуальная подготовка и ее содержание. Главные составляющие интеллектуальной подготовки борцов				20		
18	Освоение организационно-методических основ построения тренировки борцов			2	10		
19	Борьба в положении лежа. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики.			2	14		
	Итого за семестр			6	64		
	Промежуточная аттестация						
		6					
20	Тренерская техника проведения индивидуального урока. Освоение методики обучения и совершенствования в вольной борьбе			2	15		
21	Особенности в содержании и проведении тренером индивидуальных уроков с борцами разного уровня подготовленности			2	15		
22	Методы научных исследований в теории и методике вольной борьбы.				37		
	Итого за семестр			4	67		
	Промежуточная аттестация				3		Диф. зачет
	ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ						
		7					
23	Управление подготовкой борцов. Планирование тренировочной работы с борцами высшей квалификации			2	30		
24	Методы технико-тактического совершенствования квалифицированных борцов				30		
25	Методы универсализации и индивидуализации технико-тактической подготовки борцов			2	44		
	Итого за семестр			4	104		
	Промежуточная аттестация						
		8					
26	Психолого-педагогические характеристики деятельности тренера по вольной борьбе			2	30		
27	Организация и проведение мероприятий для оценки компонентов технико-тактической,			2	30		

	психической и двигательной подготовленности квалифицированных борцов						
28	Педагогический контроль за техничко-тактической подготовленностью борцов			2	42		
	Итого за семестр			6	102		
	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
	Всего часов			44	667	9	

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

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования**

**«Российский государственный университет физической культуры, спорта,
молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»**



Институт спорта и физического воспитания

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**Б1.В.ОД.11 «Спортивно-педагогическое совершенствование
(тхэквондо ВТФ)»**

(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/заочная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2016 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.

Составитель:

Эпов Олег Георгиевич, к.п.н., профессор кафедры Теории и методики фехтования, современного пятиборья и восточных боевых искусств РГУФКСМиТ

Рецензент:

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

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Основные цели – формирование у студентов навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий по тхэквондо ВТФ и совершенствование собственной спортивной формы. Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины в структуре ООП ВО

Учебная дисциплина Б1.В.ОД.11 «Спортивно-педагогическое совершенствование (тхэквондо ВТФ)» относится к обязательным дисциплинам вариативной части рабочего учебного плана основной образовательной программы (ООП) подготовки по направлению 49.03.01 Физическая культура (уровень – бакалавриат) Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования направления подготовки 49.03.01 Физическая культура. 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.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как «Теория и методика избранного вида спорта», «Теория и методика физической культуры», «Теория спорта», «История физической культуры», «Педагогика и психология физической культуры», «Физиология спорта», «Биохимия спорта», «Спортивная биомеханика», «Спортивная метрология», «Безопасность жизнедеятельности», «Восстановление в спорте», «Теория и методика детско-юношеского спорта», аналогичные тхэквондо ВТФ 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)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
ОПК-2	Знать: - основы дидактики; - основы теории и методики физической культуры; - медико-биологические и психологические особенности различных категорий занимающихся; - методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта;	3		4

	- требования образовательных стандартов.			
	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры; - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов;			
	Владеть: - навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта.	4		5
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 ВТФ.	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 ВТФ с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов.			
	Владеть: - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в тхэквондо ВТФ 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-5	Знать: - средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений; - основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии;	3		4

	- основы спортивной метрологии.			
	Уметь: осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.	4		5
	Владеть: навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев.	4		5
ОПК-8	Знать: - правила соревнований тхэквондо ВТФ 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.	8		9
	Владеть: - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.			
ПК-10	Знать: - теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; - методики отбора и спортивной ориентации в тхэквондо ВТФ; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.	6		7
	Уметь: - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - определять предрасположенность к занятиями определенными видами спорта; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические			

	и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в тхэквондо ВТФ.			
	Владеть: умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в тхэквондо ВТФ с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.			
ПК-11	Знать: - 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		4
	Уметь: - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки).	6		7
	Владеть: - 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.	7		8
ПК-14	Знать: - основы теории и методики спортивной тренировки в тхэквондо ВТФ; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в тхэквондо ВТФ.	5		6
	Уметь:	6		7

	<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>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство; - в соответствии с особенностями тхэквондо ВТФ владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности. 	6		7
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		8
	<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. 			
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности; - средствами и методами сохранения и поддерживать спортивной формы. 			

4. Структура и содержание дисциплины

4.1 Очное обучение

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц, 720 академических часов.

№	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.	Техника пхумсе (комплексные упражнения)	1	-	26	82		
1.1	Методика освоения техники выполнения пхумсе	1	-	26	82		
Итого за 1 семестр: 108 часов (3 з.е.)				26	82		
2.	Основы методики обучения в тхэквондо	2	-	26	100		
2.1	Методы и средства обучения в тхэквондо	2	-	26	100		
Итого за 2 семестр: 126 часов (3,5 з.е.)				26	100		
Итого за 1 курс: 234 часа (6,5 з.е.)				52	182		
2 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
3.	Теоретические основы и анализ техники тхэквондо	3	-	14	14		
3.1	Биомеханические основы техники тхэквондо	3	-	4	4		
3.2	Основные технические действия в тхэквондо	3	-	10	10		
4.	Технико-тактическая подготовка тхэквондистов	3	-	16	19		
4.1	Техническая подготовка тхэквондистов	3	-	4	6		
4.2	Тактическая подготовка тхэквондистов	3	-	4	5		
4.3	Основы обучения технико-тактическим действиям	3	-	4	4		

