

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.16 «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: *заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)*
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.16 «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», «Биомеханика двигательной активности», «Спортивная метрология», «Безопасность жизнедеятельности», «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;			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.			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.			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.			
ОПК-5	Знать: - средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений; - основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии;			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.			5
	Владеть: навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев.			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.			2
	Уметь: - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.			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.			7
	Уметь: - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - определять предрасположенность к занятиям определенными видами спорта; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические			

	и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в 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.			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).			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.			8
ПК-14	Знать: - основы теории и методики спортивной тренировки в тхэквондо ВТФ; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в тхэквондо ВТФ.			6
	Уметь:			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. 			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. 			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 Заочная ускоренная форма обучения

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	67		
1.1	Методика освоения техники выполнения пхумсе	1		4	67		
2.	Основы методики обучения в тхэквондо	2		6	67	Дифференцированный зачет	
2.1	Методы и средства обучения в тхэквондо	2		6	67		
Итого за 1 курс: 144 часа				10	134		
2 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
3.	Теоретические основы и анализ техники тхэквондо	3		4	44		
3.1	Биомеханические основы техники тхэквондо	3		2	22		
3.2	Основные технические действия в тхэквондо	3		2	22		
4.	Технико-тактическая подготовка тхэквондистов	3		6	42		
4.1	Техническая подготовка тхэквондистов	3		1	10		
4.2	Тактическая подготовка тхэквондистов	3		1	10		
4.3	Основы обучения технико-тактическим действиям	4		2	10	Дифференцированный зачет	
4.4	Основы профессиональной тактико-технической подготовки студентов различными методами обучения	4		2	12		
5.	Физические и психические качества	4		4	44		

	ТХЭКВОНДИСТОВ						
5.1	Методика развития физических качеств тхэквондистов	4		2	22		
5.2	Методика развития психологических качеств тхэквондистов	4		2	22		
Итого за 2 курс: 144 часа				14	130		
3 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
6.	Организация и планирование спортивной подготовки в тхэквондо	5		10	170		
6.1	Характеристика и особенности структуры системы спортивной подготовки тхэквондистов	5		2	34		
6.2	Построение плана соревновательной деятельности с учетом закономерностей развития и поддержания спортивной формы, календаря официальных соревнований	5		2	34		
6.3	Структура соревновательных и тренировочных нагрузок, средства и методы тренировки на этапах спортивной подготовки	6		2	34		Дифференцированный зачет
6.4	Этапное планирование соревновательного и тренировочного процессов. Составление индивидуальных годовых планов	6		2	34		
6.5	Построение программ тренировочной подготовки. Технология построения больших тренировочных циклов (макро, мезо и микроциклы спортивной подготовки)	6		2	34		
Итого за 3 курс: 180				10	170		
4 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
7.	Управление спортивной подготовкой тхэквондистов	7		10	233		
7.1	Планирование подготовки тхэквондистов	7		2	40		
7.2	Организационно-методические особенности подготовки тхэквондистов в ДЮСШ, СДЮСШОР, ВУЗах	7		2	41		
7.3	Структура и содержание поединка в тхэквондо	7		2	38		
7.4	Управление механизмами разрушения системы управления движениями противника	8		2	38		Экзамен
7.5	Организация и проведение показательных выступлений по тхэквондо	8		1	38		
7.6	Организация и проведение занятий по	8		1	38		

.	Тхэквондо с различным контингентом занимающихся					
Итого за 4 курс: 252 часа			10	233	9	
ИТОГО за весь период обучения: 720 часов (20 з.е.)			44	667	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 (заочное ускоренное обучение)

Примерный перечень вопросов к экзамену:

1. Общая характеристика соревновательного поединка в тхэквондо.
2. Физическая, психологическая, технико-тактическая и общетеоретическая подготовленность тхэквондистов.
3. Органическое единство и взаимосвязь отдельных компонентов подготовленности тхэквондистов, как объективная необходимость успешного ведения соревновательной деятельности в тхэквондо.
4. Двигательные умения и навыки. Их значение в процессе подготовки тхэквондиста.
5. Методика обучения в тхэквондо. Структура процесса обучения.
6. Понятия двигательное умение и двигательный навык, отличительные особенности.
7. Организация и планирование процесса обучения тхэквондистов.
8. Учебно-тренировочное занятие по тхэквондо, как основная форма занятий по обучению, особенности его организации и проведения.
9. Характеристика метода строго регламентированного упражнения и особенности его применения в тхэквондо.
10. Имитационные, подготовительные и подводящие упражнения. Их специфика и назначение при разучивании технических приемов в тхэквондо.
11. Особенности применения соревновательного и игрового методов в тхэквондо.

12. Методика освоения формального комплекса пхумсе - пхумсе иль чак.
13. Методика освоения формального комплекса пхумсе - пхумсе и чак.
14. Методика освоения формального комплекса пхумсе - пхумсе сам чак.
15. Методика освоения формального комплекса пхумсе - пхумсе са чак.
16. Методика освоения формального комплекса пхумсе - пхумсе о чак.
17. Методика освоения формального комплекса пхумсе - пхумсе юк чак.
18. Методика освоения формального комплекса пхумсе - пхумсе чиль чак.
19. Методика освоения формального комплекса пхумсе - пхумсе пхаль чак.
20. Методика освоения формального комплекса пхумсе - пхумсе коре.
21. Методика освоения формального комплекса пхумсе - пхумсе кым ган.
22. Методика освоения формального комплекса пхумсе - пхумсе тхэбэк.
23. Методика освоения формального комплекса пхумсе - пхумсе пхёнвон+сипчин.
24. Методика освоения формального комплекса пхумсе - пхумсе чить+чёнквон.
25. Методика освоения формального комплекса пхумсе - пхумсе хансу+оро.
26. Содержание и характеристика основных технических и судейских понятий и терминов в тхэквондо.
27. Действующая классификация техники тхэквондо.
28. Словесные методы и особенности их применения при обучении и совершенствовании техники тхэквондо.
29. Методы показа - демонстрация техники и отдельных упражнений применение наглядных пособий, плакатов и видеозаписей.
30. Факторы, положительно и отрицательно влияющие на формирование двигательного навыка.
31. Системный подход к процессу обучения.
32. Непрерывность тренировочного процесса.
33. Общедидактические принципы обучения. Принципы наглядности, доступности, индивидуализации, систематичности, последовательности и прочности, принцип сознательности и активности.
34. Специфика применения общедидактических принципов при обучении в тхэквондо.
35. Взаимосвязь общедидактических принципов.
36. Методы практического упражнения: целостный метод изучения, расчлененный метод обучения, расчлененно-конструктивный метод обучения.
37. Физические упражнения как основное средство тренировки.

38. Соревновательный метод. Специфические особенности соревновательного метода.
39. Игровой метод. Специфические особенности игрового метода.
40. Круговая тренировка, ее специфические особенности.

2 год обучения (заочное ускоренное обучение)

Примерный перечень вопросов к экзамену:

1. Техника прямого удара в параллельном движении.
2. Техника переднего прямого удара ближней ногой.
3. Техника переднего прямого удара дальней ногой.
4. Техника переднего удара ногой сверху.
5. Структура ударов при выполнении атак в тхэквондо.
6. Основные технические действия в тхэквондо
7. Техника прямого удара ближней рукой без шага.
8. Техника прямого удара дальней рукой без шага.
9. Техника прямого удара ближней рукой с полушагом.
10. Техника прямого удара дальней рукой с полушагом.
11. Техника прямого удара ближней рукой с шагом (подскоком).
12. Техника прямого удара дальней рукой с шагом (подскоком).
13. Техника переднего реверсивного удара ногой.
14. Техника бокового удара ближней ногой сбоку.
15. Техника бокового удара дальней ногой сбоку.
16. Техника заднего прямого удара ближней ногой.
17. Техника заднего прямого удара дальней ногой.
18. Техника заднего прямого удара ближней ногой.
19. Техника заднего обратного кругового удара дальней ногой.
20. Техника защиты маневром туловища.
21. Техника защиты маневром по даянгу.
22. Техника защиты блоками.
23. Техника защиты подставкой.
24. Техника защиты отбивами.
25. Техническая подготовка тхэквондистов.
26. Общая техническая подготовка как фундамент специальной технической подготовки.
27. Общая техническая подготовка как процесс формирования разнообразных двигательных умений и навыков, охватывающий различные варианты решения спортивно-педагогических задач, направленных на наиболее полное использование возможностей занимающихся.
28. Методика общей технической подготовки тхэквондиста.
29. Специальная техническая подготовка как процесс формирования навыков выполнения технических действий в тхэквондо в различных условиях поединка.

30. Особенности методики специальной технической подготовки в процессе тренировки различного возрастного контингента занимающихся в подготовительном, основном и переходных периодах.

31. Этапы технической подготовки.

32. Тактическая подготовка тхэквондистов.

33. Основы тактики, определяющие тактическое мастерство спортсмена, умение составлять план поединка, навыки реализации тактического плана, гибкость тактического мышления. Роль сложных тактико-технических действий в тхэквондо.

34. Основы обучения технико-тактическим действиям.

35. Соотнесение методов обучения с содержанием обучения (техники и тактики) и этапом спортивной подготовки.

36. Индивидуальные особенности занимающихся и факторы, определяющие усвоение техники и тактики в различном возрасте.

37. Взаимосвязь техники и тактики при использовании различных методов обучения.

38. Объяснительно-иллюстративный метод обучения техники.

39. Особенности реализации принципов сознательности, активности, наглядности, системности; доступности при освоении техники.

40. Основы профессиональной тактико-технической подготовки студентов различными методами обучения.

3 год обучения

(заочное ускоренное обучение)

Примерный перечень вопросов к экзамену:

1. Современные методы и технологии исследования физической работоспособности тхэквондистов.

2. Современные технологии биомеханических исследований в тхэквондо.

3. Методы и технологии определения морфологического статуса тхэквондистов.

4. Основные методы силовой подготовки: использование непредельных отягощений с предельным числом повторений; использование предельных и около предельных отягощений; использование изометрических (статических) упражнений.

5. Значение скоростных способностей для овладения техникой и тактикой тхэквондо и достижения спортивных результатов.

6. Виды двигательных реакций и их значение в противоборстве с противником.

7. Средства развития быстроты («упражнения на скорость»).

8. Основные методы развития быстроты (повторный, повторно-прогрессирующий, переменный), их характеристика (длительность выполнения упражнений, интенсивность, интервалы отдыха, число повторений, на какие группы мышц, в каких конкретных условиях тренировки и др.).

9. Характеристика ловкости как физического качества, проявляющегося в условиях противоборства тхэквондистов.
10. Скоростно-силовые усилия в приемах тхэквондо.
11. Требования к общей и специальной выносливости тхэквондиста.
12. Координационные способности, свойственные тхэквондистам.
13. Измерения ловкости. Факторы, влияющие на развитие ловкости. Способы развития ловкости. Гибкость и ее измерение.
14. Воспитание гибкости.
15. Значение скоростных способностей для овладения техникой и тактикой тхэквондо и достижения спортивных результатов.
16. Методика развития психологических качеств тхэквондистов.
17. Зависимость эмоциональных процессов и психического состояния тхэквондиста от условий подготовки к соревнованиям, масштаба соревнований, подготовленности спортсмена, состава противников.
18. Волевые качества тхэквондиста, зависимость их проявления в процессе соревнований от уровня подготовленности, взаимоотношений в коллективе, поведения тренера.
19. Методы развития смелости, решительности, находчивости, выдержки, инициативности.
20. Питание и регулирование массы тела тхэквондиста.
21. Особенности регулирования массы тела.
22. Использование физических упражнений как эффективный метод профилактики ожирения.
23. Физиологические особенности снижения массы тела.
24. Источники энергетического обеспечения мышечной деятельности - углеводы, липиды.
25. Фармакологические средства в процессе снижения массы тела.
26. Информационные технологии в тренировочной и соревновательной деятельности тхэквондистов.
27. Методы и технологии определения состояния сердечно-сосудистой системы и систем регуляции сердечного ритма тхэквондистов.
28. Информационные системы и технологии в судействе соревнований.
29. Организация и планирование спортивной подготовки в тхэквондо.
30. Характеристика и особенности структуры системы спортивной подготовки тхэквондистов.
31. Построение плана соревновательной деятельности с учетом закономерностей развития и поддержания спортивной формы, календаря официальных соревнований.
32. Структура соревновательных и тренировочных нагрузок, средства и методы тренировки на этапах спортивной подготовки.
33. Этапное планирование соревновательного и тренировочного процессов. Составление индивидуальных годовых планов.
34. Построение программ тренировочной подготовки. Технология построения больших тренировочных циклов (макро, мезо и микроциклы спортивной подготовки).

4 год обучения
(заочное ускоренное 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 грантов 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.

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: Спортив. 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., Акопян А.О. Анализ соревнований и совершенствование технологии тренировочного процесса в борьбе / А.А. Новиков, А. О. Акопян //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/ТРПК/> - 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/ТРРЕВС/> - 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 BDK – 2007 г.
- Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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» заочной ускоренной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1, 2 семестры.

Форма промежуточной аттестации: 2 семестр - экзамен.

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

1-2 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 10 5
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	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету (экзамену) допускается студент, набравший не менее 46 баллов (31 балла), имея возможность, сдав зачет (экзамен) на «отлично», получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (тхэквондо ВТФ)» для студентов 2 курса Института спорта и физического воспитания, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиля «Спортивная подготовка» заочной ускоренной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3, 4 семестры.

Форма промежуточной аттестации: 4 семестр - экзамен.

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

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 5 10 5
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	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 3 курса Института спорта и физического воспитания, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиля «Спортивная подготовка» заочной ускоренной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5, 6 семестры.

Форма промежуточной аттестации: 6 семестр – экзамен.

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

5-6 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 5 10 10 5
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

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» заочной ускоренной 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		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 5 10 10 5
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	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

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



Институт спорта и физического воспитания

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

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

**Б1.В.ОД.16 «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: *заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)*
Год набора 2016 г.

Москва – 2016 г.

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет: на очном и заочном обучении – 20 зачетных единиц.

1. 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.

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:

- 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).

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Заочная ускоренная 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	67		
1.1	Методика освоения техники выполнения пхумсе	1		4	67		
2.	Основы методики обучения в тхэквондо	2		6	67	Дифференцированный зачет	
2.1	Методы и средства обучения в тхэквондо	2		6	67		
Итого за 1 курс: 144 часа				10	134		
2 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
3.	Теоретические основы и анализ техники тхэквондо	3		4	44		
3.1	Биомеханические основы техники тхэквондо	3		2	22		
3.2	Основные технические действия в тхэквондо	3		2	22		
4.	Технико-тактическая подготовка тхэквондистов	3		6	42		
4.1	Техническая подготовка тхэквондистов	3		1	10		
4.2	Тактическая подготовка тхэквондистов	3		1	10		
4.3	Основы обучения технико-тактическим действиям	4		2	10	Дифференцированный зачет	
4.4	Основы профессиональной тактико-технической подготовки студентов	4		2	12		

	различными методами обучения						
5.	Физические и психические качества тхэквондистов	4		4	44		
5.1	Методика развития физических качеств тхэквондистов	4		2	22		
5.2	Методика развития психологических качеств тхэквондистов	4		2	22		
Итого за 2 курс: 144 часа				14	130		
3 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
6.	Организация и планирование спортивной подготовки в тхэквондо	5		10	170		
6.1	Характеристика и особенности структуры системы спортивной подготовки тхэквондистов	5		2	34		
6.2	Построение плана соревновательной деятельности с учетом закономерностей развития и поддержания спортивной формы, календаря официальных соревнований	5		2	34		
6.3	Структура соревновательных и тренировочных нагрузок, средства и методы тренировки на этапах спортивной подготовки	6		2	34		Дифференцированный зачет
6.4	Этапное планирование соревновательного и тренировочного процессов. Составление индивидуальных годовых планов	6		2	34		
6.5	Построение программ тренировочной подготовки. Технология построения больших тренировочных циклов (макро, мезо и микроциклы спортивной подготовки)	6		2	34		
Итого за 3 курс: 180				10	170		
4 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
7.	Управление спортивной подготовкой тхэквондистов	7		10	233		
7.1	Планирование подготовки тхэквондистов	7		2	40		
7.2	Организационно-методические особенности подготовки тхэквондистов в ДЮСШ, СДЮСШОР, ВУЗах	7		2	41		
7.3	Структура и содержание поединка в тхэквондо	7		2	38		
7.4	Управление механизмами разрушения системы управления движениями противника	8		2	38		Экзамен
7.5	Организация и проведение показательных выступлений по	8		1	38		

	ТХЭКВОНДО					
7.6	Организация и проведение занятий по тхэквондо с различным контингентом занимающихся	8		1	38	
Итого за 4 курс: 252 часа				10	233	9
ИТОГО за весь период обучения: 720 часов (20 з.е.)				44	667	9

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА, ТУРИЗМА И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

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 гандбола

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

Направление подготовки: 49.03.01 «Физическая культура»

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики гандбола
Протокол № 26 от «25» апреля 2017

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:

Жийяр Марина Владимировна – доктор педагогических наук, доцент, зав.
кафедрой ТиМ гандбола

Обивалина Мария Сергеевна – преподаватель кафедры ТиМ гандбола

Рецензент:

Булыкина Лариса Владимировна, к.п.н., профессор, зав. кафедрой ТиМ
волейбола

1. Цель освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (гандбол)» – обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по гандболу и поддержание должных физических кондиций и повышение имеющегося уровня спортивного мастерства.