4.4	Основы профессиональной тактико-технической подготовки студентов различными методами обучения	3	-	4	4		
Итого за 3 семестр: 63 часа (1,75 з.е.)				30	33		
5.	Физические и психические качества тхэквондистов	4	-	30	33		Зачет
5.1	Методика развития физических качеств тхэквондистов	4	-	20	13		
5.2	Методика развития психологических качеств тхэквондистов	4	-	10	20		
Итого за 4 семестр: 63 часа (1,75 з.е.)				30	33		
ИТОГО за 2 курс: 126 часов (3,5 з.е.)				60	66		
3 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
6.	Организация и планирование спортивной подготовки в тхэквондо	5	-	30	33		
6.1	Характеристика и особенности структуры системы спортивной подготовки тхэквондистов	5	-	12	19		
6.2	Построение плана соревновательной деятельности с учетом закономерностей развития и поддержания спортивной формы, календаря официальных соревнований	5	-	18	14		
Итого за 5 семестр: 63 часа (1,75 з.е.)				30	33		
6.	Организация и планирование спортивной подготовки в тхэквондо	6	-	30	33		Зачет
6.3	Структура соревновательных и тренировочных нагрузок, средства и методы тренировки на этапах спортивной подготовки	6	-	10	10		
6.4	Этапное планирование соревновательного и тренировочного процессов. Составление индивидуальных годовых планов	6	-	10	10		
6.5	Построение программ тренировочной подготовки. Технология построения больших тренировочных циклов (макро, мезо и микроциклы спортивной подготовки)	6	-	10	13		
Итого за 6 семестр: 63 часа (1,75 з.е.)				30	33		
ИТОГО за 3 курс: 126 часов (3,5 з.е.)				60	66		
4 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
7.	Управление спортивной подготовкой тхэквондистов	7	-	30	96		
7.1	Планирование подготовки тхэквондистов	7	-	8	24		
7.2	Организационно-методические особенности подготовки тхэквондистов в ДЮСШ, СДЮСШОР, ВУЗах	7	-	6	24		

7.3	Структура и содержание поединка в тхэквондо	7	-	6	24			
7.4	Управление механизмами разрушения системы управления движениями противника	7	-	10	24			
Итого за 7 семестр: 126 часов (3,5 з.е.)					30	96		
7.	Управление спортивной подготовкой тхэквондистов	8	-	20	24			
7.5	Организация и проведение показательных выступлений по тхэквондо	8	-	10	12		Экзамен	
7.6	Организация и проведение занятий по тхэквондо с различным контингентом занимающихся	8	-	10	12			
8.	Особенности организации судейства соревнований по тхэквондо	8	-	10	45			
8.1	Судейство соревнований по тхэквондо	8	-	6	25			
8.2	Особенности организации и проведения различных соревнований по тхэквондо	8	-	4	20			
Итого за 8 семестр: 108 часов (3 з.е.)					30	69		9
Итого за 4 курс: 234 часа (6,5 з.е.)					60	165	9	
ИТОГО за весь период обучения: 720 часов (20 з.е.)					232	479	9	

4.1 Заочное обучение

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц, 720 академических часов.

№	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.	Техника пхумсе (комплексные упражнения)	1		4	66		
1.1	Методика освоения техники выполнения пхумсе	1		4	66		
2.	Основы методики обучения в	2		6	68		Зачет

	ТХЭКВОНДО						
2.1	Методы и средства обучения в тхэквондо	2		6	68		
Итого за 1 курс: 144 часа (4 з.е.)				10	134		
2 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
3.	Теоретические основы и анализ техники тхэквондо	3		4	55		Зачет
3.1	Биомеханические основы техники тхэквондо	3		2	15		
3.2	Основные технические действия в тхэквондо	3		2	40		
4.	Технико-тактическая подготовка тхэквондистов	3		8	40		
4.1	Техническая подготовка тхэквондистов	3		2	10		
4.2	Тактическая подготовка тхэквондистов	3		2	10		
4.3	Основы обучения технико-тактическим действиям	4		2	10		
4.4	Основы профессиональной тактико-технической подготовки студентов различными методами обучения	4		2	10		
5.	Физические и психические качества тхэквондистов	4		4	33		
5.1	Методика развития физических качеств тхэквондистов	4		2	17		
5.2	Методика развития психологических качеств тхэквондистов	4		2	16		
Итого за 2 курс: 144 часа (4 з.е.)				16	128		
3 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
6.	Организация и планирование спортивной подготовки в тхэквондо	5		16	128		Зачет
6.1	Характеристика и особенности структуры системы спортивной подготовки тхэквондистов	5		2	38		
6.2	Построение плана соревновательной деятельности с учетом закономерностей развития и поддержания спортивной формы, календаря официальных соревнований	5		2	30		
6.3	Структура соревновательных и тренировочных нагрузок, средства и методы тренировки на этапах спортивной подготовки	6		4	20		
6.4	Этапное планирование соревновательного и тренировочного процессов. Составление индивидуальных годовых планов	6		4	20		