Данная цель предполагает:

- сформировать достаточный запас теоретических знаний, а также практических умений и навыков, обеспечивающих профессиональную подготовленность выпускника;
 - обеспечить готовность к практической реализации, установленных программой дисциплины, общекультурных и профессиональных компетенций;
 - 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 гандболистов;
 - обеспечить готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы по гандболу, направленной на оздоровление, всестороннее развитие личности, закаливание и приобщение к здоровому образу жизни;
 - владеть организационно-управленческими компетенциями, методикой научных исследований, использованием информационных технологий в профессиональной деятельности;
 - владеть способностями получения и использования в профессиональной деятельности достижений отечественных и зарубежных специалистов по гандболу, побуждать к собственным инновационным разработкам, профессионально совершенствоваться в избранной физкультурно-спортивной деятельности;
 - обеспечить формирование технических и тактических навыков игры в гандбол;
 - сформировать готовность к участию в соревновательной деятельности на основе полученных теоретических и практических знаний, умений и навыков игры в гандбол.
- Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины в структуре ООП бакалавриата

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (гандбол)» является дополнением к освоению основных разделов основной профилированной дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (гандбол)» и направлена на формирование, дальнейшее развитие и совершенствование у студентов профессионально значимых компетенций в форме знаний, умений, навыков и способностей, необходимых для их будущей профессиональной деятельности.

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (гандбол)» 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 практических навыков решения сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в сфере современного гандбола.

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 гандболу виды спорта и др.. Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

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	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 по гандболу; – методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке гандболистов. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по гандболу; – применять средства базовых видов спорта в общефизической подготовке гандболистов. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по гандболу с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры; – навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке гандболистов. 			1-2
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по гандболу. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по гандболу. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по гандболу с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры. 			5-6

ОПК-3	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в гандболе на начальном и тренировочном этапах подготовки. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий по гандболу с учетом особенностей занимающихся на начальном и тренировочном этапах подготовки. 			7-8
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в гандболе на этапе совершенствования спортивного мастерства. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в гандболе с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства. 			9
ОПК-5	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы правильной техники выполнения основных соревновательных упражнений в гандболе <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать технику выполнения упражнений в гандболе 			3-4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать тактику в гандболе. 			5-6
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня работоспособности спортсменов в гандболе. 			7-8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня специализированных качеств у спортсменов в гандболе 			9
ОПК-8	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции судей по гандболу 			3-4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции судей по гандболу 			5-6
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции судей в поле и секретарей при проведении соревнований по гандболу 			7-8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками организации и проведения соревнований по гандболу 			9
ПК-10	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в гандболе 			7-8
ПК-11	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в гандболе 			7-8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками разработки годового плана подготовки 			9

	спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по гандболу			
ПК-14	<i>Уметь:</i> – владеть техникой гандбола			3-4
	<i>Владеть:</i> – умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий в гандболе			5-6
	<i>Владеть:</i> – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий гандболом			7-8
ПК-15	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль на занятиях по гандболу			5-6
	<i>Владеть:</i> умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности – оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.			9

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

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

Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Всего за 1 курс: 162 часа	1-2	10	134		
Раздел 1. Физическая подготовка гандболистов		6	84		Составление комплексов упражнений
1.1. Методика воспитания силовых способностей в гандболе		2	16		Зачетное занятие
1.2. Методика воспитания скоростных способностей в гандболе		2	16		Зачетное занятие
1.3. Методика воспитания общей и специальной выносливости гандболистов		2	16		Зачетное занятие
1.4. Методика воспитания координационных способностей		2	16		Зачетное занятие
1.5. Методика воспитания гибкости		2	20		Зачетное занятие
Раздел 2. Техника игры в гандбол и методика обучения техническим приемам		4	50		Проведение части занятия
2.1. Техника нападения. Методика обучения.		2	34		План-конспект
2.2. Техника защиты. Методика обучения.		2	16		План-конспект
Всего за 1 курс		10	134		
2.3. Совершенствование техники нападения		4	24		Планы-конспекты Демонстрация техники игры в нападении
2.4. Совершенствование техники защиты		4	24		План-конспект Демонстрация техники игры в нападении
Раздел 3. Тактика игры в гандбол		4	32		Результаты ОСД (по 3 матчам)
3.1. Тактика нападения (индивидуальные и		2	16		Практическое задание

групповые действия)					
3.2. Тактика защиты (индивидуальные и групповые действия)		2	16		Практическое задание
Раздел 4. Организация и проведение соревнований по гандболу.		2	16		
4.1. Участие в организации и проведении соревнований по гандболу		2	16		Выполнение функций судьи, судьи-секретаря и составление статистических отчетов
Раздел 5. Формирование педагогического мастерства тренера по гандболу		4	32		
5.1 Методика совершенствования техники игры		4	32		Практическое задание
<i>Всего за 2 курс 144 часа (4 з.е.)</i>	3-4	16	128		
<i>Всего за 3 курс 144 часа (4 з.е.)</i>	5-6	16	128		
Раздел 3. Тактика игры и методика обучения		4	50		
3.3. Тактика нападения (позиционное и стремительное нападение)		2	26		Составление комплексов упражнений
3.4. Тактика защиты (зонная защита, личный и зонный прессинг).		2	24		Составление комплексов упражнений
Раздел 5. Формирование педагогического мастерства тренера по гандболу		4	32		
5.2. Методика обучения тактике игры.		2	16		План-конспект Зачетное занятие
5.3. Методика совершенствования тактики игры		2	16		План-конспект Зачетное занятие
Раздел 6. Система подготовки гандболистов		8	46		
6.1. Физическая подготовка гандболистов		2	10		Просмотр и письменный анализ тренировочных занятий
6.2. Техническая подготовка гандболистов		2	10		План-конспект Зачетное занятие
6.3. Тактическая подготовка.		2	10		План-конспект Зачетное занятие

6.4. Игровая (интегральная) подготовка			9		План-конспект Зачетное занятие
6.5. Психологическая и теоретическая подготовка в гандболе		2	7		План-конспект Зачетное занятие
Всего часов за 3 курс:		16	128		
Всего за 4 курс	7-8	16	128		
Раздел 8. Управление подготовкой гандболистов		6	66		
8.1. Планирование спортивной тренировки		2	16		Письменный отчет
8.2. Периодизация годового цикла и ее современные модификации		2	16		Практическое задание
8.3. Тренировочные и соревновательные нагрузки гандболистов различной квалификации			16		Письменный отчет
8.4. Педагогический контроль тренировочно-соревновательного процесса		2	18		Практическое задание
Раздел 5. Формирование педагогического мастерства тренера по гандболу		6	48		
5.4. Методические приемы совершенствования игрового мастерства		6	48		Практическое задание
Раздел 9. Научно-методическое обеспечение подготовки гандболистов		4	14		
9.1. Современное состояние НМО подготовки гандболистов		2	8		Практическое задание
9.2. Методики комплексного контроля подготовленности гандболистов		2	6		Письменный отчет
Всего часов за 4 курс:		16	128		
Раздел 7. Особенности методики подготовки гандболистов разного возраста и квалификации		10	44		

7.1. Содержание многолетней подготовки гандболистов		2	7		Реферат
7.2. Методики отбора в системе подготовки гандболистов		2	16		Практическое задание
7.3. Особенности методики и построения подготовки гандболистов в ДЮСШ		2	7		Письменный отчет
7.4. Особенности методики подготовки гандболистов массовых разрядов		2	7		Письменный отчет
7.5. Особенности методики подготовки гандболистов высокой квалификации		2	7		Письменный отчет
Раздел 5. Формирование педагогического мастерства тренера по гандболу		6	21		Составление планов-конспектов
5.5. Средства и методы скоростно-силовой подготовки гандболистов		2	7		Зачетное занятие
5.6. Средства и методы повышения общей и специальной работоспособности гандболистов		2	7		Зачетное занятие
5.7. Управление командой в процессе соревнований		2	7		Практическая задача
10. Научно-исследовательская работа в гандболе		4	14		Доклады о ходе выполнения работы
10.1. Сбор материала для ВКР		4	14		Практическое задание
<i>Всего за 5 курс</i>		32	103	9	Экзамен
ВСЕГО		90	621	9	

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

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля))

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

5.2.1. Содержание зачетных требований рубежного контроля для студентов 1 курса заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Методика применения упражнений силовых упражнений в подготовительной и основной части занятий по гандболу.
2. Методика применения беговых и общеразвивающих упражнений в подготовительной части занятий по гандболу.
3. Методика применения упражнений из различных видов спорта в подготовительной части занятий по гандболу.
4. Методика применения упражнений из различных игровых видов спорта в подготовительной части занятий по гандболу.
5. Методика применения игровых упражнений в подготовительной и основной части занятий по гандболу.
6. Методика тренировки выносливости в общефизической подготовке гандболистов.
7. Методика тренировки скоростных и связанных с ними способностей в подготовке гандболистов.
8. Методика тренировки координационных и связанных с ними способностей в подготовке гандболистов.
9. Методика тренировки гибкости и связанных с нею способностей в подготовке гандболистов.
10. Особенности методики обучения технике перемещений в гандболе.
11. Особенности методики обучения технике ловли мяча на месте и в движении в гандболе.
12. Особенности методики обучения технике ведения мяча.
13. Особенности методики обучения технике передачи мяча.
14. Особенности методики обучения технике бросков мяча в опорном положении.
15. Особенности методики обучения технике бросков мяча в безопорном положении.
16. Особенности методики обучения технике обманных движений с мячом и без мяча.
17. Особенности методики обучения технике постановки заслонов.
18. Особенности методики обучения технике блокирования мяча.
19. Особенности методики обучения технике блокирования игрока.
20. Характеристика и демонстрация правильной техники выполнения ловли мяча.
21. Характеристика и демонстрация правильной техники выполнения ведения мяча.
22. Характеристика и демонстрация правильной техники передачи мяча.

23. Характеристика и демонстрация правильной техники бросков мяча в опорном положении.

24. Характеристика и демонстрация правильной техники выполнения бросков мяча в безопорном положении.

25. Характеристика и демонстрация правильной техники выполнения обманных движений.

26. Характеристика и демонстрация правильной техники выполнения падений в гандболе.

27. Характеристика и демонстрация техники постановки заслонов в гандболе.

28. Характеристика и демонстрация техники выполнения обманных движений с мячом и без мяча.

29. Особенности индивидуальной тактики игры в нападении.

30. Особенности тактики групповых действий в нападении.

31. Особенности индивидуальной тактики игры в защите.

32. Особенности тактики групповых действий в защите.

33. Судейство соревнований по гандболу в качестве судей в поле.

34. Работа секретариата при проведении соревнований по гандболу.

5.2.2. Содержание зачетных требований для студентов 2 курса заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Особенности тактики игры гандболистов в позиционном нападении.
2. Особенности тактики индивидуальных и групповых действий гандболистов в стремительном нападении.

3. Особенности тактики игры гандболистов в зонной защите.

4. Особенности тактики игры гандболистов при зонном прессинге.

5. Особенности тактики игры гандболистов при персональной опеке.

6. Особенности тактики игры гандболистов при организации игры быстрым прорывом.

7. Методика обучения тактике игры в позиционном нападении на этапе начальной подготовки.

8. Методика обучения тактике игры в позиционном нападении на тренировочном этапе.

9. Методика совершенствования тактики игры в позиционном нападении на этапе высшего спортивного мастерства.

10. Методика совершенствования тактики игры в позиционном нападении на этапе совершенствования спортивного мастерства.

11. Методика обучения тактике игры в зонной защите на этапе начальной подготовки.

12. Методика обучения тактике игры при персональной защите на этапе начальной подготовки.

13. Методика обучения тактике игры в защите на тренировочном этапе.

14. Методика обучения и совершенствования тактики игры в защите на этапе совершенствования спортивного мастерства.

15. Методика совершенствования тактики игры в защите на этапе высшего спортивного мастерства.

16. Средства общей физической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки.

17. Средства специальной физической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки

18. Методы общей физической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки.

19. Методы специальной физической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки

20. Средства общей физической подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

21. Средства специальной физической подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

22. Методы общей физической подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

23. Методы специальной физической подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

24. Средства общей физической подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

25. Средства специальной физической подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

26. Методы общей физической подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

27. Методы специальной физической подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

5.2.3. Содержание зачетных требований для студентов 3 курса заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Особенности средств общей физической подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

2. Особенности средств специальной физической подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

3. Особенности методики общей физической подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

4. Особенности методики специальной физической подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

5. Средства и методы общей технической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки.

6. Средства технической подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

7. Средства технической подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

8. Средства технической подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

9. Средства и методы тактической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки.

10. Средства тактической подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

11. Средства тактической подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

12. Средства тактической подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

13. Средства и методы игровой подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки.

14. Средства интегральной подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

15. Средства интегральной подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

16. Средства интегральной подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

17. Средства и методы психологической и теоретической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки.

18. Средства психологической и теоретической подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

19. Средства психологической и теоретической подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

20. Средства психологической и теоретической подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

5.2.4. Содержание зачетных требований для студентов 4 курса заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Разработка программы спортивной подготовки в гандболе на этапе начальной подготовки.

2. Разработка программы спортивной подготовки в гандболе на тренировочном этапе.

3. Особенности реализации программы спортивной подготовки в гандболе на начальном этапе.

4. Особенности реализации программы спортивной подготовки в гандболе на тренировочном этапе.

5. Навыки планирования тренировочных занятий в гандболе с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе многолетней подготовки.

6. Навыки планирования занятий в гандболе с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки.

7. Навыки проведения тренировочных занятий по гандболу с учетом особенностей занимающихся на этапе начальной подготовки.

8. Навыки проведения тренировочных занятий с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе подготовки.

9. Навыки проведения тренировочных занятий по гандболу с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.

10. Навыки построения тренировочных занятий с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе подготовки.

11. Навыки построения тренировочных занятий по гандболу с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства и периодизации спортивной подготовки.

12. Определение уровня работоспособности гандболистов на тренировочном этапе подготовки.

13. Определение уровня работоспособности гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

14. Определение уровня физической подготовленности гандболистов на начальном этапе многолетней подготовки.

15. Определение уровня физической подготовленности гандболистов на тренировочном этапе подготовки.

16. Определение уровня физической подготовленности гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

17. Определение тренировочных и соревновательных нагрузок гандболистов на этапе начальной подготовки

18. Определение тренировочных и соревновательных нагрузок гандболистов на тренировочном этапе подготовки.

19. Определение тренировочных и соревновательных нагрузок гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

20. Разработка годового плана подготовки гандболистов на тренировочном этапе многолетней подготовки (начальной специализации).

21. Разработка годового плана подготовки гандболистов на тренировочном этапе многолетней подготовки (углубленной специализации).

22. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства гандболистов.

23. Методические приемы совершенствования спортивного мастерства гандболистов.

24. Современное состояние научно-методического обеспечения подготовки гандболистов.

25. Методики комплексного контроля спортивного мастерства в гандболе.

26. Методики комплексного контроля физической подготовленности в гандболе.

27. Методики комплексного контроля технической подготовленности в гандболе.

28. Методики комплексного контроля тактической подготовленности в гандболе.

29. Методики комплексного контроля психологической подготовленности в гандболе.

30. Методики комплексного контроля интегральной подготовленности в гандболе.

5.2.5. Содержание экзаменационных требований для студентов 5 курса заочной формы обучения:

1. Особенности содержания подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки.

2. Особенности содержания подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

3. Особенности содержания подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

4. Особенности спортивного отбора гандболистов на этапах многолетней подготовки.

5. Особенности методик спортивного отбора гандболистов на этапах многолетней подготовки.

6. Особенности педагогических методик спортивного отбора гандболистов на этапах многолетней подготовки.

7. Особенности психологических методик спортивного отбора гандболистов на этапах многолетней подготовки.

8. Особенности социологических методик спортивного отбора гандболистов на этапах многолетней подготовки.

9. Особенности методики и построения подготовки гандболистов в ДЮСШ.

10. Особенности методики подготовки гандболистов массовых разрядов.

11. Особенности методики подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

12. Средства тренировки скоростно-силовых способностей гандболистов на этапе начальной подготовки.

13. Средства тренировки скоростно-силовых способностей гандболистов на тренировочном этапе.

14. Средства тренировки скоростно-силовых способностей гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

15. Средства и методы повышения общей работоспособности гандболистов на этапе начальной подготовки.

16. Средства и методы повышения общей и специальной работоспособности гандболистов на тренировочном этапе.

17. Средства и методы повышения общей и специальной работоспособности гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

18. Стили управления командой гандболистов в соревнованиях.
19. Предстартовые состояния в гандболе и способы их оценки.
20. Стили управления командой гандболистов в тренировке.
21. Предматчевая разминка в гандболе.
22. Управление постсоревновательным состоянием гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.
23. Управление предсоревновательным состоянием гандболистов на тренировочном этапе.
24. Управление предсоревновательным состоянием гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.
25. Оценка лидерских качеств гандболистов.
26. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности.
27. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в гандболе.
28. Оценка результатов индивидуальной спортивной деятельности за период обучения в вузе.

Тематика рефератов

1. Физическая подготовка гандболистов (общая и специальная). Характеристика, средства и методы.
2. Методика воспитания силовых способностей гандболистов.
3. Методика воспитания гибкости и координационных способностей гандболистов.
4. Методика воспитания скоростных и связанных с ними способностей гандболистов.
5. Методика воспитания выносливости гандболистов.
6. Техника игры в гандболе. Классификация и содержание.
7. Методика обучения технике нападения в гандболе.
8. Методика обучения технике защиты в гандболе.
9. Тактика игры. Основы методики обучения.
10. Тактика нападения (индивидуальные и групповые действия). Методика обучения.
11. Тактика защиты (индивидуальные и групповые действия). Методика обучения.
12. Совершенствование техники нападения. Быстрый прорыв в гандболе. Преимущества быстрого прорыва.
13. Совершенствование техники нападения. Стремительное нападение и его преимущества.
14. Совершенствование техники защиты. Методика обучения.
15. Организация и проведение соревнований по гандболу. Судьи, судьи-секретари, комиссар матча: обязанности и права.
16. Основные жесты судей.
17. Тактика нападения против зонной защиты. Методика обучения.

18. Тактика защиты (зонная защита, личный и зонный прессинг).
Методика обучения.

19. Игровая (интегральная) подготовка. Методика обучения. Средства и методы совершенствования.

20. Управление подготовкой гандболистов. Средства и методы совершенствования физической подготовки.

21. Средства и методы совершенствования технической подготовки.

22. Средства и методы совершенствования тактической подготовки.

23. Научно-методическое обеспечение подготовки гандболистов.
Основные методы исследования тренировочной деятельности гандболистов.

24. Методы исследования физической подготовленности гандболистов.

25. Методы исследования технической подготовленности гандболистов.

26. Методы исследования тактической подготовленности гандболистов.

27. Методы исследования интегральной (игровой) подготовленности гандболистов.

28. Тренировочные и соревновательные нагрузки гандболистов, методика их регулирования.

29. Особенности скоростно-силовой подготовки гандболистов.

30. Современные средства и методы повышения работоспособности гандболистов.

31. Игровая подготовка. Методические приемы управления игровой подготовленностью гандболистов.

32. Планирование спортивной тренировки гандболистов с учетом режима нагрузок и отдыха.

33. Педагогический контроль в тренировочном процессе (педагогическое тестирование) команды гандболистов.

34. Применение методов педагогического контроля в соревновательной деятельности (ОСД).

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (гандбол)» Рекомендуемая литература

а) основная литература:

1. Игнатьева В.Я. Теория и методика гандбола: Учебник /В.Я. Игнатьева. – М.: Спорт, 2016. – 328 с.

1. Ратианидзе А.Л., Борисов Э.Л. Обучение и тренировка гандбольного вратаря. – М., 2011. – 98 с.

2. Игнатьева В.Я. Многолетняя подготовка гандболистов в детско-юношеских спортивных школах: методическое пособие / И.В. Петрачева. – М., Советский спорт, 2004. – 215 с.

3. Игнатъева В.Я. Подготовка гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства: учебное пособие / В.И. Тхорев, И.В. Петрачева. – М., Физическая культура, 2005. – 265 с.

4. Игнатъева В.Я. Гандбол: Учебник для физкультурных вузов. – М: ФОН, 2008.

Дополнительная:

1. Гандбол: программа для дополнительного образования детей: для групп спортивного совершенствования ДЮСШ, СДЮШОР / Игнатъева В.Я., Максимов В.С., Петрачева И.В. – М.: Советский спорт, 2004. – 116 с.

2. Игнатъева В.Я. Гандбол. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 192 с., ил. (Азбука спорта).

3. Клусов Н.П. Тактика гандбола. – М.: Физкультура и спорт, 1980.

4. Клусов Н.П. Тренировка гандболиста. – М.: Физкультура и спорт, 1975.

5. Латышкевич Л.А., Маневич Л.Р. Техническая и тактическая подготовка гандболистов. – Киев: Здоровья, 1981. (на кафедре 2 экз.) – 176 с.

6. Официальные правила игры гандбол. – М., СГР, 2010.

7. Ратианидзе А.Л. Игра гандбольного вратаря / А.Ратианидзе, В.Марищук. – М., Физкультура и спорт, 1980. – 104 с.

8. Шестаков И.Г. Техническая подготовка гандболистов / М.М. Шестаков. – М., ФИО, 1992. – 114с.

Вспомогательная:

1. Алешин И.Н. Условия обеспечения эффективности системы подготовки в командных спортивных играх: учебное пособие /И.Н. Алешин. – Челябинск: УралГУФК, 2010. – 126 с.

2. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: ФиС, 1980.

3. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок /М.А. Годик. - М.: Физкультура и спорт, 1980. – 136 с.

4. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. – Киев: Олимпийская литература. – 2007.

5. Озолин Н.Г. Молодому коллеге /Н.Г. Озолин. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 288 с.

6. Платонов В.Н. Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к Олимпийским играм /В.Н. Платонов. – М.: Советский спорт, 2010. – 310 с.

7. Платонова Р.И. Подготовка конкурентоспособного специалиста в региональном педагогическом вузе: методология, концепция, система /Р.И. Платонова. – М. .: Советский спорт, 2011. – 168 с.

8. Сахарова М.В. Проектирование макроциклов подготовки в игровых видах спорта: значение, сущность, технология. – М.: Спутник+, 2005. – 309 с.

9. Современная система спортивной подготовки. – М.: Издательство «СААМ». – 1995

10. Спортивные игры и методика преподавания: Учебник для пед.фак. ин-тов физ.культ. /Под ред. Портных Ю.И. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 320 с.

11. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: Учеб. для студ. высш. уч. заведений / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов. – М.: Издский центр Академия, 2004. – 520 с.

12. Теоретико-методологические и социально-экономические основы спортивных игр. – М.: Малаховка, 2004.

13. Фискалов В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник/ В.Д. Фискалов. – М.: Советский спорт, 2010. – 329 с.

14. Черемисин В.П. Лекции по теории и методике спортивных игр. – М.: Малаховка, 1997.

15. Шестаков М.М. Индивидуализация учебно-тренировочного процесса в командных спортивных играх: Автореф. дис. канд. пед. наук. – М., 1992.

Иностранные источники:

1. Repenšek D. Bon M. Rokomet – osnove pravil, sojenje in organizacija tekem /Darko Repenšek, Marta Bon. – Ljubliana:Fakulteta za šport, Inštitit za šport, 2007. – 146 p.

2. Trosse H.-D. Handbuch für Handball. / Hans-Dieter Trosse. - Meyer& Meyer Verlag, Aachen, 2006. – 240 p.

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

Сайт РГУФКСМиТ – sportedu.ru

Сервер дистанционного обучения МООДУС ГЦОЛИФК – moodus.sportedu.ru

<http://www.rushandball.ru>;

<http://www.eurohandball.com>

<http://www.ihf.info/>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), 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	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности Университета. Устанавливаются централизованно на все персональные

	-Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook	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.

– *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

Справочно-информационные сайты:

- <http://www.rushandball.ru>;
- www.eurohandball.com;
- <http://www.ihf.info/>.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

1.1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

1.2. Специализированный спортивный зал (модуль В), легкоатлетический манеж.

1.3. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

Электронные книги:

- Ехplay – 1 шт.;
- Digma C700 – 1 шт.

Спортивный инвентарь:

- Мячи гандбольные женские – 20 шт.;
- Мячи гандбольные мужские – 20 шт.;
- Медицинболы 1 кг – 15 шт.;
- Медицинболы 2 кг – 5 шт.;

- Конусы – 12 шт.;
- Степ-платформа Reebok – 14 шт.;
- Скакалки гимнастические – 20 шт.;
- Жилетки для проведения учебно-тренировочных занятий – 12 шт.;
- Цветные набивные мешочки для метаний – 12 шт.;
- Мишень для бросков – 2 шт.

Научная аппаратура:

- Кистевой динамометр – 6 шт.;
- Становой динамометр – 1 шт.;
- Калипер электронный – 1 шт.;
- Spiroграф сухой – 4 шт.;
- Монитор сердечного ритма Polar S-610 – 1 комплект;
- Шагомер – 4 шт.;
- Тонометр Omron – 1 шт.;
- Электронный измерительный прибор MioTest;

Научная аппаратура НИИ Спорта РГУФКСМиТ:

Оргтехника (год выпуска):

- DVD-комбо Toshiba SD-26VSR – 2006 г.;
- Видеопроектор ELMO HV 110XG – 2006 г.;
- Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.;
- Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.;
- Ноутбук Aser – 2008 г. – 2 шт.;
- Принтер HP LaserJet 1320 – 2005 г.;
- Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.;
- Сканер EPSON 2480 – 2005 г.;
- Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.;
- Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.;
- Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.;
- Плеер DVD BVK – 2007 г.;
- Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.;

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (гандбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 2 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гандбола
Сроки изучения дисциплины: 1-2 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

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 воспитания силовых способностей в гандболе 2. Педагогические умения и навыки воспитания скоростных способностей в гандболе 3. Педагогические умения и навыки воспитания общей и специальной выносливости гандболистов 4. Занятия по воспитанию координационных способностей 5. Составление комплекса упражнений на воспитание гибкости гандболистов. 6. Формирование навыков обучения техники нападения 7. Формирование навыков обучения технике защиты 8. Формирование навыков обучения техническим приемам	10 10 10 10 10 10 10 10
4	Зачет	10
	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 зачету допускается студент, набравший не менее 51 балла, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (10 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся 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 (гандбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 2 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гандбола
Сроки изучения дисциплины: 3-4 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *зачет*

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 совершенствования техники нападения 2. Педагогические умения и навыки совершенствования техники защиты 3. Педагогические умения и навыки обучения тактике индивидуальных действий в нападении 4. Педагогические умения и навыки обучения тактике групповых действий в нападении 5. Педагогические умения и навыки обучения тактике индивидуальных действий в защите 6. Педагогические умения и навыки обучения тактике групповых действий в защите 7. Формирование навыков судейства соревнований по гандболу в качестве судей в поле 8. Формирование навыков ведения протокола игры официальных соревнований по гандболу	5 5 10 10 10 10 5 5
3	Методика совершенствования техники игры	20
4	Зачет	10
	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 зачету допускается студент, набравший не менее 51 балла, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (10 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 (гандбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 2 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гандбола
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	Максимальное количество Баллов
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки обучения тактике позиционного и стремительного нападения 2. Педагогические умения и навыки обучения тактике и стремительного нападения 3. Педагогические умения и навыки обучения тактике зонной защиты 4. Педагогические умения и навыки обучения тактике прессинга в защите 5. Методика совершенствования тактики игры. 6. Занятия по анализу эффективной тактики в гандболе. 7. Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке гандболистов. 8. Методики тактической подготовки в гандболе. 9. Методики психологической подготовки в гандболе.	10 10 10 10 10 10 10 5 5
4	Зачет	10
	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 зачету допускается студент, набравший не менее 51 балла, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (10 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 «Спортивно-педагогическое совершенствование (гандбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 2 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методике гандбола
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	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки планирования занятий по гандболу с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами ДЮСШ 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по гандболу 3. Изучение структуры и организации работы ДЮСШ по гандболу 4. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий по гандболу 5. Разработка годового плана подготовки гандболистов на тренировочном этапе. 6. Навыки определения уровня общей и специальной работоспособности гандболистов 7. Хронометраж тренировочных занятий по гандболу 8. Самоконтроль физической подготовленности	10 10 5 10 10 10 5 10
3	Список библиографических источников	10
4	Сдача зачета	10
	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 зачету допускается студент, набравший не менее 51 балла, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (10 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 (гандбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, 2 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

V. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гандбола
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. Педагогические умения и навыки проведения занятий по гандболу 2. Педагогические умения и навыки проведения мероприятий по отбору в гандболе. 3. Занятия гандболом по программе начальной подготовки 4. Занятия гандболом по программе тренировочного этапа 5. Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности с гандболистами 6. Разработка комплекса упражнений по общей физической подготовке гандболистов. 7. Составление комплекса упражнений по специальной скоростно-силовой подготовке гандболистов 8. Профессионально-педагогические навыки применения средств повышения работоспособности. 9. Самоконтроль спортсменов в процессе занятий гандболом.	5 10 5 10 5 5 10 10 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 баллов, 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 гандбола

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Направление подготовки: 49.03.01
Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная подготовка в избранном виде спорта

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц.

1. Семестр(ы) освоения дисциплины: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10

2. Цель освоения дисциплины: обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по гандболу и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

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).

**4. Краткое содержание дисциплины:
Заочная форма обучения**

Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Всего за 1 курс: 144 часа	1-2	10	134		
Раздел 1. Физическая подготовка гандболистов		6	84		Составление комплексов упражнений
Раздел 2. Техника игры в гандбол и методика обучения техническим приемам		4	50		Проведение части занятия
<i>Всего за 1 курс 144 часа (4 з.е.)</i>		10	134		
2.3.Совершенствование техники нападения		4	24		Планы-конспекты Демонстрация техники игры в нападении
2.4.Совершенствование техники защиты		4	24		План-конспект Демонстрация техники игры в нападении
Раздел 3. Тактика игры в гандбол		4	32		Результаты ОСД (по 3 матчам)
Раздел 4. Организация и проведение соревнований по гандболу.		2	16		
Раздел 5. Формирование педагогического мастерства тренера по гандболу		4	32		
<i>Всего за 2 курс 144 часа (4 з.е.)</i>	3-4	16	128		
Раздел 3. Тактика игры и методика обучения		4	50		
Раздел 5. Формирование педагогического мастерства тренера по гандболу		4	32		
Раздел 6. Система подготовки гандболистов		8	46		
<i>Всего часов за 3 курс 144 часа (4 з.е.)</i>		16	128		Зачет

Раздел 8. Управление подготовкой гандболистов		6	66		
Раздел 5. Формирование педагогического мастерства тренера по гандболу		6	48		
Раздел 9. Научно-методическое обеспечение подготовки гандболистов		4	14		
<i>Всего часов за 4 курс 144 часа (4 з.е.)</i>		16	128		Зачет
Раздел 7. Особенности методики подготовки гандболистов разного возраста и квалификации		10	44		
Раздел 5. Формирование педагогического мастерства тренера по гандболу		6	21		Составление планов-конспектов
10. Научно-исследовательская работа в гандболе		4	14		Доклады о ходе выполнения работы
<i>Всего за 5 курс 144 часа (4 з.е.)</i>		32	103	9	Экзамен
ВСЕГО		90	621	9	

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА, ТУРИЗМА И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

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 гандбола

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

Направление подготовки: 49.03.01 «Физическая культура»

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики гандбола
Протокол № 26 от «25» апреля 2017 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.

Составители:

Жийяр Марина Владимировна – доктор педагогических наук, доцент, зав.
кафедрой ТиМ гандбола

Обивалина Мария Сергеевна – преподаватель кафедры ТиМ гандбола

Федотова Анастасия Александровна – преподаватель кафедры ТиМ
гандбола

Рецензент:

Булыкина Лариса Владимировна, к.п.н., профессор, зав. кафедрой ТиМ
волейбола

1. Цель освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (гандбол)» – обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по гандболу и поддержание должных физических кондиций и повышение имеющегося уровня спортивного мастерства.

Данная цель предполагает:

- сформировать достаточный запас теоретических знаний, а также практических умений и навыков, обеспечивающих профессиональную подготовленность выпускника;
 - обеспечить готовность к практической реализации, установленных программой дисциплины, общекультурных и профессиональных компетенций;
 - 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 гандболистов;
 - обеспечить готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы по гандболу, направленной на оздоровление, всестороннее развитие личности, закаливание и приобщение к здоровому образу жизни;
 - владеть организационно-управленческими компетенциями, методикой научных исследований, использованием информационных технологий в профессиональной деятельности;
 - владеть способностями получения и использования в профессиональной деятельности достижений отечественных и зарубежных специалистов по гандболу, побуждать к собственным инновационным разработкам, профессионально совершенствоваться в избранной физкультурно-спортивной деятельности;
 - обеспечить формирование технических и тактических навыков игры в гандбол;
 - сформировать готовность к участию в соревновательной деятельности на основе полученных теоретических и практических знаний, умений и навыков игры в гандбол.
- Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины в структуре ООП бакалавриата.

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (гандбол)» является дополнением к освоению основных разделов основной профилированной дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (гандбол)» и направлена на формирование, дальнейшее развитие и совершенствование у студентов профессионально значимых компетенций в форме знаний, умений, навыков и способностей, необходимых для их будущей профессиональной деятельности.

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (гандбол)» 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 практических навыков решения сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в сфере современного гандбола.