6.5	Построение программ тренировочной подготовки. Технология построения больших тренировочных циклов (макро, мезо и микроциклы спортивной подготовки)	6		4	20		
Итого за 3 курс: 144 часа (4 з.е.)				16	128		
4 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
7.	Управление спортивной подготовкой тхэквондистов	7		16	128		
7.1	Планирование подготовки тхэквондистов	7		4	20		Зачет
7.2	Организационно-методические особенности подготовки тхэквондистов в ДЮСШ, СДЮСШОР, ВУЗах	7		2	20		
7.3	Структура и содержание поединка в тхэквондо	7		2	22		
7.4	Управление механизмами разрушения системы управления движениями противника	8		4	22		
7.5	Организация и проведение показательных выступлений по тхэквондо	8		2	22		
7.6	Организация и проведение занятий по тхэквондо с различным контингентом занимающихся	8		2	22		
Итого за 4 курс: 144 часа (4 з.е.)				16	128		
5 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
8.	Особенности организации судейства соревнований по тхэквондо	9		16	53		
8.1	Судейство соревнований по тхэквондо	9		16	53		
8.	Особенности организации судейства соревнований по тхэквондо	10		16	50		Экзамен
8.2	Особенности организации и проведения различных соревнований по тхэквондо	10		16	50		
Итого за 5 курс: 144 часа (4 з.е.)				32	103	9	
ИТОГО за весь период обучения: 720 часов (20 з.е.)				90	621	9	

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в

Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля).

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

1 год обучения

Примерный перечень вопросов к зачету:

Очное обучение

1. Символика и формальный смысл технических комплексов пхумсе
2. Разделение технических комплексов на базовые элементы, отработка отдельных базовых элементов и всего технического комплекса в целом.
3. Правильность передвижения и нанесения ударов, применяемых в технических комплексах.
4. Соревновательный метод.
5. Игровой метод.
6. Круговая тренировка, ее специфические особенности.
7. Цели и задачи учебно-тренировочного процесса.
8. Всесторонняя подготовка тхэквондиста.
9. Учет индивидуальных особенностей тхэквондиста.
10. Теоретические основы обучения двигательным действиям.

Заочное обучение

1. Разделение технических комплексов на базовые элементы, отработка отдельных базовых элементов и всего технического комплекса в целом.
2. Правильность передвижения и нанесения ударов, применяемых в технических комплексах.
3. Специфические особенности игрового метода.
4. Круговая тренировка, ее специфические особенности.
5. Воспитывающий характер обучения и тренировки.
6. Задачи, средства и методы отдельных этапов обучения.
7. Организационно-методические формы проведения занятий: отдельно-групповая, круговая, поточная.
8. Цели и задачи учебно-тренировочного процесса
9. Общие основы обучения и воспитания.
10. Всесторонняя подготовка тхэквондиста.

2 год обучения

Примерный перечень вопросов к зачету:

Очное обучение

1. Техника прямого удара дальней рукой с полушагом.
2. Техника прямого удара в параллельном движении.

3. Техника бокового удара ближней ногой сбоку. Техника бокового удара дальней ногой сбоку.
4. Техника защиты маневром туловища.
5. Методика общей технической подготовки тхэквондиста.
6. Ситуационный анализ протекания конфликтного взаимодействия тхэквондистов в схватке.
7. Тактическое значение угроз в тхэквондо.
8. Изучение техники по частям и в целом, использование подводящих упражнений.
9. Задачи силовой подготовки тхэквондиста.
10. Задачи развития скоростных способностей тхэквондиста.

Заочное обучение

1. Техника заднего обратного кругового удара дальней ногой.
2. Техника защиты маневром по даянгу.
3. Техника защиты блоками.
4. Техника защиты подставкой.
5. Этапы технической подготовки.
6. Содержание тактического плана поединка.
7. Ситуационный анализ протекания конфликтного взаимодействия тхэквондистов в схватке.
8. Игра как метод обучения.
9. Использование подвижных игр как подготовительных упражнений.
10. Тактическое значение угроз в тхэквондо.

3 год обучения

Примерный перечень вопросов к зачету:

Очное обучение

1. Внутренировочные и внесоревновательные факторы, повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности.
2. Соревновательная деятельность в системе спортивной подготовки.
3. Методические подходы в современной соревновательной
4. Общая структура системы спортивной тренировки.
5. Учет объективных условий подготовленности тхэквондистов
6. Условия сохранения спортивной формы в соревновательном периоде большой продолжительности.
7. Структура тренировочного плана.
8. Макроцикл как ключевая структурная единица годичного цикла, содержание макроцикла.
9. Структура и содержание микроциклов тренировки квалифицированного тхэквондиста.
10. Планирование тренировочных заданий и тренировочных занятий.

Заочное обучение

1. Соревновательная деятельность в системе спортивной подготовки.
2. Система календаря спортивных соревнований в тхэквондо.
3. Основные параметры соревновательной практики, влияющие на динамику спортивных результатов.
4. Характерные подходы к планированию индивидуальной системы соревнований.
5. Прогнозируемые сроки восстановления спортсменов – тхэквондистов после них.
6. Тренировочное занятие и тренировочное задание как относительно завершенные первичные элементы системы тренировочной подготовки.
7. Типология построения микроциклов в тренировочном процессе.
8. Возрастная периодизация и закономерности развития юных тхэквондистов.
9. Прогнозирование в системе подготовки тхэквондистов высших разрядов.
10. Структура тренировочного плана

4 год обучения

Очное обучение

Примерный перечень вопросов к экзамену:

1. Определение индивидуальных особенностей и возможностей спортсменов. Моделирование основных компонентов подготовленности спортсменов.
2. Психогигиена, психопрофилактика и психодиагностика в тхэквондо.
3. Применение методов регуляции и саморегуляции психических состояний в процессе соревнований.
4. Структура и содержание соревновательной деятельности в тхэквондо.
5. Методология анализа основных показателей соревновательной деятельности в тхэквондо.
6. Параметры соревновательной деятельности как основа проектирования тренировочных заданий для совершенствования специальной подготовленности тхэквондиста.
7. Особенности судейства соревнований по тхэквондо и их влияние на содержание подготовки квалифицированных спортсменов.
8. Принципы индивидуализации подготовки тхэквондиста.
9. Модельные показатели соревновательной деятельности в тхэквондо и методика их расчета.
10. Психологическая направленность разминки.
11. Основные методики регуляции и саморегуляции психических состояний тхэквондиста.
12. Интегральная подготовка спортсменов высокого класса.
13. Общая характеристика и особенности интегральной подготовки.