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 гандболу виды спорта и др. Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

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	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 по гандболу; – методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке гандболистов. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по гандболу; – применять средства базовых видов спорта в общефизической подготовке гандболистов. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по гандболу с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры; – навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке гандболистов. 	1-2		
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по гандболу. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по гандболу. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по гандболу с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры. 	3-4		
ОПК-3	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в гандболе на начальном и тренировочном этапах подготовки. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий по гандболу 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 гандболе на этапе совершенствования спортивного мастерства. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> навыками планирования и проведения тренировочных занятий в гандболе 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 гандболе <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать технику выполнения упражнений в гандболе 	1-2		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать тактику в гандболе. 	3-4		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня работоспособности спортсменов в гандболе. 	5-6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня специализированных качеств у спортсменов в гандболе 	7-8		
ОПК-8	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции судей по гандболу 	1-2		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции судей по гандболу 	3-4		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции судей в поле и секретарей при проведении соревнований по гандболу 	5-6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками организации и проведения соревнований по гандболу 	7-8		
ПК-10	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в гандболе 	5-6		
ПК-11	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в гандболе 	5-6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по гандболу 	7-8		
ПК-14	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – владеть техникой гандбола 	1-2		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических 	3-4		

	действий в гандболе			
	Владеть: – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий гандболом	5-6		
ПК-15	Уметь: – осуществлять самоконтроль на занятиях по гандболу	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 (гандбол)»

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

Разделы дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (гандбол)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Всего за 1 курс: 234 часа	1-2	60	165	9	Экзамен
Раздел 1. Физическая подготовка гандболистов	I	16	56		Составление комплексов упражнений
1.1. Методика воспитания силовых способностей в гандболе		4	14		Зачетное занятие
1.2. Методика воспитания скоростных способностей в гандболе		4	12		Зачетное занятие
1.3. Методика воспитания общей и специальной выносливости гандболистов		4	10		Зачетное занятие
1.4. Методика воспитания координационных способностей		2	10		Зачетное занятие
1.5. Методика воспитания гибкости		2	10		Зачетное занятие
Раздел 2. Техника игры в гандбол и методика обучения техническим приемам		10	26		Проведение части занятия
2.1. Техника нападения. Методика обучения.		6	12		План-конспект
2.2. Техника защиты. Методика обучения.		4	14		План-конспект
Всего за 1 семестр: 108 час (3 з.е.)		26	82		
Раздел 2. Техника игры в гандбол и методика обучения техническим приемам	II	10	41		Планы-конспекты Демонстрация техники игры
2.3. Совершенствование техники нападения		2	25		Планы-конспекты Демонстрация техники игры в нападении
2.4. Совершенствование техники защиты		2	16		План-конспект Демонстрация техники

					игры в нападении
Раздел 3. Тактика игры в гандбол		10	35		Результаты ОСД (по 3 матчам)
3.1. Тактика нападения (индивидуальные и групповые действия)		4	23		Практическое задание
3.2. Тактика защиты (индивидуальные и групповые действия)		6	12		Практическое задание
Раздел 4. Организация и проведение соревнований по гандболу		4	14		
4.1. Участие в организации и проведении соревнований по гандболу		4	14		Выполнение функций судьи, судьи-секретаря и составление статистических отчетов
Раздел 5. Формирование педагогического мастерства тренера по гандболу		8	10		
5.1 Методика совершенствования техники игры		8	10		Практическое задание
Всего за 2-й семестр: 126 часов (3,5 з.е.)		26	100		Зачет
Всего за 1 курс		52	182		
Всего за 3 семестр – 45 часов (1,25 з.е.)		30	33		
Раздел 3. Тактика игры и методика обучения	3	18	18		
3.3. Тактика нападения (позиционное и стремительное нападение)		9	9		Составление комплексов упражнений
3.4. Тактика защиты (зонная защита, личный и зонный прессинг).		9	9		Составление комплексов упражнений
Раздел 5. Формирование педагогического мастерства тренера по гандболу		12	15		
5.2. Методика обучения тактике игры.		6	3		План-конспект Зачетное занятие
5.3. Методика совершенствования тактики игры		6	12		План-конспект Зачетное занятие
Всего за 3 семестр 45 часов – 1,25 з.е.		30	15		
Раздел 6. Система подготовки гандболистов	IV	30	33		

6.1. Физическая подготовка гандболистов		6	12		Просмотр и письменный анализ тренировочных занятий
6.2. Техническая подготовка гандболистов		6	12		План-конспект Зачетное занятие
6.3. Тактическая подготовка.		6	3		План-конспект Зачетное занятие
6.4. Игровая (интегральная) подготовка		8	1		План-конспект Зачетное занятие
6.5. Психологическая и теоретическая подготовка в гандболе		4	5		План-конспект Зачетное занятие
Всего за 4 семестр: 81 час (2,25 з.е.)		30	33		Зачет
Всего часов за 2 курс: 126 часов – 3,5 з.е.		60	57		
Раздел 8. Управление подготовкой гандболистов	V	30	33		
8.1. Планирование спортивной тренировки		6	12		Письменный отчет
8.2. Периодизация годового цикла и ее современные модификации		6	12		Практическое задание
8.3. Тренировочные и соревновательные нагрузки гандболистов различной квалификации		8	1		Письменный отчет
8.4. Педагогический контроль тренировочно-соревновательного процесса		10	8		Практическое задание
Итого за V семестр:		30	33		
Раздел 5. Формирование педагогического мастерства тренера по гандболу	VI	6	12		
5.4. Методические приемы совершенствования игрового мастерства		6	12		Практическое задание
Раздел 9. Научно-методическое обеспечение подготовки гандболистов		24	21		
9.1. Современное состояние НМО подготовки гандболистов		8	10		Практическое задание
9.2. Методики комплексного контроля подготовленности		16	11		Письменный отчет

гандболистов					
Всего за VI семестр: 72 часа (2 з.е.)		30	33		Зачет
Всего часов за 3 курса: 136 часов – 2,25 з.е.		60	67		
Раздел 7. Особенности методики подготовки гандболистов разного возраста и квалификации		30	96		
7.1. Содержание многолетней подготовки гандболистов		6	30		Реферат
7.2. Методики отбора в системе подготовки гандболистов		6	21		Практическое задание
7.3. Особенности методики и построения подготовки гандболистов в ДЮСШ		6	21		Письменный отчет
7.4. Особенности методики подготовки гандболистов массовых разрядов		6	12		Письменный отчет
7.5. Особенности методики подготовки гандболистов высокой квалификации		6	12		Письменный отчет
Всего за VII семестр: 135 часов (3,75 з.е.)		30	96		
Раздел 5. Формирование педагогического мастерства тренера по гандболу		12	60		Составление планов-конспектов
5.5. Средства и методы скоростно-силовой подготовки гандболистов		4	32		Зачетное занятие
5.6. Средства и методы повышения общей и специальной работоспособности гандболистов		4	14		Зачетное занятие
5.7. Управление командой в процессе соревнований		4	14		Практическая задача
10. Научно-исследовательская работа в гандболе		18	9		Доклады о ходе выполнения работы
10.1. Сбор материала для ВКР		18	9		Практическое задание
Итого за VIII семестр: 117 часов 3,25 з.е.		30	69	9	Экзамен

Всего за 4 курс: 219 часов – 7,75 з.е.		60	165	9	
ВСЕГО		232	479	9	

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

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля))

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

5.2.1. Содержание зачетных требований для студентов на I курсе очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Методика применения упражнений силовых упражнений в подготовительной и основной части занятий по гандболу.
2. Методика применения беговых и общеразвивающих упражнений в подготовительной части занятий по гандболу.
3. Методика применения упражнений из различных видов спорта в подготовительной части занятий по гандболу.
4. Методика применения упражнений из различных игровых видов спорта в подготовительной части занятий по гандболу.
5. Методика применения игровых упражнений в подготовительной и основной части занятий по гандболу.
6. Методика тренировки выносливости в общефизической подготовке гандболистов.
7. Методика тренировки скоростных и связанных с ними способностей в подготовке гандболистов.
8. Методика тренировки координационных и связанных с ними способностей в подготовке гандболистов.
9. Методика тренировки гибкости и связанных с нею способностей в подготовке гандболистов.
10. Особенности методики обучения технике перемещений в гандболе.
11. Особенности методики обучения технике ловли мяча на месте и в движении в гандболе.
12. Особенности методики обучения технике ведения мяча.
13. Особенности методики обучения технике передачи мяча.
14. Особенности методики обучения технике бросков мяча в опорном положении.

15. Особенности методики обучения технике бросков мяча в безопорном положении.

16. Особенности методики обучения технике обманных движений с мячом и без мяча.

17. Особенности методики обучения технике постановки заслонов.

18. Особенности методики обучения технике блокирования мяча.

19. Особенности методики обучения технике блокирования игрока.

20. Характеристика и демонстрация правильной техники выполнения ловли мяча.

21. Характеристика и демонстрация правильной техники выполнения ведения мяча.

22. Характеристика и демонстрация правильной техники передачи мяча.

23. Характеристика и демонстрация правильной техники бросков мяча в опорном положении.

24. Характеристика и демонстрация правильной техники выполнения бросков мяча в безопорном положении.

25. Характеристика и демонстрация правильной техники выполнения обманных движений.

26. Характеристика и демонстрация правильной техники выполнения падений в гандболе.

27. Характеристика и демонстрация техники постановки заслонов в гандболе.

28. Характеристика и демонстрация техники выполнения обманных движений с мячом и без мяча.

29. Особенности индивидуальной тактики игры в нападении.

5.2.2. Содержание зачетных требований для студентов на 2 курсе очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Особенности тактики игры гандболистов в позиционном нападении.
2. Особенности тактики индивидуальных и групповых действий гандболистов в стремительном нападении.

3. Особенности тактики игры гандболистов в зонной защите.

4. Особенности тактики игры гандболистов при зонном прессинге.

5. Особенности тактики игры гандболистов при персональной опеке.

6. Особенности тактики игры гандболистов при организации игры быстрым прорывом.

7. Методика обучения тактике игры в позиционном нападении на этапе начальной подготовки.

8. Методика обучения тактике игры в позиционном нападении на тренировочном этапе.

9. Методика совершенствования тактики игры в позиционном нападении на этапе высшего спортивного мастерства.

10. Методика совершенствования тактики игры в позиционном нападении на этапе совершенствования спортивного мастерства.

11. Методика обучения тактике игры в зонной защите на этапе начальной подготовки.

12. Методика обучения тактике игры при персональной защите на этапе начальной подготовки.

13. Методика обучения тактике игры в защите на тренировочном этапе.

14. Методика обучения и совершенствования тактики игры в защите на этапе совершенствования спортивного мастерства.

15. Методика совершенствования тактики игры в защите на этапе высшего спортивного мастерства.

16. Особенности тактики групповых действий в нападении.

17. Особенности индивидуальной тактики игры в защите.

18. Особенности тактики групповых действий в защите.

19. Судейство соревнований по гандболу в качестве судей в поле.

20. Работа секретариата при проведении соревнований по гандболу.

5.2.3. Содержание зачетных требований для студентов на 3 курсе очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа

21. Средства общей физической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки.

22. Средства специальной физической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки

23. Методы общей физической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки.

24. Методы специальной физической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки

25. Средства общей физической подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

26. Средства специальной физической подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

27. Методы общей физической подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

28. Методы специальной физической подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

29. Средства общей физической подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

30. Средства специальной физической подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

31. Методы общей физической подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

32. Методы специальной физической подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

33. Особенности средств общей физической подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

34. Особенности средств специальной физической подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

35. Особенности методики общей физической подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

36. Особенности методики специальной физической подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

37. Средства и методы общей технической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки.

38. Средства технической подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

39. Средства технической подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

40. Средства технической подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

41. Средства и методы тактической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки.

42. Средства тактической подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

43. Средства тактической подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

44. Средства тактической подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

45. Средства и методы игровой подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки.

46. Средства интегральной подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

47. Средства интегральной подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

48. Средства интегральной подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

49. Средства и методы психологической и теоретической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки.

50. Средства психологической и теоретической подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

51. Средства психологической и теоретической подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

52. Средства психологической и теоретической подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

5.2.4. Содержание экзаменационных требований для студентов на 4 курсе очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Разработка программы спортивной подготовки в гандболе на этапе начальной подготовки.
2. Разработка программы спортивной подготовки в гандболе на тренировочном этапе.
3. Особенности реализации программы спортивной подготовки в гандболе на начальном этапе.
4. Особенности реализации программы спортивной подготовки в гандболе на тренировочном этапе.
5. Навыки планирования тренировочных занятий в гандболе с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе многолетней подготовки.
6. Навыки планирования занятий в гандболе с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки.
7. Навыки проведения тренировочных занятий по гандболу с учетом особенностей занимающихся на этапе начальной подготовки.
8. Навыки проведения тренировочных занятий с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе подготовки.
9. Навыки проведения тренировочных занятий по гандболу с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.
10. Навыки построения тренировочных занятий с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе подготовки.
11. Навыки построения тренировочных занятий по гандболу с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства и периодизации спортивной подготовки.
12. Определение уровня работоспособности гандболистов на тренировочном этапе подготовки.
13. Определение уровня работоспособности гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.
14. Определение уровня физической подготовленности гандболистов на начальном этапе многолетней подготовки.
15. Определение уровня физической подготовленности гандболистов на тренировочном этапе подготовки.
16. Определение уровня физической подготовленности гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.
17. Определение тренировочных и соревновательных нагрузок гандболистов на этапе начальной подготовки
18. Определение тренировочных и соревновательных нагрузок гандболистов на тренировочном этапе подготовки.
19. Определение тренировочных и соревновательных нагрузок гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.
20. Разработка годового плана подготовки гандболистов на тренировочном этапе многолетней подготовки (начальной специализации).
21. Разработка годового плана подготовки гандболистов на тренировочном этапе многолетней подготовки (углубленной специализации).

22. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства гандболистов.

23. Методические приемы совершенствования спортивного мастерства гандболистов.

24. Современное состояние научно-методического обеспечения подготовки гандболистов.

25. Методики комплексного контроля спортивного мастерства в гандболе.

26. Методики комплексного контроля физической подготовленности в гандболе.

27. Методики комплексного контроля технической подготовленности в гандболе.

28. Методики комплексного контроля тактической подготовленности в гандболе.

29. Методики комплексного контроля психологической подготовленности в гандболе.

30. Методики комплексного контроля интегральной подготовленности в гандболе.

31. Особенности содержания подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки.

32. Особенности содержания подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

33. Особенности содержания подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

34. Особенности спортивного отбора гандболистов на этапах многолетней подготовки.

35. Особенности методик спортивного отбора гандболистов на этапах многолетней подготовки.

36. Особенности педагогических методик спортивного отбора гандболистов на этапах многолетней подготовки.

37. Особенности психологических методик спортивного отбора гандболистов на этапах многолетней подготовки.

38. Особенности социологических методик спортивного отбора гандболистов на этапах многолетней подготовки.

39. Особенности методики и построения подготовки гандболистов в ДЮСШ.

40. Особенности методики подготовки гандболистов массовых разрядов.

41. Особенности методики подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

42. Средства тренировки скоростно-силовых способностей гандболистов на этапе начальной подготовки.

43. Средства тренировки скоростно-силовых способностей гандболистов на тренировочном этапе.

44. Средства тренировки скоростно-силовых способностей гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

45. Средства и методы повышения общей работоспособности гандболистов на этапе начальной подготовки.

46. Средства и методы повышения общей и специальной работоспособности гандболистов на тренировочном этапе.

47. Средства и методы повышения общей и специальной работоспособности гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

48. Стили управления командой гандболистов в соревнованиях.

49. Предстартовые состояния в гандболе и способы их оценки.

50. Стили управления командой гандболистов в тренировке.

51. Предматчевая разминка в гандболе .

52. Управление постсоревновательным состоянием гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

53. Управление предсоревновательным состоянием гандболистов на тренировочном этапе.

54. Управление предсоревновательным состоянием гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

55. Оценка лидерских качеств гандболистов.

56. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности.

57. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в гандболе.

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

Тематика рефератов

1. Физическая подготовка гандболистов (общая и специальная). Характеристика, средства и методы.

2. Методика воспитания силовых способностей гандболистов.

3. Методика воспитания гибкости и координационных способностей гандболистов.

4. Методика воспитания скоростных и связанных с ними способностей гандболистов.

5. Методика воспитания выносливости гандболистов.

6. Техника игры в гандболе. Классификация и содержание.

7. Методика обучения технике нападения в гандболе.

8. Методика обучения технике защиты в гандболе.

9. Тактика игры. Основы методики обучения.

10. Тактика нападения (индивидуальные и групповые действия). Методика обучения.

11. Тактика защиты (индивидуальные и групповые действия). Методика обучения.

12. Совершенствование техники нападения. Быстрый прорыв в гандболе. Преимущества быстрого прорыва.

13. Совершенствование техники нападения. Стремительное нападение и его преимущества.

14. Совершенствование техники защиты. Методика обучения.

15. Организация и проведение соревнований по гандболу. Судьи, судьи-секретари, комиссар матча: обязанности и права.

16. Основные жесты судей.

17. Тактика нападения против зонной защиты. Методика обучения.

18. Тактика защиты (зонная защита, личный и зонный прессинг). Методика обучения.

19. Игровая (интегральная) подготовка. Методика обучения. Средства и методы совершенствования.

20. Управление подготовкой гандболистов. Средства и методы совершенствования физической подготовки.

21. Средства и методы совершенствования технической подготовки.

22. Средства и методы совершенствования тактической подготовки.

23. Научно-методическое обеспечение подготовки гандболистов. Основные методы исследования тренировочной деятельности гандболистов.

24. Методы исследования физической подготовленности гандболистов.

25. Методы исследования технической подготовленности гандболистов.

26. Методы исследования тактической подготовленности гандболистов.

27. Методы исследования интегральной (игровой) подготовленности гандболистов.

28. Тренировочные и соревновательные нагрузки гандболистов, методика их регулирования.

29. Особенности скоростно-силовой подготовки гандболистов.

30. Современные средства и методы повышения работоспособности гандболистов.

31. Игровая подготовка. Методические приемы управления игровой подготовленностью гандболистов.

32. Планирование спортивной тренировки гандболистов с учетом режима нагрузок и отдыха.

33. Педагогический контроль в тренировочном процессе (педагогическое тестирование) команды гандболистов.

34. Применение методов педагогического контроля в соревновательной деятельности (ОСД).

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение
дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (гандбол)»
Рекомендуемая литература**

1. Игнатъева В.Я. Теория и методика гандбола: Учебник /В.Я. Игнатъева. – М.: Спорт, 2016. – 328 с.
1. Ратианидзе А.Л., Борисов Э.Л. Обучение и тренировка гандбольного вратаря. – М., 2011. – 98 с.
2. Игнатъева В.Я. Многолетняя подготовка гандболистов в детско-юношеских спортивных школах: методическое пособие / И.В. Петрачева. – М., Советский спорт, 2004. – 215 с.
3. Игнатъева В.Я. Подготовка гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства: учебное пособие / В.И. Тхорев, И.В. Петрачева. – М., Физическая культура, 2005. – 265 с.
4. Игнатъева В.Я. Гандбол: Учебник для физкультурных вузов. – М: ФОН, 2008.