14. Основные компоненты, обуславливающие эффективность подготовки спортсменов высокого класса.
15. Принципы и положения концепции подготовки спортсменов в тхэквондо.
16. Формирование и совершенствование индивидуальной, “коронной” техники как главная цель технической подготовки тхэквондистов высшей квалификации.
17. Стабильность и вариативность техники.
18. Особенности совершенствования, сохранения и обновления “коронных” приемов техники тхэквондо.
19. Принципы формирования сложных тактико-технических действий в процессе многолетней тренировки.
20. Методология формирования и совершенствования сложных тактико-технических комплексов.
21. Моделирование сложных тактико-технических комплексов в тхэквондо.
22. Принципы разработки алгоритмов поведения тхэквондистов высокой квалификации в соревновательном поединке.
23. Формирование основ ведения противоборства в различных ситуациях соревновательного поединка.
24. Цель, задачи, средства и методы технико-тактической подготовки спортсменов высшей квалификации.
25. Критерии, определяющие тактическую подготовленность тхэквондистов высшей квалификации.
26. Высокий общий и специальный образовательный и культурный уровень - отличительная черта современного спортсмена высокой квалификации.
27. Средства и методы повышения общего и специального образовательного и культурного уровня в тхэквондо.
28. Система отбора как составная часть общей системы подготовки тхэквондоистов.
29. Роль отбора в подготовке тхэквондистов высшей квалификации.
30. Значение одаренности и способности и их проявления в деятельности тхэквондистов высшей квалификации.
31. Принципы отбора (учет распределения спортивных результатов, объективность оценки и др.). Роль спортивного коллектива в соблюдении принципов отбора.
32. Долгосрочные и промежуточные краткосрочные прогнозы относительно формирования и совершенствования высшего спортивного мастерства в тхэквондо.
33. Цель и задачи перспективного планирования - целенаправленность, педагогически целесообразное и экономное использование учебного времени.
34. Формы перспективного планирования. Документы перспективного планирования. Четырехлетний план подготовки.

35. 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.

36. Особенности контроля и учета спортивного совершенствования тхэквондистов высшей квалификации регистрация тренировочных нагрузок, выполнение индивидуальных планов.

37. Формы учета: журнал, дневник тренера, дневник спортсмена. Анализ данных контроля и учета. Методы коррекции планов спортивного совершенствования на основе данных педагогического контроля.

38. Особенности организации работы в сборных командах. Цели и задачи подготовки спортсменов в сборных командах. Юридическое основание, финансовое и материальное обеспечение, документация.

39. Основы технологии управления спортивной подготовкой в сборных командах. Обеспечение условий для эффективной подготовки спортсменов.

40. 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.

41. Характеристика контингента занимающихся тхэквондо в вузах и техникумах. Содержание и особенности организации занятий на подготовительном отделении и на отделении спортивного совершенствования.

42. Особенности планирования спортивной работы при наличии контингента с различной спортивной подготовленностью.

43. Основные направления научно-исследовательской работы в сфере физической культуры и спорта.

44. Управление организацией научно-исследовательской работы в отрасли. Система научных грандов и условия участия в научных конкурсах.

45. Информационное обеспечение научно-исследовательской деятельности. Научные журналы. Поиск научной информации в Интернете.

46. Творческая система “тренер-ученик”. Взаимоотношения “тренер-коллектив”. Способы управления коллективом: автократический, либеральный и демократический.

47. Профессионализм тренера как основа реализации творческой концепции подготовки спортсменов высокого класса.

48. Структура и содержание работы оргкомитета по проведению мероприятия. План основных разделов работы по подготовке и проведению спортивно-массовых мероприятий.

49. Структура и содержание учебно-тренировочной работы в сборных командах.

50. Содержание различных форм комплексного контроля за состоянием спортсменов. Организация работы комплексных научных групп (КНГ).

51. Планирование учебно-тренировочных сборов по подготовке к крупнейшим соревнованиям (длительность, количество участников, задачи, средства и методы работы).

52. Планирование основных мероприятий воспитательной работы в сборных командах.

53. Организационно-методические основы подготовки и проведения спортивно-массовых мероприятий.

Заочное обучение

Примерный перечень вопросов к зачету:

1. Цель и задачи оперативного плакирования тренировки.
2. Задачи и содержание недельных циклов подготовки.
3. Границы снижения веса.
4. Цели индивидуальных достижений и уровня достигнутых результатов.
5. Доступность занятий тхэквондо для различного контингента.
6. Определение пригодности модели поединка.
7. Демонстрационная техника тхэквондо.
8. Статус и ранг спортивных соревнований.
9. Особенности проведения спортивных поединков на разных электронных системах судейства.
10. Судейский аппарат соревнований.

5 год обучения

Заочное обучение

Примерный перечень вопросов к экзамену:

54. Определение индивидуальных особенностей и возможностей спортсменов. Моделирование основных компонентов подготовленности спортсменов.

55. Психогигиена, психопрофилактика и психодиагностика в тхэквондо.

56. Применение методов регуляции и саморегуляции психических состояний в процессе соревнований.

57. Структура и содержание соревновательной деятельности в тхэквондо.