Дополнительная:

1. Гандбол: программа для дополнительного образования детей: для групп спортивного совершенствования ДЮСШ, СДЮШОР / Игнатъева В.Я., Максимов В.С., Петрачева И.В. – М.: Советский спорт, 2004. – 116 с.
2. Игнатъева В.Я. Гандбол. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 192 с., ил. (Азбука спорта).
3. Клусов Н.П. Тактика гандбола. – М.: Физкультура и спорт, 1980.
4. Клусов Н.П. Тренировка гандболиста. – М.: Физкультура и спорт, 1975.
5. Латышкевич Л.А., Маневич Л.Р. Техническая и тактическая подготовка гандболистов. – Киев: Здоровья, 1981. (на кафедре 2 экз.) – 176 с.
6. Официальные правила игры гандбол. – М., СГР, 2010.
7. Ратианидзе А.Л. Игра гандбольного вратаря / А.Ратианидзе, В.Маришук. – М., Физкультура и спорт, 1980. – 104 с.
8. Шестаков И.Г. Техническая подготовка гандболистов / М.М. Шестаков. – М., ФИО, 1992. – 114с.

Вспомогательная:

1. Алешин И.Н. Условия обеспечения эффективности системы подготовки в командных спортивных играх: учебное пособие /И.Н. Алешин. – Челябинск: УралГУФК, 2010. – 126 с.
2. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: ФиС, 1980.
3. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок /М.А. Годик. - М.: Физкультура и спорт, 1980. – 136 с.
4. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. – Киев: Олимпийская литература. – 2007.
5. Озолин Н.Г. Молодому коллеге /Н.Г. Озолин. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 288 с.
6. Платонов В.Н. Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к Олимпийским играм /В.Н. Платонов. – М.: Советский спорт, 2010. – 310 с.

7. Платонова Р.И. Подготовка конкурентоспособного специалиста в региональном педагогическом вузе: методология, концепция, система /Р.И. Платонова. – М. : Советский спорт, 2011. – 168 с.

8. Сахарова М.В. Проектирование макроциклов подготовки в игровых видах спорта: значение, сущность, технология. – М.: Спутник+, 2005. – 309 с.

9. Современная система спортивной подготовки. – М.: Издательство «СААМ». – 1995

10. Спортивные игры и методика преподавания: Учебник для пед.фак. ин-тов физ.культ. /Под ред. Портных Ю.И. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 320 с.

11. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: Учеб.для студ.высш.уч.заведений /Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов. – М.: Издский центр Академия, 2004. – 520 с.

12. Теоретико-методологические и социально-экономические основы спортивных игр. - М.: Малаховка, 2004.

13. Фискалов В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник/ В.Д. Фискалов. – М.: Советский спорт, 2010. – 329 с.

14. Черемисин В.П. Лекции по теории и методике спортивных игр. – М.: Малаховка, 1997.

15. Шестаков М.М. Индивидуализация учебно-тренировочного процесса в командных спортивных играх: Автореф.дис.канд.пед.наук. – М., 1992.

Иностранные источники:

1. Repenšek D. Bon M. Rokomet – osnove pravil, sojenje in organizacija tekem /Darko Repenšek, Marta Bon. – Ljubliana:Fakulteta za šport, Inštitit za šport, 2007. – 146 p.

2. Trosse H.-D. Handbuch für Handball. / Hans-Dieter Trosse. - Meyer& Meyer Verlag, Aachen, 2006. – 240 p.

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

Сайт РГУФКСМиТ – sportedu.ru

Сервер дистанционного обучения МООДУС ГЦОЛИФК – moodus.sportedu.ru

<http://www.rushandball.ru>;

<http://www.eurohandball.com>

<http://www.ihf.info/>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), 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 -Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности Университета. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796 в составе: <i>Редактор текстовый, Редактор табличный, Редактор деловой графики и презентаций Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i>
3.	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.

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

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

Справочно-информационные сайты:

- <http://www.rushandball.ru>;
- www.eurohandball.com;
- <http://www.ihf.info/>.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

1.1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

1.2. Специализированный спортивный зал, легкоатлетический манеж,.

1.3. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

Электронные книги:

- Explay – 1 шт.;
- Digma C700 – 1 шт.

Спортивный инвентарь:

- Мячи гандбольные женские – 20 шт.;
- Мячи гандбольные мужские – 20 шт.;
- Медицинболы 1 кг – 15 шт.;
- Медицинболы 2 кг – 5 шт.;
- Конусы – 12 шт.;
- Степ-платформа Reebok – 14 шт.;
- Скакалки гимнастические – 20 шт.;
- Жилетки для проведения учебно-тренировочных занятий – 12 шт.;
- Цветные набивные мешочки для метаний – 12 шт.;
- Мишень для бросков – 2 шт.

Научная аппаратура:

- Кистевой динамометр – 6 шт.;
- Становой динамометр – 1 шт.;
- Калипер электронный – 1 шт.;
- Spiroграф сухой – 4 шт.;
- Монитор сердечного ритма Polar S-610 – 1 комплект;
- Шагомер – 4 шт.;
- Тонометр Omron – 1 шт.;
- Электронный измерительный прибор MioTest;

Научная аппаратура НИИ Спорта РГУФКСМиТ:

Оргтехника (год выпуска):

- DVD-комбо Toshiba SD-26VSR – 2006 г.;
- Видеопроектор ELMO HV 110XG – 2006 г.;
- Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.;
- Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.;
- Ноутбук Acer – 2008 г. – 2 шт.;
- Принтер HP LaserJet 1320 – 2005 г.;
- Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.;
- Сканер EPSON 2480 – 2005 г.;
- Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.;
- Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.;
- Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.;

- Плеер DVD ВВК – 2007 г.;
- Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.;

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (гандбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 2 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гандбола
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	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 гандболу 2. Подготовка мест для занятий гандболом и изучение инструкций по технике безопасности 3. Занятия гандболом по программе начальной подготовки 4. Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности с гандболистами 5. Занятия по анализу техники игры в гандболе 6. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке гандболистов. 7. Формирование навыков судейства соревнований по гандболу в качестве судей в поле 8. Формирование навыков ведения протокола игры официальных соревнований по гандболу	1-4 недели 1-4 недели 5-8 недели 9-13 недели 14-15 недели 20-25 недели 26-20 недели 31-35 недели	10 5 10 10 10 5 5
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	41 неделя	20
4	Сдача зачета	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	<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 зачету допускается студент, набравший не менее 45 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 (гандбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 2 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гандбола
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	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 гандболу. 2. Занятия гандболом по программе тренировочного этапа 3. Самоконтроль спортсменов в процессе занятий гандболом. 4. Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке гандболистов. 5. Занятия по анализу тактики в видах современного пятиборья. 6. Методики обучения техники игры и техническим приемам в гандболе. 7. Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке гандболистов. 8. Формирование навыков судейства соревнований по гандболу в качестве судей в поле.	1-2 недели 3-7 недели 8-10 недели 11-15 недели 26-29 недели 31-33 недели 34-35 недели 37-39 недели	10 5 5 5 5 20 10 5
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	40 неделя	10
4	Сдача экзамена	43-44 неделя	15
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к 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 45 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 (гандбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 2 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методике гандбола
Сроки изучения дисциплины (модуля): 6 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения занятий по гандболу с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами ДЮСШ 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по гандболу 3. Изучение структуры и организации работы ДЮСШ по гандболу 4. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий по гандболу 5. Разработка годового плана подготовки гандболистов на тренировочном этапе. 6. Навыки определения уровня общей и специальной работоспособности гандболистов 7. Хронометраж тренировочных занятий по гандболу 8. Формирование навыков судейства соревнований по гандболу в качестве судей в поле	3-12 недели 13-15 недели 16-17 недели 23-24 недели 25-26 недели 27-28 недели 29-30 неделя 34-36 недели	5 5 5 10 10 10 5 10
3	Микрозачет по физической подготовке	38 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	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 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 45 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 (гандбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 2 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гандбола
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Проведение занятий с группами спортивного совершенствования в ДЮСШ по гандболу 2. Сохранение и поддержание спортивной формы 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности 4. Разработка годового плана подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства 5. Навыки определения уровня специальной подготовленности у гандболистов 6. Организация и проведение соревнований по гандболу.	1-7 недели 8-12 недели 16-19 недели 23-24 недели 25-27 недели 31-32 недели	10 10 10 10 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	33 неделя	10
4	Сдача экзамена (рубежный контроль)	34 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 гандбола

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Направление подготовки: 49.03.01
Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная подготовка в избранном виде спорта

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц.

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

2. Цель освоения дисциплины: обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по гандболу и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

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).

**4. Краткое содержание дисциплины:
очная форма обучения**

Разделы дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (гандбол)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Всего за 1 курс: 225 часов	1-2	60	165		
Раздел 1. Физическая подготовка гандболистов	I	16	56		Составление комплексов упражнений
Раздел 2. Техника игры в гандбол и методика обучения техническим приемам		10	26		Проведение части занятия
<i>Всего за 1 семестр:</i> 108 час (3 з.е.)		26	82		
Раздел 2. Техника игры в гандбол и методика обучения техническим приемам	II	10	41		Планы-конспекты Демонстрация техники игры
2.3. Совершенствование техники нападения		2	25		Планы-конспекты Демонстрация техники игры в нападении
2.4. Совершенствование техники защиты		2	16		План-конспект Демонстрация техники игры в нападении
Раздел 3. Тактика игры в гандбол		10	35		Результаты ОСД (по 3 матчам)
Раздел 4. Организация и проведение соревнований по гандболу		4	14		
Раздел 5. Формирование педагогического мастерства тренера по гандболу		8	10		
Всего за 2-й семестр: 126 часов (3,5 з.е.)		26	100		Зачет
Всего за 1 курс		52	182		
<i>Всего за 3 семестр – 45 часов (1,25 з.е.)</i>		30	33		
Раздел 3. Тактика игры и методика обучения	3	18	18		

Раздел 5. Формирование педагогического мастерства тренера по гандболу		12	15		
<i>Всего за 3 семестр 45 часов – 1,25 з.е.</i>		30	15		
Раздел 6. Система подготовки гандболистов	IV	30	33		
<i>Всего за 4 семестр: 81 час (2,25 з.е.)</i>		30	33		Зачет
<i>Всего часов за 2 курс: 126 часов – 3,5 з.е.</i>		60	57		
Раздел 8. Управление подготовкой гандболистов	V	30	33		
<i>Итого за V семестр:</i>		30	33		
Раздел 5. Формирование педагогического мастерства тренера по гандболу	VI	6	12		
Раздел 9. Научно-методическое обеспечение подготовки гандболистов		24	21		
<i>Всего за VI семестр: 72 часа (2 з.е.)</i>		30	33		Зачет
<i>Всего часов за 3 курс: 136 часов – 2,25 з.е.</i>		60	67		
Раздел 7. Особенности методики подготовки гандболистов разного возраста и квалификации		30	96		
<i>Всего за VII семестр: 135 часов (3,75 з.е.)</i>		30	96		
Раздел 5. Формирование педагогического мастерства тренера по гандболу		12	60		Составление планов-конспектов
10. Научно-исследовательская работа в гандболе		18	9		Доклады о ходе выполнения работы
<i>Итого за VIII семестр: 117 часов 3,25 з.е.</i>		30	69	9	Экзамен
<i>Всего за 4 курс: 219 часов – 7,75 з.е.</i>		60	165	9	
ВСЕГО		232	479	9	

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА, ТУРИЗМА И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

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 гандбола

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

Направление подготовки: 49.03.01 «Физическая культура»

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины 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 гандбола
Протокол № 26 от «25» 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:

Жийяр Марина Владимировна – доктор педагогических наук, доцент, зав.
кафедрой ТиМ гандбола

Обивалина Мария Сергеевна – преподаватель кафедры ТиМ гандбола

Рецензент:

Булыкина Лариса Владимировна, к.п.н., профессор, зав. кафедрой ТиМ
волейбола

1. Цель освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (гандбол)» – обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по гандболу и поддержание должных физических кондиций и повышение имеющегося уровня спортивного мастерства.

Данная цель предполагает:

- сформировать достаточный запас теоретических знаний, а также практических умений и навыков, обеспечивающих профессиональную подготовленность выпускника;
 - обеспечить готовность к практической реализации, установленных программой дисциплины, общекультурных и профессиональных компетенций;
 - 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 гандболистов;
 - обеспечить готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы по гандболу, направленной на оздоровление, всестороннее развитие личности, закаливание и приобщение к здоровому образу жизни;
 - владеть организационно-управленческими компетенциями, методикой научных исследований, использованием информационных технологий в профессиональной деятельности;
 - владеть способностями получения и использования в профессиональной деятельности достижений отечественных и зарубежных специалистов по гандболу, побуждать к собственным инновационным разработкам, профессионально совершенствоваться в избранной физкультурно-спортивной деятельности;
 - обеспечить формирование технических и тактических навыков игры в гандбол;
 - сформировать готовность к участию в соревновательной деятельности на основе полученных теоретических и практических знаний, умений и навыков игры в гандбол.
- Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины в структуре ООП бакалавриата

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (гандбол)» является дополнением к освоению основных разделов основной профилированной дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (гандбол)» и направлена на формирование, дальнейшее развитие и совершенствование у студентов профессионально значимых компетенций в форме знаний, умений, навыков и способностей, необходимых для их будущей профессиональной деятельности.

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (гандбол)» 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 практических навыков решения сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в сфере современного гандбола.

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 гандболу виды спорта и др. Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

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	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 по гандболу; – методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке гандболистов. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по гандболу; – применять средства базовых видов спорта в общефизической подготовке гандболистов. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по гандболу с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры; – навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке гандболистов. 			1-2
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по гандболу. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по гандболу. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по гандболу с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры. 			3-4

ОПК-3	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в гандболе на начальном и тренировочном этапах подготовки. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий по гандболу с учетом особенностей занимающихся на начальном и тренировочном этапах подготовки. 			7-8
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в гандболе на этапе совершенствования спортивного мастерства. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в гандболе с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства. 			9
ОПК-5	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы правильной техники выполнения основных соревновательных упражнений в гандболе <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать технику выполнения упражнений в гандболе 			3-4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать тактику в гандболе. 			5-6
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня работоспособности спортсменов в гандболе. 			7-8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня специализированных качеств у спортсменов в гандболе 			9
ОПК-8	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции судей по гандболу 			3-4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции судей по гандболу 			5-6
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции судей в поле и секретарей при проведении соревнований по гандболу 			7-8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками организации и проведения соревнований по гандболу 			9
ПК-10	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в гандболе 			7-8
ПК-11	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в гандболе 			7-8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками разработки годового плана подготовки 			9

	спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по гандболу			
ПК-14	<i>Уметь:</i> – владеть техникой гандбола			3-4
	<i>Владеть:</i> – умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий в гандболе			5-6
	<i>Владеть:</i> – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий гандболом			7-8
ПК-15	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль на занятиях по гандболу			5-6
	<i>Владеть:</i> умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности – оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.			9

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

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 час.
Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов

Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Всего за 1 курс: 216 часов	1-2	10	206		
Раздел 1. Физическая подготовка гандболистов		6	84		Составление комплексов упражнений
1.1. Методика воспитания силовых способностей в гандболе		2	16		Зачетное занятие
1.2. Методика воспитания скоростных способностей в гандболе		2	16		Зачетное занятие
1.3. Методика воспитания общей и специальной выносливости гандболистов		2	16		Зачетное занятие
1.4. Методика воспитания координационных способностей		2	16		Зачетное занятие
1.5. Методика воспитания гибкости		2	20		Зачетное занятие
Раздел 2. Техника игры в гандбол и методика обучения техническим приемам		4	122		Проведение части занятия
2.1. Техника нападения. Методика обучения.		2	34		План-конспект
2.2. Техника защиты. Методика обучения.		2	34		План-конспект
2.3. Совершенствование техники нападения			27		Планы-конспекты Демонстрация техники игры в нападении
2.4. Совершенствование техники защиты			27		План-конспект Демонстрация техники игры в нападении
Всего за 1 курс		10	206		
Раздел 3. Тактика игры в гандбол		6	30		Результаты ОСД (по 3 матчам)
3.1. Тактика нападения (индивидуальные и		4	14		Практическое задание

групповые действия)					
3.2. Тактика защиты (индивидуальные и групповые действия)		2	16		Практическое задание
Раздел 4. Организация и проведение соревнований по гандболу.		4	32		
4.1. Участие в организации и проведении соревнований по гандболу		4	32		Выполнение функций судьи, судьи-секретаря и составление статистических отчетов
Раздел 5. Формирование педагогического мастерства тренера по гандболу		4	32		
5.1 Методика совершенствования техники игры		4	32		Практическое задание
Всего за 2 курс 144 часа (4 з.е.)	3-4	14	94		
Всего за 3 курс 144 часа (4 з.е.)	5-6	10	170		
Раздел 3. Тактика игры и методика обучения		4	50		
3.3. Тактика нападения (позиционное и стремительное нападение)		2	26		Составление комплексов упражнений
3.4. Тактика защиты (зональная защита, личный и зонный прессинг).		2	24		Составление комплексов упражнений
Раздел 5. Формирование педагогического мастерства тренера по гандболу		2	34		
5.2. Методика обучения тактике игры.		2	16		План-конспект Зачетное занятие
5.3. Методика совершенствования тактики игры			18		План-конспект Зачетное занятие
Раздел 6. Система подготовки гандболистов		4	50		
6.1. Физическая подготовка гандболистов		2	16		Просмотр и письменный анализ тренировочных занятий
6.2. Техническая подготовка гандболистов		2	7		План-конспект Зачетное занятие
6.3. Тактическая подготовка.			9		План-конспект Зачетное занятие

6.4. Игровая (интегральная) подготовка			9		План-конспект Зачетное занятие
6.5. Психологическая и теоретическая подготовка в гандболе			9		План-конспект Зачетное занятие
Всего часов за 3 курс:		10	134		
Раздел 5. Формирование педагогического мастерства тренера по гандболу		4	59		
5.4. Методические приемы совершенствования игрового мастерства		2	34		Практическое задание
5.5. Средства и методы скоростно-силовой подготовки гандболистов			9		Зачетное занятие
5.6. Средства и методы повышения общей и специальной работоспособности гандболистов			9		Зачетное занятие
5.7. Управление командой в процессе соревнований		2	7		Практическая задача
Раздел 7 Управление в системе подготовки гандболистов		2	70		
7.1. Содержание многолетней подготовки гандболистов		2	7		Реферат
7.2. Методики отбора в системе подготовки гандболистов			18		Практическое задание
7.3. Особенности методики и построения подготовки гандболистов в ДЮСШ			18		Письменный отчет
7.4. Особенности методики подготовки гандболистов массовых разрядов			18		Письменный отчет
7.5. Особенности методики подготовки гандболистов высокой квалификации			9		Письменный отчет
Управление					
8.1. Планирование спортивной тренировки		2	16		Письменный отчет
8.2. Периодизация годового цикла и ее современные модификации			9		Практическое задание

8.3.Тренировочные и соревновательные нагрузки гандболистов различной квалификации			9		Письменный отчет
8.4. Педагогический контроль тренировочно-соревновательного процесса			9		Практическое задание
8.1. Планирование спортивной тренировки		2	16		Письменный отчет
Раздел 9. Научно-методическое обеспечение подготовки гандболистов		2	34		
9.1. Современное состояние НМО подготовки гандболистов			18		Доклады о ходе выполнения работы
9.2. Методики комплексного контроля подготовленности гандболистов		2	16		Практическое задание
Раздел 10. Основы научно-исследовательской деятельности –			27		
Всего за 4 курс	7-8	10	233	9	Экзамен
ВСЕГО		44	667	9	

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

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля))

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

5.2.1. Содержание зачетных требований рубежного контроля для студентов 1 курса заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Методика применения упражнений силовых упражнений в подготовительной и основной части занятий по гандболу.