58. Методология анализа основных показателей соревновательной деятельности в тхэквондо.

59. Параметры соревновательной деятельности как основа проектирования тренировочных заданий для совершенствования специальной подготовленности тхэквондиста.

60. Особенности судейства соревнований по тхэквондо и их влияние на содержание подготовки квалифицированных спортсменов.

61. Принципы индивидуализации подготовки тхэквондиста.

62. Модельные показатели соревновательной деятельности в тхэквондо и методика их расчета.

63. Психологическая направленность разминки.

64. Основные методики регуляции и саморегуляции психических состояний тхэквондиста.

65. Интегральная подготовка спортсменов высокого класса.
66. Общая характеристика и особенности интегральной подготовки.
67. Основные компоненты, обуславливающие эффективность подготовки спортсменов высокого класса.
68. Принципы и положения концепции подготовки спортсменов в тхэквондо.
69. Формирование и совершенствование индивидуальной, “коронной” техники как главная цель технической подготовки тхэквондистов высшей квалификации.
70. Стабильность и вариативность техники.
71. Особенности совершенствования, сохранения и обновления “коронных” приемов техники тхэквондо.
72. Принципы формирования сложных тактико-технических действий в процессе многолетней тренировки.
73. Методология формирования и совершенствования сложных тактико-технических комплексов.
74. Моделирование сложных тактико-технических комплексов в тхэквондо.
75. Принципы разработки алгоритмов поведения тхэквондистов высокой квалификации в соревновательном поединке.
76. Формирование основ ведения противоборства в различных ситуациях соревновательного поединка.
77. Цель, задачи, средства и методы технико-тактической подготовки спортсменов высшей квалификации.
78. Критерии, определяющие тактическую подготовленность тхэквондистов высшей квалификации.
79. Высокий общий и специальный образовательный и культурный уровень - отличительная черта современного спортсмена высокой квалификации.
80. Средства и методы повышения общего и специального образовательного и культурного уровня в тхэквондо.
81. Система отбора как составная часть общей системы подготовки тхэквондоистов.
82. Роль отбора в подготовке тхэквондистов высшей квалификации.
83. Значение одаренности и способности и их проявления в деятельности тхэквондистов высшей квалификации.
84. Принципы отбора (учет распределения спортивных результатов, объективность оценки и др.). Роль спортивного коллектива в соблюдении принципов отбора.
85. Долгосрочные и промежуточные краткосрочные прогнозы относительно формирования и совершенствования высшего спортивного мастерства в тхэквондо.
86. Цель и задачи перспективного планирования - целенаправленность, педагогически целесообразное и экономное использование учебного времени.

87. Формы перспективного планирования. Документы перспективного планирования. Четырехлетний план подготовки.

88. 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.

89. Особенности контроля и учета спортивного совершенствования тхэквондистов высшей квалификации регистрация тренировочных нагрузок, выполнение индивидуальных планов.

90. Формы учета: журнал, дневник тренера, дневник спортсмена. Анализ данных контроля и учета. Методы коррекции планов спортивного совершенствования на основе данных педагогического контроля.

91. Особенности организации работы в сборных командах. Цели и задачи подготовки спортсменов в сборных командах. Юридическое основание, финансовое и материальное обеспечение, документация.

92. Основы технологии управления спортивной подготовкой в сборных командах. Обеспечение условий для эффективной подготовки спортсменов.

93. 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.

94. Характеристика контингента занимающихся тхэквондо в вузах и техникумах. Содержание и особенности организации занятий на подготовительном отделении и на отделении спортивного совершенствования.

95. Особенности планирования спортивной работы при наличии контингента с различной спортивной подготовленностью.

96. Основные направления научно-исследовательской работы в сфере физической культуры и спорта.

97. Управление организацией научно-исследовательской работы в отрасли. Система научных грантов и условия участия в научных конкурсах.

98. Информационное обеспечение научно-исследовательской деятельности. Научные журналы. Поиск научной информации в Интернете.

99. Творческая система “тренер-ученик”. Взаимоотношения “тренер-коллектив”. Способы управления коллективом: автократический, либеральный и демократический.

100. Профессионализм тренера как основа реализации творческой концепции подготовки спортсменов высокого класса.

101. Структура и содержание работы оргкомитета по проведению мероприятия. План основных разделов работы по подготовке и проведению спортивно-массовых мероприятий.

102. Структура и содержание учебно-тренировочной работы в сборных командах.

103. Содержание различных форм комплексного контроля за состоянием спортсменов. Организация работы комплексных научных групп (КНГ).

104. Планирование учебно-тренировочных сборов по подготовке к крупнейшим соревнованиям (длительность, количество участников, задачи, средства и методы работы).

105. Планирование основных мероприятий воспитательной работы в сборных командах.

106. Организационно-методические основы подготовки и проведения спортивно-массовых мероприятий.

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

а) Основная литература:

1. 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.

2. Шулика, Ю.А. 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: Спорт. единоборство / под ред. Ю.А. Шулики, Е.Ю. Ключникова. - Ростов н/Д: Феникс, 2007. – 797 с.

3. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учеб. для завершающего уровня высш. физкультур. образования: доп. Гос. ком. РФ по физ. культуре, спорту и туризму / Л.П. Матвеев. – 4-е изд., испр. и доп. - СПб [и др.]: Лань, 2005. – 378 с.

4. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта : утв. М-вом образования и науки Украины / В.Н. Платонов. – Киев: Олимп. лит., 2004. – 807 с.

5. Туманян, Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки : учеб. пособие: В 4 кн. Кн. 2: Кинезиология и психология / Туманян Г.С. – М.: Сов. спорт, 1998. – 279 с.

б) дополнительная литература:

1. Эпов, О.Г. Программа для учреждений дополнительного образования тхэквондо (ВТФ) / О.Г. Эпов. – М. : Физкультура и спорт. – 2008. – 109 с.

2. Эпов, О.Г. Разработка программы специальной физической подготовки женской студенческой сборной команды России по тхэквондо ВТФ к XXVI Летней Универсиаде/ О.Г. Эпов // Учёные записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2012. – №. 12 (94). – С. 150-154.

3. Эпов, О.Г. Планирование специальной физической подготовки тхэквондисток (ВТФ) высокой квалификации на предсоревновательном этапе /О.Г. Эпов, В.В. Двойченко//Материалы XI Всероссийской научно-практической конференции. – Издательский центр СурГУ. – 2012. – С. 174-177.

4. Эпов, О.Г. Влияние упражнений локально-силовой и аэробной направленности на регуляцию массы тела тхэквондисток / О.Г. Эпов, В.В. Двойченко // Учёные записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2012. – №. 12 (94). – С. 154-157.

5. Эпов, О.Г. Перспективы развития тхэквондо в России в период с 2009-2012 год /О.Г. Эпов//Учёные записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2009. – №. 3. – С. 10-13.

6. Эпов, О.Г. Профессиональная программа спортивного судьи на примере спортивных единоборств /О.Г. Эпов//Вестник спортивной науки. – 2007. – С. 8-11.

7. Эпов, О.Г. Анализ технических структур, используемых в боковом маневрировании в тхэквондо /О.Г. Эпов// Вестник спортивной науки. – 2006. – №. 3. – С. 6-10.

8. Эпов, О.Г. Уровень физической подготовки тхэквондистов высокого класса / О.Г. Эпов, Э.П. Назаров // Здоровье и физическая культура: сборник научных трудов. Под общей ред. д.п.н., проф. Губа В.П. – Смоленск: СГИФК. – 2002. – С. 25-27.

9. Эпов, О.Г. Тактика провокационного маневрирования в тхэквондо / О.Г. Эпов, О.Б. Малков, В.А. Иванов // Оценка соревновательной деятельности в единоборствах: материалы III Международной научно-практической конференции, посвящённой памяти профессора Чумакова Е.М. – М.: РИО РГУФК. – 2003. – С. 112-116.

10 Эпов, О.Г. Действия нападения, применяемые высококвалифицированными тхэквондистами в соревновательных поединках / О.Г. Эпов, Д.П. Кузнецов // Сборник научн.- метод. статей. – М.: СпортУниверПресс. – 2003. – С. 24-34.

11. Эпов О.Г., Кузнецов Д.П., Малков О.Б. Техничко-тактические действия, применяемые в активной обороне тхэквондистами в соревновательных поединках / О.Г. Эпов, Д.П. Кузнецов, О.Б. Малков // Сборник научн.-метод. статей. М.: СпортУниверПресс. – 2003. – С. 34-43.

12. Новиков А. А., Акоюн А.О. Анализ соревнований и совершенствование технологии тренировочного процесса в борьбе / А.А. Новиков, А. О. Акоюн //Всероссийскому научно-исследовательскому институту физической культуры и спорта 60 лет. М. – 1993. – С.300-314.

13. Селуянов В.Н. Научно-методическая деятельность : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100, спец. 032101, 032102 : рек. Умо по образованию в обл. физ. культура и спорт / В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков, И.П. Космина. - М.: Флинта: Наука, 2005. - 287 с.

в) программное обеспечение и Интернет-ресурсы.

1. <http://lib.sportedu.ru/> - Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту РГУФКСМиТ.

2. <http://lib.sportedu.ru/Press/ТРФК/> - Журная «Теория и практика физической культуры».

3. <http://lib.sportedu.ru/Press/ФКВОТ/> - Журнал «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка».

4. <http://lib.sportedu.ru/Press/TPPEVS/> - Журнал «Теория и практика прикладных и экстремальных видов спорта».
5. <http://lib.sportedu.ru/Press/FVS/> - Журнал «Физическое воспитание студентов».
6. <http://lib.sportedu.ru/Annuals/> - Ежегодный сборник статей издательства ФКиС.
7. <http://www.tkd-css.ru/> - Информация о тхэквондо
8. <http://kukkiwon.or.kr/> - Информация о всемирном центре тхэквондо

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Спортивный зал РГУФКСМиТ.

Защитные жилеты 15 шт.

Защитные шлемы 10 шт.

Лапы-ракетки 10 шт.

Тяжелые лапы 5 шт.

Научная аппаратура предоставлена НИИ спорта РГУФКСМиТ:

- Велоэргометр MONARK 828,
- Велоэргометр MONARK 894,
- Велоэргометр MONARK 891;
- Газоанализатор CORTEX Metalyzer 3B;
- Пульсометр Polar s810i – 2шт., rs800cx – 2 шт.;
- Весы,
- Каллипер,
- Мульти-суставной силоизмерительный комплекс BIODEX.

Оргтехника (год выпуска):

- DVD-комбо Toshiba SD-26VSR – 2006 г.
- Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.
- Плеер DVD BVK – 2007 г.
- Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (тхэквондо ВТФ)» для студентов 1 курса Института спорта и физического воспитания, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиля «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 семестры.

Форма промежуточной аттестации: 2 семестр - зачёт.