2. Методика применения беговых и общеразвивающих упражнений в подготовительной части занятий по гандболу.
3. Методика применения упражнений из различных видов спорта в подготовительной части занятий по гандболу.
4. Методика применения упражнений из различных игровых видов спорта в подготовительной части занятий по гандболу.
5. Методика применения игровых упражнений в подготовительной и основной части занятий по гандболу.
6. Методика тренировки выносливости в общефизической подготовке гандболистов.
7. Методика тренировки скоростных и связанных с ними способностей в подготовке гандболистов.
8. Методика тренировки координационных и связанных с ними способностей в подготовке гандболистов.
9. Методика тренировки гибкости и связанных с ней способностей в подготовке гандболистов.
10. Особенности методики обучения технике перемещений в гандболе.
11. Особенности методики обучения технике ловли мяча на месте и в движении в гандболе.
12. Особенности методики обучения технике ведения мяча.
13. Особенности методики обучения технике передачи мяча.
14. Особенности методики обучения технике бросков мяча в опорном положении.
15. Особенности методики обучения технике бросков мяча в безопорном положении.
16. Особенности методики обучения технике обманных движений с мячом и без мяча.
17. Особенности методики обучения технике постановки заслонов.
18. Особенности методики обучения технике блокирования мяча.
19. Особенности методики обучения технике блокирования игрока.
20. Характеристика и демонстрация правильной техники выполнения ловли мяча.
21. Характеристика и демонстрация правильной техники выполнения ведения мяча.
22. Характеристика и демонстрация правильной техники передачи мяча.
23. Характеристика и демонстрация правильной техники бросков мяча в опорном положении.
24. Характеристика и демонстрация правильной техники выполнения бросков мяча в безопорном положении.
25. Характеристика и демонстрация правильной техники выполнения обманных движений.
26. Характеристика и демонстрация правильной техники выполнения падений в гандболе.

27. Характеристика и демонстрация техники постановки заслонов в гандболе.

28. Характеристика и демонстрация техники выполнения обманных движений с мячом и без мяча.

29. Особенности индивидуальной тактики игры в нападении.

30. Особенности тактики групповых действий в нападении.

31. Особенности индивидуальной тактики игры в защите.

32. Особенности тактики групповых действий в защите.

33. Судейство соревнований по гандболу в качестве судей в поле.

34. Работа секретариата при проведении соревнований по гандболу.

5.2.2. Содержание зачетных требований для студентов 2 курса заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Особенности тактики игры гандболистов в позиционном нападении.
2. Особенности тактики индивидуальных и групповых действий гандболистов в стремительном нападении.

3. Особенности тактики игры гандболистов в зонной защите.

4. Особенности тактики игры гандболистов при зонном прессинге.

5. Особенности тактики игры гандболистов при персональной опеке.

6. Особенности тактики игры гандболистов при организации игры быстрым прорывом.

7. Методика обучения тактике игры в позиционном нападении на этапе начальной подготовки.

8. Методика обучения тактике игры в позиционном нападении на тренировочном этапе.

9. Методика совершенствования тактики игры в позиционном нападении на этапе высшего спортивного мастерства.

10. Методика совершенствования тактики игры в позиционном нападении на этапе совершенствования спортивного мастерства.

11. Методика обучения тактике игры в зонной защите на этапе начальной подготовки.

12. Методика обучения тактике игры при персональной защите на этапе начальной подготовки.

13. Методика обучения тактике игры в защите на тренировочном этапе.

14. Методика обучения и совершенствования тактики игры в защите на этапе совершенствования спортивного мастерства.

15. Методика совершенствования тактики игры в защите на этапе высшего спортивного мастерства.

16. Средства общей физической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки.

17. Средства специальной физической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки

18. Методы общей физической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки.

19. Методы специальной физической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки

20. Средства общей физической подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

21. Средства специальной физической подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

22. Методы общей физической подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

23. Методы специальной физической подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

24. Средства общей физической подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

25. Средства специальной физической подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

26. Методы общей физической подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

27. Методы специальной физической подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

5.2.3. Содержание зачетных требований для студентов 3 курса заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Особенности средств общей физической подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

2. Особенности средств специальной физической подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

3. Особенности методики общей физической подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

4. Особенности методики специальной физической подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

5. Средства и методы общей технической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки.

6. Средства технической подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

7. Средства технической подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

8. Средства технической подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

9. Средства и методы тактической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки.

10. Средства тактической подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

11. Средства тактической подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

12. Средства тактической подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

13. Средства и методы игровой подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки.

14. Средства интегральной подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

15. Средства интегральной подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

16. Средства интегральной подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

17. Средства и методы психологической и теоретической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки.

18. Средства психологической и теоретической подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

19. Средства психологической и теоретической подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

20. Средства психологической и теоретической подготовки гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства.

5.2.4. Содержание экзаменационных требований для студентов 4 курса заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Разработка программы спортивной подготовки в гандболе на этапе начальной подготовки.

2. Разработка программы спортивной подготовки в гандболе на тренировочном этапе.

3. Особенности реализации программы спортивной подготовки в гандболе на начальном этапе.

4. Особенности реализации программы спортивной подготовки в гандболе на тренировочном этапе.

5. Навыки планирования тренировочных занятий в гандболе с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе многолетней подготовки.

6. Навыки планирования занятий в гандболе с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки.

7. Навыки проведения тренировочных занятий по гандболу с учетом особенностей занимающихся на этапе начальной подготовки.

8. Навыки проведения тренировочных занятий с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе подготовки.

9. Навыки проведения тренировочных занятий по гандболу с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.

10. Навыки построения тренировочных занятий с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе подготовки.

11. Навыки построения тренировочных занятий по гандболу с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства и периодизации спортивной подготовки.

12. Определение уровня работоспособности гандболистов на тренировочном этапе подготовки.

13. Определение уровня работоспособности гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

14. Определение уровня физической подготовленности гандболистов на начальном этапе многолетней подготовки.

15. Определение уровня физической подготовленности гандболистов на тренировочном этапе подготовки.

16. Определение уровня физической подготовленности гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

17. Определение тренировочных и соревновательных нагрузок гандболистов на этапе начальной подготовки

18. Определение тренировочных и соревновательных нагрузок гандболистов на тренировочном этапе подготовки.

19. Определение тренировочных и соревновательных нагрузок гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

20. Разработка годового плана подготовки гандболистов на тренировочном этапе многолетней подготовки (начальной специализации).

21. Разработка годового плана подготовки гандболистов на тренировочном этапе многолетней подготовки (углубленной специализации).

22. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства гандболистов.

23. Методические приемы совершенствования спортивного мастерства гандболистов.

24. Современное состояние научно-методического обеспечения подготовки гандболистов.

25. Методики комплексного контроля спортивного мастерства в гандболе.

26. Методики комплексного контроля физической подготовленности в гандболе.

27. Методики комплексного контроля технической подготовленности в гандболе.

28. Методики комплексного контроля тактической подготовленности в гандболе.

29. Методики комплексного контроля психологической подготовленности в гандболе.

30. Методики комплексного контроля интегральной подготовленности в гандболе.

31. Особенности содержания подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки.

32. Особенности содержания подготовки гандболистов на тренировочном этапе.

33. Особенности содержания подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

34. Особенности спортивного отбора гандболистов на этапах многолетней подготовки.

35. Особенности методик спортивного отбора гандболистов на этапах многолетней подготовки.

36. Особенности педагогических методик спортивного отбора гандболистов на этапах многолетней подготовки.

37. Особенности психологических методик спортивного отбора гандболистов на этапах многолетней подготовки.

38. Особенности социологических методик спортивного отбора гандболистов на этапах многолетней подготовки.

39. Особенности методики и построения подготовки гандболистов в ДЮСШ.

40. Особенности методики подготовки гандболистов массовых разрядов.

41. Особенности методики подготовки гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

42. Средства тренировки скоростно-силовых способностей гандболистов на этапе начальной подготовки.

43. Средства тренировки скоростно-силовых способностей гандболистов на тренировочном этапе.

44. Средства тренировки скоростно-силовых способностей гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

45. Средства и методы повышения общей работоспособности гандболистов на этапе начальной подготовки.

46. Средства и методы повышения общей и специальной работоспособности гандболистов на тренировочном этапе.

47. Средства и методы повышения общей и специальной работоспособности гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

48. Стили управления командой гандболистов в соревнованиях.

49. Предстартовые состояния в гандболе и способы их оценки.

50. Стили управления командой гандболистов в тренировке.

51. Предматчевая разминка в гандболе.

52. Управление постсоревновательным состоянием гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

53. Управление предсоревновательным состоянием гандболистов на тренировочном этапе.

54. Управление предсоревновательным состоянием гандболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

55. Оценка лидерских качеств гандболистов.

56. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности.

57. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в гандболе.

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

Тематика рефератов

1. Физическая подготовка гандболистов (общая и специальная). Характеристика, средства и методы.
2. Методика воспитания силовых способностей гандболистов.
3. Методика воспитания гибкости и координационных способностей гандболистов.
4. Методика воспитания скоростных и связанных с ними способностей гандболистов.
5. Методика воспитания выносливости гандболистов.
6. Техника игры в гандболе. Классификация и содержание.
7. Методика обучения технике нападения в гандболе.
8. Методика обучения технике защиты в гандболе.
9. Тактика игры. Основы методики обучения.
10. Тактика нападения (индивидуальные и групповые действия). Методика обучения.
11. Тактика защиты (индивидуальные и групповые действия). Методика обучения.
12. Совершенствование техники нападения. Быстрый прорыв в гандболе. Преимущества быстрого прорыва.
13. Совершенствование техники нападения. Стремительное нападение и его преимущества.
14. Совершенствование техники защиты. Методика обучения.
15. Организация и проведение соревнований по гандболу. Судьи, судьи-секретари, комиссар матча: обязанности и права.
16. Основные жесты судей.
17. Тактика нападения против зонной защиты. Методика обучения.
18. Тактика защиты (зонная защита, личный и зонный прессинг). Методика обучения.
19. Игровая (интегральная) подготовка. Методика обучения. Средства и методы совершенствования.
20. Управление подготовкой гандболистов. Средства и методы совершенствования физической подготовки.
21. Средства и методы совершенствования технической подготовки.
22. Средства и методы совершенствования тактической подготовки.
23. Научно-методическое обеспечение подготовки гандболистов. Основные методы исследования тренировочной деятельности гандболистов.
24. Методы исследования физической подготовленности гандболистов.
25. Методы исследования технической подготовленности гандболистов.
26. Методы исследования тактической подготовленности гандболистов.

27. Методы исследования интегральной (игровой) подготовленности гандболистов.

28. Тренировочные и соревновательные нагрузки гандболистов, методика их регулирования.

29. Особенности скоростно-силовой подготовки гандболистов.

30. Современные средства и методы повышения работоспособности гандболистов.

31. Игровая подготовка. Методические приемы управления игровой подготовленностью гандболистов.

32. Планирование спортивной тренировки гандболистов с учетом режима нагрузок и отдыха.

33. Педагогический контроль в тренировочном процессе (педагогическое тестирование) команды гандболистов.

34. Применение методов педагогического контроля в соревновательной деятельности (ОСД).

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

Рекомендуемая литература

а) основная литература:

1. Игнатъева В.Я. Теория и методика гандбола: Учебник /В.Я. Игнатъева. – М.: Спорт, 2016. – 328 с.

1. Ратианидзе А.Л., Борисов Э.Л. Обучение и тренировка гандбольного вратаря. – М., 2011. – 98 с.

2. Игнатъева В.Я. Многолетняя подготовка гандболистов в детско-юношеских спортивных школах: методическое пособие / И.В. Петрачева. – М., Советский спорт, 2004. – 215 с.

3. Игнатъева В.Я. Подготовка гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства: учебное пособие / В.И. Тхорев, И.В. Петрачева. – М., Физическая культура, 2005. – 265 с.

4. Игнатъева В.Я. Гандбол: Учебник для физкультурных вузов. – М: ФОН, 2008.

Дополнительная:

1. Гандбол: программа для дополнительного образования детей: для групп спортивного совершенствования ДЮСШ, СДЮШОР / Игнатъева В.Я., Максимов В.С., Петрачева И.В. – М.: Советский спорт, 2004. – 116 с.

2. Игнатъева В.Я. Гандбол. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 192 с., ил. (Азбука спорта).

3. Клусов Н.П. Тактика гандбола. – М.: Физкультура и спорт, 1980.

4. Клусов Н.П. Тренировка гандболиста. – М.: Физкультура и спорт, 1975.

5. Латышкевич Л.А., Маневич Л.Р. Техническая и тактическая подготовка гандболистов. – Киев: Здоровья, 1981. (на кафедре 2 экз.) – 176 с.

6. Официальные правила игры гандбол. – М., СГР, 2010.

7. Ратианидзе А.Л. Игра гандбольного вратаря / А.Ратианидзе, В.Марищук. – М., Физкультура и спорт, 1980. – 104 с.

8. Шестаков И.Г. Техническая подготовка гандболистов / М.М. Шестаков. – М., ФИО, 1992. – 114с.

Вспомогательная:

1. Алешин И.Н. Условия обеспечения эффективности системы подготовки в командных спортивных играх: учебное пособие /И.Н. Алешин. – Челябинск: УралГУФК, 2010. – 126 с.

2. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: ФиС, 1980.

3. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок /М.А. Годик. - М.: Физкультура и спорт, 1980. – 136 с.

4. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. – Киев: Олимпийская литература. – 2007.

5. Озолин Н.Г. Молодому коллеге /Н.Г. Озолин. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 288 с.

6. Платонов В.Н. Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к Олимпийским играм /В.Н. Платонов. – М.: Советский спорт, 2010. – 310 с.

7. Платонова Р.И. Подготовка конкурентоспособного специалиста в региональном педагогическом вузе: методология, концепция, система /Р.И. Платонова. – М. : Советский спорт, 2011. – 168 с.

8. Сахарова М.В. Проектирование макроциклов подготовки в игровых видах спорта: значение, сущность, технология. – М.: Спутник+, 2005. – 309 с.

9. Современная система спортивной подготовки. – М.: Издательство «СААМ». – 1995

10. Спортивные игры и методика преподавания: Учебник для пед.фак. ин-тов физ.культ. /Под ред. Портных Ю.И. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 320 с.

11. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: Учеб.для студ.высш.уч.заведений /Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов. – М.: Издский центр Академия, 2004. – 520 с.

12. Теоретико-методологические и социально-экономические основы спортивных игр. - М.: Малаховка, 2004.

13. Фискалов В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник/ В.Д. Фискалов. – М.: Советский спорт, 2010. – 329 с.

14. Черемисин В.П. Лекции по теории и методике спортивных игр. – М.: Малаховка, 1997.

15. Шестаков М.М. Индивидуализация учебно-тренировочного процесса в командных спортивных играх: Автореф.дис.канд.пед.наук. – М., 1992.

Иностранные источники:

1. Repenšek D. Bon M. Rokomet – osnove pravil, sojenje in organizacija tekem /Darko Repenšek, Marta Bon. – Ljubliana:Fakulteta za šport, Inštitit za šport, 2007. – 146 p.

2. Trosse H.-D. Handbuch für Handball. / Hans-Dieter Trosse. - Meyer& Meyer Verlag, Aachen, 2006. – 240 p.

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

Сайт РГУФКСМиТ – sportedu.ru

Сервер дистанционного обучения МООДУС ГЦОЛИФК – moodus.sportedu.ru

<http://www.rushandball.ru>;

<http://www.eurohandball.com>

<http://www.ihf.info/>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), 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 -Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности Университета. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796 в составе: <i>Редактор текстовый, Редактор табличный, Редактор деловой графики и презентаций Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i>
3.	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.

– *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
Справочно-информационные сайты:

- <http://www.rushandball.ru>;
- www.eurohandball.com;
- <http://www.ihf.info/>.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

1.1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

1.2. Специализированный спортивный зал (модуль В), легкоатлетический манеж.

1.3. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

Электронные книги:

- Ехplay – 1 шт.;
- Digma C700 – 1 шт.

Спортивный инвентарь:

- Мячи гандбольные женские – 20 шт.;
- Мячи гандбольные мужские – 20 шт.;
- Медицинболы 1 кг – 15 шт.;
- Медицинболы 2 кг – 5 шт.;
- Конусы – 12 шт.;
- Степ-платформа Reebok – 14 шт.;
- Скакалки гимнастические – 20 шт.;
- Жилетки для проведения учебно-тренировочных занятий – 12 шт.;
- Цветные набивные мешочки для метаний – 12 шт.;
- Мишень для бросков – 2 шт.

Научная аппаратура:

- Кистевой динамометр – 6 шт.;
- Становой динамометр – 1 шт.;
- Калипер электронный – 1 шт.;
- Spiroграф сухой – 4 шт.;
- Монитор сердечного ритма Polar S-610 – 1 комплект;
- Шагомер – 4 шт.;
- Тонометр Omron – 1 шт.;
- Электронный измерительный прибор MioTest;

Научная аппаратура НИИ Спорта РГУФКСМиТ:

Оргтехника (год выпуска):

- DVD-комбо Toshiba SD-26VSR – 2006 г.;
- Видеопроектор ELMO HV 110XG – 2006 г.;
- Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.;
- Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.;
- Ноутбук Aser – 2008 г. – 2 шт.;
- Принтер HP LaserJet 1320 – 2005 г.;
- Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.;
- Сканер EPSON 2480 – 2005 г.;
- Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.;
- Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.;
- Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.;
- Плеер DVD BVK – 2007 г.;
- Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.;

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (гандбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 2 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения (ускоренное обучение на базе ВПО)

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гандбола
Сроки изучения дисциплины: 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: 1. Педагогические умения и навыки воспитания силовых способностей в гандболе 2. Педагогические умения и навыки воспитания скоростных способностей в гандболе 3. Педагогические умения и навыки воспитания общей и специальной выносливости гандболистов 4. Занятия по воспитанию координационных способностей 5. Составление комплекса упражнений на воспитание гибкости гандболистов. 6. Формирование навыков обучения техники нападения 7. Формирование навыков обучения технике защиты 8. Формирование навыков обучения техническим приемам	10 10 10 10 10 10 10 10
4	Зачет	10
	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 зачету допускается студент, набравший не менее 51 балла, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (10 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся 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 (гандбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 2 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения (ускоренное обучение на базе ВПО)

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гандбола

Сроки изучения дисциплины: 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. Педагогические умения и навыки совершенствования техники нападения 2. Педагогические умения и навыки совершенствования техники защиты 3. Педагогические умения и навыки обучения тактике индивидуальных действий в нападении 4. Педагогические умения и навыки обучения тактике групповых действий в нападении 5. Педагогические умения и навыки обучения тактике индивидуальных действий в защите 6. Педагогические умения и навыки обучения тактике групповых действий в защите 7. Формирование навыков судейства соревнований по гандболу в качестве судей в поле 8. Формирование навыков ведения протокола игры официальных соревнований по гандболу	5 5 10 10 10 10 5 5
3	Методика совершенствования техники игры	20
4	Зачет	10
	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 зачету допускается студент, набравший не менее 51 балла, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (10 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 (гандбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 2 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения (ускоренное обучение на базе ВПО)

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гандбола
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. Педагогические умения и навыки обучения тактике позиционного и стремительного нападения 2. Педагогические умения и навыки обучения тактике и стремительного нападения 3. Педагогические умения и навыки обучения тактике зонной защиты 4. Педагогические умения и навыки обучения тактике прессинга в защите 5. Методика совершенствования тактики игры. 6. Занятия по анализу эффективной тактики в гандболе. 7. Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке гандболистов. 8. Методики тактической подготовки в гандболе. 9. Методики психологической подготовки в гандболе.	10 10 10 10 10 10 10 5 5
4	Зачет	10
	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 зачету допускается студент, набравший не менее 51 балла, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (10 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 «Спортивно-педагогическое совершенствование (гандбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 2 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения (ускоренное обучение на базе ВПО)

IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гандбола
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки планирования занятий по гандболу с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами ДЮСШ 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по гандболу 3. Изучение структуры и организации работы ДЮСШ по гандболу 4. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий по гандболу 5. Разработка годового плана подготовки гандболистов на тренировочном этапе. 6. Навыки определения уровня общей и специальной работоспособности гандболистов 7. Хронометраж тренировочных занятий по гандболу 8. Самоконтроль физической подготовленности	10 10 5 10 10 10 5 10
3	Список библиографических источников	10
4	Сдача экзамена	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 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 46 балла, 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 (гандбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, 2 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

V. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гандбола
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. Педагогические умения и навыки проведения занятий по гандболу 2. Педагогические умения и навыки проведения мероприятий по отбору в гандболе. 3. Занятия гандболом по программе начальной подготовки 4. Занятия гандболом по программе тренировочного этапа 5. Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности с гандболистами 6. Разработка комплекса упражнений по общей физической подготовке гандболистов. 7. Составление комплекса упражнений по специальной скоростно-силовой подготовке гандболистов 8. Профессионально-педагогические навыки применения средств повышения работоспособности. 9. Самоконтроль спортсменов в процессе занятий гандболом.	5 10 5 10 5 5 10 10 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 баллов, 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 гандбола

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Направление подготовки: 49.03.01
Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная подготовка в избранном виде спорта

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц.

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

2. Цель освоения дисциплины: обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по гандболу и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

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).

**4. Краткое содержание дисциплины:
Заочная форма обучения**

Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Всего за 1 курс: 144 часа	1-2	10	206		
Раздел 1. Физическая подготовка гандболистов		6	84		Составление комплексов упражнений
Раздел 2. Техника игры в гандбол и методика обучения техническим приемам		4	122		Проведение части занятия
Всего за 1 курс 144 часа (4 з.е.)		10	134		Зачет с оценкой
Раздел 3. Тактика игры в гандбол		6	30		Результаты ОСД (по 3 матчам)
Раздел 4. Организация и проведение соревнований по гандболу.		4	32		
Раздел 5. Формирование педагогического мастерства тренера по гандболу		4	32		
Всего за 2 курс 144 часа (4 з.е.)	3-4	14	94		Зачет с оценкой
Раздел 3. Тактика игры и методика обучения		4	50		
Раздел 5. Формирование педагогического мастерства тренера по гандболу		2	34		
Раздел 6. Система подготовки гандболистов		4	50		
Всего часов за 3 курс 144 часа (4 з.е.)		10	134		Зачет с оценкой
Раздел 5. Формирование педагогического мастерства тренера по гандболу		4	59		

Раздел 7. Особенности методики подготовки гандболистов разного возраста и квалификации		2	70		
Раздел 8. Управление подготовкой гандболистов		2	70		
Раздел 9. Научно-методическое обеспечение подготовки гандболистов		2	34		
10. Научно-исследовательская работа в гандболе		4	14		Доклады о ходе выполнения работы
<i>Всего за 4 курс 144 часа (4 з.е.)</i>		10	233	9	Экзамен
ВСЕГО		44	667	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 (спортивная гимнастика)»

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 «Физическая культура»

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная/заочная*

Год набора 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
Теории и методики гимнастики
Протокол № 23 от «26» апреля 2017 г

Составители:

Гавердовский Юрий Константинович, д.п.н., профессор кафедры ТиМ гимнастики;

Михалина Галина Михайловна, к.п.н., доцент кафедры ТиМ гимнастики;

Парахин Виктор Александрович, к.п.н., доцент кафедры ТиМ гимнастики;

Лубшев Михаил Адександрович, доцент кафедры ТиМ гимнастики

Рецензент:

Цыганков Э. С. – доктор педагогических наук, профессор кафедры теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности ФГБОУ ВО РГУФКСМиТ.

1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная гимнастика)» – обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по спортивной гимнастике и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная гимнастика)» 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 гимнастики.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как Теория и методика избранного вида спорта, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология, 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	Очная форма обучения	Ускоренная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4	5
ОПК-2	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения средств и методов в подготовительной части тренировочных занятий по спортивной гимнастике; – методику применения средств в общефизической подготовке гимнастов. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять средств и методов в подготовительной части тренировочных занятий по спортивной гимнастике; – применять средства в общефизической подготовке гимнастов. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений в подготовительной части тренировочного занятия по спортивной гимнастике с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры; – навыками использования средств в общефизической подготовке гимнастов. 	1-2	1-2	2,4 и 5
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения средств и методов в основной и заключительной частей тренировочных занятий по спортивной гимнастике. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять средства и методы в основной и заключительной частей занятия по спортивной гимнастике. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений в основной и заключительной частей тренировочного занятия по спортивной гимнастике с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры. 	3-4	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 спортивной гимнастике на начальном и тренировочном этапах подготовки. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> навыками планирования и проведения тренировочных занятий в спортивной гимнастике с учетом особенностей занимающихся на начальном и тренировочном этапах подготовки. 	5-6	5-6	7-8
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в спортивной гимнастике на этапе совершенствования спортивного мастерства. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> навыками планирования и проведения тренировочных занятий в спортивной гимнастике с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства. 	7-8	7	9-10
ОПК-5	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы техники выполнения соревновательных упражнений в спортивной гимнастике <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать технику выполнения упражнений на различных видах гимнастического многоборья 	1-2	1-2	2, 3 и 4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать композицию упражнений на различных видах гимнастического многоборья. 	3-4	3-4	5-6
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня работоспособности гимнастов различного возраста. 	5-6	5-6	7-8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня специализированных качеств у гимнастов различного возраста 	7-8	7	9-10
ОПК-8	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции младших судей по спортивной гимнастике. 	1-2	1-2	2, 3 и 4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции старших судей и секретарей при проведении соревнований по спортивной гимнастике 	3-4	3-4	5-6
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками организации и проведения соревнований по спортивной гимнастике 	5-6	5-6	7-8
ПК-10	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в спортивной гимнастике 	5-6	5-6	7-8

ПК-11	<i>Уметь:</i> – разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в спортивной гимнастике	5-6	5-6	7-8
	<i>Владеть:</i> – навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по спортивной гимнастике	7-8	7	9-10
ПК-14	<i>Уметь:</i> – владеть техникой исполнения упражнений спортивной гимнастики	1-2	1-2	2, 3 и 4
	<i>Владеть:</i> – умением составлять композиции соревновательных упражнений по спортивной гимнастике	3-4	3-4	5-6
	<i>Владеть:</i> – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий спортивной гимнастикой	5-6	5-6	7-8
ПК-15	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль на занятиях по спортивной гимнастике.	3-4	3-4	5-6
	<i>Владеть:</i> – умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности – оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.	7-8	7	9-10

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

4.1 Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 720 часов, 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.

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная гимнастика)»	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: 234 часа (7 зачетных единиц)	1-2	52	182		Зачет с оценкой

1.	Организация и проведение тренировочных занятий по спортивной гимнастике		12	89		
1.1	Подготовка мест занятий по спортивной гимнастике и изучение инструкций по технике безопасности		4	8		
1.2	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятия по спортивной гимнастике			10		
1.3	Содержание тренировочных занятий на этапе начальной подготовки		4	71		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств гимнастов		12	24		
2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности		12	24		
3.	Освоение методики технической подготовки гимнастов		12	24		
3.1	Занятия по анализу техники упражнений на видах многоборья		8	24		
4.	Составление комплекса упражнений общефизической и оздоровительной направленности		12	24		
4.1	Организация и проведение соревнований		12	24		
5.	Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по спортивной гимнастике		12	21		
5.1	Составление комплекса упражнений общефизической и оздоровительной направленности		12	21		
II курс	Всего:126 часов (4 зачетные единицы)	3-4	60	66		Зачет с оценкой
1	Организация и проведение тренировочных занятий по спортивной гимнастике		20	14		

1.1	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной частей занятия по спортивной гимнастике		4	8		
1.2	Содержание тренировочных занятий на этапе начальной специализированной подготовки		10	2		
1.3	Самоконтроль в процессе занятий спортивной гимнастикой		6	4		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств гимнастов		10	8		
2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке		10	8		
3.	Освоение методик психологической подготовки гимнастов		20	17		
3.1	Методика непосредственной подготовки к выполнению соревновательных действий		4	9		
3.2	Методики оценки соревновательной надежности		16	8		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		4	10		
4.1	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке гимнастов		4	10		
5.	Организация и проведение соревнований		6	17		
5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитров по трудности на видах многоборья		6	17		
III курс	Всего: 126 часов (4 зачетные единицы)	5-6	60	66		Зачет с оценкой
1	Организация и проведение занятий по спортивной гимнастике		24	12		

1.1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной и начальной специализированной подготовки ДЮСШ по спортивной гимнастике		2	4		
1.2	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по спортивной гимнастике		2	4		
1.3	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий спортивной гимнастикой		20	4		
2.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий			18		
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов на начальном и тренировочном этапах многолетней подготовки в спортивной гимнастике			18		
3.	Управление процессом спортивной подготовки		20	14		
3.1	Навыки определения уровня работоспособности гимнастов		10	8		
3.2	Хронометраж занятий по спортивной гимнастике		10	6		
4.	Организация и проведение соревнований		16	22		
4.1	Формирование навыков судейства в качестве арбитра на одном из видов гимнастического многоборья		16	22		
IV курс	Всего: 234 часа (7 зачетных единиц)	7-8	60	165	9	Экзамен
1	Организация и проведение тренировочных занятий по спортивной гимнастике		20	45		
1.1	Проведение занятий с группами совершенствования спортивного мастерства по спортивной гимнастике		8	15		
1.2	Сохранение и поддержание спортивной формы		8	20		

1.3	Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности		4	10		
2.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		2	30		
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по спортивной гимнастике		2	30		
3.	Управление процессом спортивной подготовки		20	30		
3.1	Навыки определения уровня специализированных качеств у гимнастов		20	30		
4.	Организация и проведение соревнований		18	60		
4.1	Разработка и написание положения о соревнованиях по спортивной гимнастике		4	20		
4.2	Составление сметы на проведение соревнований по спортивной гимнастике		4	20		
4.3	Организация и проведение массовых гимнастических выступлений (фестивалей)		10	20		
Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)			232	479	9	

4.2. Ускоренная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 720 часов, 20 зачетных единиц, экзамены – 9 часов, аудиторных занятий – 44 часа, самостоятельная работа студентов – 667 часов.

Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная гимнастика)»	Семестры	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: 216 часов (6 зачетных единиц)	1-2	10	206		Зачет с оценкой
1.	Организация и проведение тренировочных занятий по спортивной гимнастике		2	46		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств гимнастов		2	40		
3.	Освоение методики технической подготовки гимнастов		2	40		
4.	Составление комплексов упражнений общефизической и оздоровительной направленности		2	40		
5.	Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по спортивной гимнастике		2	40		
II курс	Всего: 108 часов (3 зачетные единицы)	3-4	14	94		Зачет с оценкой
1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной, основной и заключительной частей занятия по спортивной гимнастике		2	18		
2.	Содержание тренировочных занятий на этапе начальной специализированной подготовки		2	18		
3.	Освоение методик психологической подготовки гимнастов		2	18		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		4	20		
5.	Организация и проведение соревнований		4	20		
III курс	Всего: 144 часа (4 зачетные единицы)	5-6	10	134		Зачет с оценкой
1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной и начальной специализированной подготовки ДЮСШ по спортивной гимнастике		2	30		

2.	Разработка годового плана подготовки спортсменов на начальном и тренировочном этапах многолетней подготовки в спортивной гимнастике		4	40		
3.	Хронометраж занятий по спортивной гимнастике		2	30		
4.	Формирование навыков судейства в качестве арбитра на одном из видов гимнастического многоборья		2	34		
IV курс	Всего: 252 часа (7 зачетных единиц)	7	10	233	9	Экзамен
1	Проведение занятий с группами совершенствования спортивного мастерства по спортивной гимнастике		4	63		
2.	Навыки определения уровня специализированных качеств у гимнастов		2	60		
3.	Разработка и написание положения о соревнованиях по спортивной гимнастике		2	50		
4.	Организация и проведение массовых гимнастических выступлений (фестивалей)		2	60		
	Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)		44	667	9	

4.3. Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 720 часов, 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.