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

1-2 семестры

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	15
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по тхэквондо ВТФ. 2. Подготовка мест занятий по тхэквондо ВТФ и изучение инструкций по технике безопасности 3. Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности. 4. Занятия по анализу техники пхумсе тхэквондо ВТФ. 5. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке тхэквондистов. 6. Обучение навыкам судейства боковых судей и судей при участниках соревнований тхэквондо ВТФ.	1-6 недели 7-10 недели 11-16 недели 20-22 недели 26-31 недели 32-36 недели	5 5 10 20 5 5
3	Микрозачет по физической подготовке	37 неделя	15
4	Зачет	44-45 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 (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 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) «Спортивно-педагогическое совершенствование (тхэквондо ВТФ)» для студентов 2 курса Института спорта и физического воспитания, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиля «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 семестры.

Форма промежуточной аттестации: 4 семестр – зачёт.

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

3-4 семестры

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное количество баллов
1	Посещение занятий	Весь период	15
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения занятий по тхэквондо ВТФ. 2. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке (спуртовая и интервальная тренировки). 3. Видеоанализ тактики соревновательных поединков тхэквондо ВТФ. 4. Современные методики обучения тактико-техническим структурам тхэквондо ВТФ. 5. Методика обучения комплексам упражнений по специальной физической подготовке тхэквондистов. 6. Обучение навыкам судейства рефери на площадке во время соревновательных поединков тхэквондо ВТФ.	1-6 недели 7-12 недели 13-16 недели 20-26 недели 31-33 недели 34-38 недели	10 5 10 15 5 5
3	Микрозачет по физической подготовке	37 неделя	15
4	Зачет	44-45 недели	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к 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 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) «Спортивно-педагогическое совершенствование (тхэквондо ВТФ)» для студентов 3 курса Института спорта и физического воспитания, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиля «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 семестры.

Форма промежуточной аттестации: 6 семестр – зачёт.

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

5-6 семестры

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	15
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами ДЮСШ по тхэквондо ВТФ. 2. Изучение структуры и организации работы специализации тхэквондо ВТФ в ДЮСШ. 3. Разработка годового плана подготовки спортсменов учебно-тренировочных групп специализации тхэквондо ВТФ в ДЮСШ. 4. Методика тестирования спортсменов тхэквондо ВТФ на современном этапе. 5. Хронометраж учебно-тренировочных занятий по тхэквондо ВТФ. 6. Обучение навыкам судейства главного судьи площадки во время соревновательных поединков по тхэквондо ВТФ.	6-12 недели 20-24 недели 25-27 недели 28-30 недели 31 неделя 32-34 недели	10 5 10 10 5 10
3	Микрозачет по физической подготовке	35 неделя	15
4	Зачет	44-45 недели	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во
---	-------------------------------------	---------------------

		баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к 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 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) «Спортивно-педагогическое совершенствование (тхэквондо ВТФ)» для студентов 4 курса Института спорта и физического воспитания, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиля «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 семестры.

Форма промежуточной аттестации: 8 семестр - экзамен.

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

7-8 семестры

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	15
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами спортивного совершенствования ДЮСШ по тхэквондо ВТФ. 2. Изучение структуры и организации работы специализации тхэквондо ВТФ в ДЮСШ. 3. Разработка годового плана подготовки спортсменов групп спортивного совершенствования специализации тхэквондо ВТФ в ДЮСШ. 4. Педагогический анализ занятий по тхэквондо ВТФ. 5. Хронометраж учебно-тренировочных занятий по тхэквондо ВТФ. 6. Обучение регламенту проведения соревнований по тхэквондо ВТФ. 7. Организация и проведение соревнований по керуги и пхумсе.	1-7 недели 8-11 недели 12-16 недели 20-22 недели 23-25 недели 26-28 недели 29-33 недели	10 5 5 5 5 5 5
3	Микрозачет по физической подготовке	34 неделя	15
4	Экзамен	37 неделя	30
	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 (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) «Спортивно-педагогическое совершенствование (тхэквондо ВТФ)» для студентов 1 курса Института спорта и физического воспитания, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиля «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): 1, 2 семестры.

Форма промежуточной аттестации: 2 семестр - зачёт.

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

1-2 семестры

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий		15
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по тхэквондо ВТФ. 2. Подготовка мест занятий по тхэквондо ВТФ и изучение инструкций по технике безопасности 3. Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности. 4. Занятия по анализу техники пхумсе тхэквондо ВТФ. 5. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке тхэквондистов.		10 5 10 15 10
3	Микрозачет по физической подготовке		15
4	Зачет		20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

3	Презентация по теме пропущенного занятия	5
---	--	---

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к 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 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) «Спортивно-педагогическое совершенствование (тхэквондо ВТФ)» для студентов 2 курса Института спорта и физического воспитания, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиля «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): 3, 4 семестры.

Форма промежуточной аттестации: 4 семестр – зачёт.

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

3-4 семестры

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное количество баллов
1	Посещение занятий		15
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения занятий по тхэквондо ВТФ. 2. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке (спуртовая и интервальная тренировки). 3. Видеоанализ тактики соревновательных поединков тхэквондо ВТФ. 4. Современные методики обучения тактико-техническим структурам тхэквондо ВТФ. 5. Методика обучения комплексам упражнений по специальной физической подготовке тхэквондистов.		10 10 10 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке		15
4	Зачет		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	<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 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) «Спортивно-педагогическое совершенствование (тхэквондо ВТФ)» для студентов 3 курса Института спорта и физического воспитания, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиля «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): 5, 6 семестры.

Форма промежуточной аттестации: *6 семестр – зачёт.*

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

5-6 семестры

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий		15
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами ДЮСШ по тхэквондо ВТФ. 2. Изучение структуры и организации работы специализации тхэквондо ВТФ в ДЮСШ. 3. Разработка годового плана подготовки спортсменов учебно-тренировочных групп специализации тхэквондо ВТФ в ДЮСШ. 4. Методика тестирования спортсменов тхэквондо ВТФ на современном этапе. 5. Хронометраж учебно-тренировочных занятий по тхэквондо ВТФ.		10 10 10 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке		15
4	Зачет		20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

3	Презентация по теме пропущенного занятия	5
---	--	---

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к 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 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) «Спортивно-педагогическое совершенствование (тхэквондо ВТФ)» для студентов 4 курса Института спорта и физического воспитания, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиля «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 семестры.

Форма промежуточной аттестации: 8 семестр - зачет.

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

7-8 семестры

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	15
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами спортивного совершенствования ДЮСШ по тхэквондо ВТФ. 2. Изучение структуры и организации работы специализации тхэквондо ВТФ в ДЮСШ. 3. Разработка годового плана подготовки спортсменов групп спортивного совершенствования специализации тхэквондо ВТФ в ДЮСШ. 4. Педагогический анализ занятий по тхэквондо ВТФ. 5. Хронометраж учебно-тренировочных занятий по тхэквондо ВТФ.		10 10 10 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке		15
4	Зачет		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	<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 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) «Спортивно-педагогическое совершенствование (тхэквондо ВТФ)» для студентов 5 курса Института спорта и физического воспитания, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиля «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, 10 семестры.

Форма промежуточной аттестации: 10 семестр - экзамен.

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

9-10 семестры

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий		15
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Обучение навыкам судейства боковых судей и судей при участниках соревнований тхэквондо ВТФ. 2. Обучение навыкам судейства рефери на площадке во время соревновательных поединков тхэквондо ВТФ. 3. Обучение навыкам судейства главного судьи площадки во время соревновательных поединков по тхэквондо ВТФ. 4. Обучение регламенту проведения соревнований по тхэквондо ВТФ. 5. Организация и проведение соревнований по керуги и пхумсе.		10 5 5 5 15
3	Микрозачет по физической подготовке		15
4	Экзамен		30
	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	<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

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 методик фехтования, современного пятиборья,
восточных боевых искусств**

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

**Б1.В.ОД.11 «Спортивно-педагогическое совершенствование
(тхэквондо ВТФ)»**
(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, заочная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2016 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет: на очном и заочном обучении – 20 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.	Техника пхумсе (комплексные упражнения)	1	-	26	82		
Итого за 1 семестр: 108 часов (3 з.е.)				26	82		
2.	Основы методики обучения в тхэквондо	2	-	26	100		Зачет
Итого за 2 семестр: 126 часов (3,5 з.е.)				26	100		
Итого за 1 курс: 234 часа (6,5 з.е.)				52	182		
2 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
3.	Теоретические основы и анализ техники тхэквондо	3	-	14	14		Зачет
4.	Технико-тактическая подготовка тхэквондистов	3	-	16	19		
Итого за 3 семестр: 63 часа (1,75 з.е.)				30	33		
5.	Физические и психические качества тхэквондистов	4	-	30	33		Зачет
Итого за 4 семестр: 63 часа (1,75 з.е.)				30	33		
ИТОГО за 2 курс: 126 часов (3,5 з.е.)				60	66		
3 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
6.	Организация и планирование спортивной подготовки в тхэквондо	5	-	30	33		Зачет
Итого за 5 семестр: 63 часа (1,75 з.е.)				30	33		

6.	Организация и планирование спортивной подготовки в тхэквондо	6	-	30	33		Зачет
Итого за 6 семестр: 63 часа (1,75 з.е.)				30	33		
ИТОГО за 3 курс: 126 часов (3,5 з.е.)				60	66		
4 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
7.	Управление спортивной подготовкой тхэквондистов	7	-	30	96		Экзамен
Итого за 7 семестр: 126 часов (3,5 з.е.)				30	96		
7.	Управление спортивной подготовкой тхэквондистов	8	-	20	24		
8.	Особенности организации судейства соревнований по тхэквондо	8	-	10	45		Экзамен
Итого за 8 семестр: 108 часов (3 з.е.)				30	69	9	
Итого за 4 курс: 234 часа (6,5 з.е.)				60	165	9	
ИТОГО за весь период обучения: 720 часов (20 з.е.)				232	479	9	

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.	Техника пхумсе (комплексные упражнения)	1		4	66		Зачет
2.	Основы методики обучения в тхэквондо	2		6	68		
Итого за 1 курс: 144 часа (4 з.е.)				10	134		
2 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
3.	Теоретические основы и анализ техники тхэквондо	3		4	55		Зачет
4.	Технико-тактическая подготовка тхэквондистов	3		8	40		
5.	Физические и психические качества тхэквондистов	4		4	33		
Итого за 2 курс: 144 часа (4 з.е.)				16	128		

3 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
6.	Организация и планирование спортивной подготовки в тхэквондо	5-6		16	128		Зачет
Итого за 3 курс: 144 часа (4 з.е.)				16	128		
4 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
7.	Управление спортивной подготовкой тхэквондистов	7-8		16	128		Зачет
Итого за 4 курс: 144 часа (4 з.е.)				16	128		
5 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
8.	Особенности организации судейства соревнований по тхэквондо	9		16	53		
8.	Особенности организации судейства соревнований по тхэквондо	10		16	50		Экзамен
Итого за 5 курс: 144 часа (4 з.е.)				32	103	9	
ИТОГО за весь период обучения: 720 часов (20 з.е.)				90	621	9	