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная гимнастика)»	Семестры	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
---	--	----------	--	---

			Занятия семинарского типа	Самостоятель- ная работа	Контроль	
I курс	Всего: 144 часа (4 зачетные единицы)	1-2	10	134		Зачет с оценкой
1.	Организация и проведение тренировочных занятий по спортивной гимнастике					
1.1	Подготовка мест занятий по спортивной гимнастике и изучение инструкций по технике безопасности		2	32		
1.2	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятия по спортивной гимнастике		4	48		
1.3	Содержание тренировочных занятий на этапе начальной подготовки		4	54		
II курс	Всего: 144 часа (4 зачетные единицы)	3-4	16	128		Зачет с оценкой
1.	Формирование навыков совершенствования физических качеств гимнастов					
1.1	Профессионально- педагогические навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности		4	30		
2.	Освоение методики технической подготовки гимнастов					
2.1	Занятия по анализу техники упражнений на видах многоборья		4	38		
3.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий					
3.1	Составление комплекса упражнений общефизической и оздоровительной направленности		4	30		
4.	Организация и проведение соревнований					

4.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по спортивной гимнастике		4	30		
III курс	Всего: 144 часа (4 зачетные единицы)	5-6	16	128		Зачет с оценкой
1	Организация и проведение тренировочных занятий по спортивной гимнастике					
1.1	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной частей занятия по спортивной гимнастике		2	21		
1.2	Содержание тренировочных занятий на этапе начальной специализированной подготовки		2	20		
1.3	Самоконтроль в процессе занятий спортивной гимнастикой		2	20		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств гимнастов					
2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке		2	20		
3.	Освоение методик психологической подготовки гимнастов					
3.1	Методика непосредственной подготовки к выполнению соревновательных действий		2	17		
3.2	Методики оценки соревновательной надежности		2	10		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий					
4.1	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке гимнастов		2	10		
5.	Организация и проведение соревнований					
5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитров по трудности на видах многоборья		2	10		

IV курс	Всего: 144 часа (4 зачетных единиц)	7-8	16	128		Зачет с оценкой
1	Организация и проведение занятий по спортивной гимнастике					
1.1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной и начальной специализированной подготовки ДЮСШ по спортивной гимнастике		2	18		
1.2	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по спортивной гимнастике		2	18		
1.3	Изучение структуры и организации работы ДЮСШ по спортивной гимнастике		2	20		
1.4	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий спортивной гимнастикой		2	19		
2.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий					
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов на начальном и тренировочном этапах многолетней подготовки в спортивной гимнастике		2	20		
3.	Управление процессом спортивной подготовки					
3.1	Навыки определения уровня работоспособности гимнастов		2	10		
3.2	Хронометраж занятий по спортивной гимнастике		2	10		
4.	Организация и проведение соревнований					
4.1	Формирование навыков судейства в качестве арбитра на одном из видов гимнастического многоборья		2	13		
V курс	Всего: 144 часа (4 зачетные единицы)	9-10	32	103	9	Экзамен
1	Организация и проведение тренировочных занятий по спортивной гимнастике					

1.1	Проведение занятий с группами совершенствования спортивного мастерства по спортивной гимнастике		4	14		
1.2	Сохранение и поддержание спортивной формы		4	14		
1.3	Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности		4	14		
2.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий					
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по спортивной гимнастике		4	14		
3.	Управление процессом спортивной подготовки					
3.1	Навыки определения уровня специализированных качеств у гимнастов		6	12		
4.	Организация и проведение соревнований					
4.1	Разработка и написание положения о соревнованиях по спортивной гимнастике		6	12		
4.2	Составление сметы на проведение соревнований по спортивной гимнастике		6	9		
4.3	Организация и проведение массовых гимнастических выступлений (фестивалей)		6	14		
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 (спортивная гимнастика)»

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, ускоренной и заочной форм обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Основы методики проведения подготовительной части тренировочного занятия по спортивной гимнастике.
2. Основы применения средств и методов в общефизической подготовке гимнастов.
3. Основы техники упражнений на перекладине.
4. Основы техники упражнений на коне-махи.
5. Основы техники упражнений на брусьях.
6. Основы техники упражнений на бревне.
7. Основы техники упражнений на разновысоких брусьях.
8. Основы техники акробатических упражнений.
9. Основы техники выполнения опорных прыжков.
10. Основы техники упражнений на кольцах.
11. Судейство соревнований в качестве младших судей на одном из видов гимнастического многоборья.
12. Основы проведения хореографии на бревне.
13. Основы проведения хореографии (классический экзерсис).
14. Основы проведения партерной хореографии.
15. Использование танцевальных шагов при составлении композиций вольных упражнений у женщин.

5.2.2. Содержание зачетных требований для студентов в IV семестре очной, ускоренной заочной форм обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Основы методики проведения основной части тренировочного занятия по спортивной гимнастике с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.
2. Основы методики проведения заключительной части тренировочного занятия по спортивной гимнастике.
3. Базовые упражнения на брусьях.
4. Базовые упражнения на перекладине.
5. Базовые упражнения на коне-махи.
6. Базовые упражнения на брусьях разной высоты.
7. Базовые упражнения на бревне.
8. Базовые упражнения на кольцах.
9. «Гладкие» опорные прыжки.
10. Опорные прыжки типа «Цукахару».
11. Базовые акробатические упражнения.
12. Базовые комбинации на батуте.
13. Особенности выполнения функций судей по трудности на одном из видов многоборья.
14. Осуществление самоконтроля на занятиях по спортивной гимнастике.
15. Осуществление самоконтроля между занятиями по спортивной гимнастике.

5.2.3. Содержание зачетных требований для студентов во VI семестре очной, ускоренной и заочной форм обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Разработка программы спортивной подготовки в спортивной гимнастике на этапе начальной подготовки.

2. Разработка программы спортивной подготовки в спортивной гимнастике на этапе начальной специализированной подготовки.
3. Особенности реализации программы спортивной подготовки в спортивной гимнастике на этапе начальной подготовки.
4. Особенности реализации программы спортивной подготовки в спортивной гимнастике на этапе начальной специализированной подготовки.
5. Навыки планирования тренировочных занятий в спортивной гимнастике с учетом особенностей занимающихся на этапе начальной подготовки.
6. Навыки планирования занятий в спортивной гимнастике с учетом особенностей занимающихся на этапе начальной специализированной подготовки.
7. Навыки проведения тренировочных занятий по общефизической подготовке с учетом особенностей занимающихся на этапе начальной подготовки.
8. Навыки проведения тренировочных занятий по общефизической подготовке с учетом особенностей занимающихся на этапе начальной специализированной подготовки.
9. Определение уровня работоспособности гимнастов.
10. Выполнение функции арбитра по трудности при проведении соревнований по спортивной гимнастике.
11. Выполнение функции секретаря при проведении соревнований по спортивной гимнастике.
12. Применение методики по определению антропометрических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в спортивной гимнастике.
13. Применение методики по определению физических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в спортивной гимнастике.
14. Применение методики по определению психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в спортивной гимнастике.
15. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в спортивной гимнастике.

5.2.4. Содержание экзаменационных требований для студентов в VIII семестре очной формы обучения, 7 семестре ускоренной формы обучения и зачетных требований в 8 семестре, заочной формы обучения:

1. Разработка годового плана подготовки гимнастов на этапе начальной подготовки.
2. Разработка годового плана подготовки гимнастов на этапе начальной специализированной подготовки.
3. Разработка годового плана подготовки гимнастов на этапе углубленной специализированной подготовки.
4. Разработка тренировочной программы подготовки гимнастов на этапе совершенствования спортивного мастерства (кроме заочной формы).
5. Планирование тренировочных занятий в спортивной гимнастике с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства (кроме заочной формы).
6. Определение уровня специализированных качеств у гимнастов (кроме заочной формы).
7. Организация и проведение соревнований по спортивной гимнастике.
8. Организация и проведение массовых гимнастических выступлений (фестивалей) (кроме заочной формы).

9. Разработка подготовительного периода годового плана подготовки гимнастов на этапе совершенствования спортивного мастерства (кроме заочной формы).
10. Разработка соревновательного периода годового плана подготовки гимнастов на этапе совершенствования спортивного мастерства (кроме заочной формы).
11. Разработка переходного периода годового плана подготовки гимнастов на этапе совершенствования спортивного мастерства (кроме заочной формы).
12. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности в спортивной гимнастике.
13. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в спортивной гимнастике.
14. Обеспечение помощи и страховки при выполнении гимнастических элементов на снарядах.
15. Диагностика свойств личности спортсмена для практикующего тренера (кроме заочной формы).

5.2.5. Содержание экзаменационных требований для студентов в 10 семестре заочной формы обучения:

1. Разработка тренировочной программы подготовки гимнастов на этапе совершенствования спортивного мастерства.
2. Планирование тренировочных занятий в спортивной гимнастике с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.
3. Определение уровня специализированных качеств у гимнастов.
4. Организация и проведение массовых гимнастических выступлений (фестивалей).
5. Разработка подготовительного периода годового плана подготовки гимнастов на этапе совершенствования спортивного мастерства.
6. Разработка соревновательного периода годового плана подготовки гимнастов на этапе совершенствования спортивного мастерства.
7. Разработка переходного периода годового плана подготовки гимнастов на этапе совершенствования спортивного мастерства.
8. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности в спортивной гимнастике.
9. Обеспечение помощи и страховки при выполнении гимнастических элементов на снарядах.
10. Диагностика свойств личности спортсмена для практикующего тренера.

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

1. Спортивная гимнастика. Учебник для институтов физической культуры//Под ред. Ю.К.Гавердовского, В.М.Смолевского – М., ФиС, 1979.
2. Ю.К.Гавердовский. Техника гимнастических упражнений. Пособие. – М., Terra-спорт, 2002.
3. Л.Я.Аркаев, Н.Г.Сучилин. Как готовить чемпионов. Монография. М. ФиС, 2002.
4. В.М.Смолевский, Ю.К.Гавердовский. Спортивная гимнастика. Монография. – Киев, Олимпийская литература, 1999.

	-Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook	Редактор табличный, Редактор деловой графики и презентаций Почтовая программа, организатор, планировщик задач.
3.	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. *Инвентарь:*

Комплект стандартных гимнастических снарядов:

- гимнастический ковер – 3 шт.;
- перекладина изменяющейся высоты – 3 шт.;
- брусья параллельные – 3 шт.;
- брусья разновысокие – 4 шт.;
- гимнастическое бревно (высокое) – 2 шт.;
- гимнастическое бревно напольное – 3 шт.;
- гимнастический козел – 4 шт.;
- гимнастический стол – 2 шт.;
- акробатическая дорожка с рабочей частью 15 м – 1 шт.;

- акробатическая дорожка с рабочей частью 25 м – 2 шт.;
- гимнастические снаряды массового типа:
- гимнастические стенки (не менее 10 пролетов) – 3 шт;
- гимнастические скамейки 4 м - 20 шт;
- вертикальные канаты высотой 4 м – 3 шт;
- комплект на группу стандартной наполняемости мелкого гимнастического инвентаря: скакалки (короткие и длинная), палки, мячи малые, средние, набивные;
- видео-класс с комплектом проекционной аппаратуры.

Научная аппаратура:

Комплект аппаратуры для проведения индивидуальных измерений уровня физического состояния и подготовленности испытуемых: секундомеры, измерительная лента, становой и ручной динамометры, лента Абалакова, калипетр, гониометр, напольные весы. Для проведения более точных исследований предполагается использование научной аппаратуры НИИ Спорта РГУФКСМиТ.

Оргтехника (год выпуска):

1. DVD-комбо Toshiba SD-26VSR – 2006 г.
2. Видеопроектор ELMOHV 110XG – 2006 г.
3. Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.
4. Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.
5. Документ камера Toshiba TLP – 2003 г.
6. Компьютер офисный СП 1 – 2007 г.
7. Многофункциональное устройство Canon MF 5750 – 2007 г.
8. Ноутбук Fujitsu-Siemens AMILO PI 1556 – 2006 г.
9. Ноутбук Fujitsu-Siemens AMILO PI 1536, 15.4" – 2007 г.
10. Ноутбук RB Voyager FT 6, Pentium III – 2002 г.
11. Принтер HP LaserJet 1320 – 2005 г.
12. Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.
13. Принтер Canon LPB-810 – 2001 г.
14. Принтер портативный HP DeskJet 350 – 2002 г.
15. Принтер HP DJ890 C – 1999 г.
16. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.
17. Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.
18. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный

блок) – 2005 г.

19. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.

20. Плеер DVD BVK – 2007 г.

21. Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.

22. Сканер EPSON Perfection V10 Photo – 2007 г.

23. Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.

24. Стационарный компьютер (монитор 17" Acer AL1716 Cs и системный блок) – 2007 г. – 9 шт.

25. Стационарный компьютер (монитор 19" Acer AL1916 Cs и системный блок) – 2007 г.

26. Сканер Epson Perfection V 100 Photo – 2007 г.

27. Копировальный аппарат Canon iR -1018 – 2007 г.

28. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2007 г.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная гимнастика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 15 группы 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: *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. Подготовка мест занятий по спортивной гимнастике и изучение инструкций по технике безопасности. 2. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части тренировочного занятия по спортивной гимнастике 3. Проведение тренировочного занятия с использованием средств начальной подготовки. 4. Профессионально-педагогические навыки проведения комплекса упражнений общефизической направленности 5. Занятия по анализу техники гимнастических упражнений на снарядах 6. Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по спортивной гимнастике	1-2 недели 3-4 недели 5-8 недели 9-13 недели 14-15 и 20-25 недели 26-30 недели 31-35 недели	5 5 10 10 10 10
3	Микрозачет по специальной физической подготовке	42 неделя	20
4	Сдача зачета (промежуточный контроль)	43-44 недели	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся зачетом с оценкой

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 (спортивная гимнастика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 15 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методике гимнастики.

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. Педагогические умения и навыки проведения основной части занятия по спортивной гимнастике. 2. Педагогические умения и навыки проведения заключительной части занятия по спортивной гимнастике. 3. Проведение тренировочного занятия по программе этапа начальной специализированной подготовки 4. Самоконтроль в процессе занятий спортивной гимнастикой. 5. Профессионально-педагогические навыки проведения комплекса упражнений по специальной физической подготовке. 6. Проведение занятия по хореографии. 7. Проведение хореографии на бревне. 8. Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитров по трудности на одном из видов многоборья.	1-8 недели 9-10 недели 11-15 недели 16-17 недели 18-21 недели 22-33 недели 34-35 недели 36-39 недели	5 5 10 5 10 5 5 5
3	Микрозачет по специальной физической подготовке	39 неделя	20
4	Сдача зачета (рубежный контроль)	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 зачету.

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 41 балл, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся зачетом с оценкой

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 (спортивная гимнастика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 15 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

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. Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами ДЮСШ по спортивной гимнастике 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по спортивной гимнастике 3. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий спортивной гимнастикой 4. Навыки определения уровня работоспособности гимнастов. 5. Хронометраж тренировочного занятия по спортивной гимнастике. 6. Формирование навыков судейства в качестве арбитров на одном из видов многоборья.	3-12 недели 13-15 недели Весь период 24-26 недели 27 неделя 35-36 недели	10 5 10 10 5 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	38 неделя	10
4	Сдача зачета (промежуточный контроль)	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.

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся зачетом с оценкой

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 (спортивная гимнастика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 15 группы 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	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Проведение занятий с группами спортивного совершенствования в ДЮСШ по спортивной гимнастике. 2. Сохранение и поддержание спортивной формы 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности 4. Проведение тренировочного занятия на этапе спортивного совершенствования спортивного мастерства. 5. Навыки определения уровня специализированных качеств у гимнастов. 6. Организация и проведение соревнований. 7. Организация и проведение фестиваля гимнастики. 8. Проведение диагностики психофизиологических особенностей	1-7 недели 8-15 недели 16-20 недели 21-24 недели 25-28 недели 29-30 недели 31-33 недели 34-38 недели	10 10 5 5 5 5 5 5
3	Микрозачет по физической подготовке	39 неделя	10
4	Сдача экзамена (рубежный контроль)	40 неделя	30
	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 31 балл, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (30 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 (спортивная гимнастика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта ускоренной формы обучения

IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.
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: 1. Подготовка мест занятий по спортивной гимнастике и изучение инструкций по технике безопасности. 2. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части тренировочного занятия по спортивной гимнастике. 3. Проведение тренировочного занятия с использованием средств начальной подготовки. 4. Профессионально-педагогические навыки проведения комплекса упражнений общефизической направленности 5. Занятия по анализу техники гимнастических упражнений на снарядах 6. Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по спортивной гимнастике	5 5 10 10 10 10
3	Микрозачет по специальной физической подготовке	20
4	Сдача зачета (промежуточный контроль)	20
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных

занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся зачетом с оценкой

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 (спортивная гимнастика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта ускоренной формы обучения

V. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

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. Педагогические умения и навыки проведения основной части занятия по спортивной гимнастике. 2. Педагогические умения и навыки проведения заключительной части занятия по спортивной гимнастике. 3. Проведение тренировочного занятия по программе этапа начальной специализированной подготовки 4. Самоконтроль в процессе занятий спортивной гимнастикой. 5. Профессионально-педагогические навыки проведения комплекса упражнений по специальной физической подготовке. 6. Проведение занятия по хореографии. 7. Проведение хореографии на бревне. 8. Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитров по трудности на одном из видов многоборья.	5 5 10 5 5 5 5 10
3	Микрозачет по специальной физической подготовке	20
4	Сдача зачета (рубежный контроль)	20
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся зачетом с оценкой

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 (спортивная гимнастика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта ускоренной формы обучения

VI. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

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. Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами ДЮСШ по спортивной гимнастике 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по спортивной гимнастике. 3. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий спортивной гимнастикой 4. Навыки определения уровня работоспособности гимнастов. 5. Хронометраж тренировочного занятия по спортивной гимнастике. 6. Формирование навыков судейства в качестве арбитров на одном из видов многоборья.	10 5 10 10 5 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	10
4	Сдача зачета (промежуточный контроль)	20
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся зачетом с оценкой

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 (спортивная гимнастика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта ускоренной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр.

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков:	
	1. Проведение занятий с группами спортивного совершенствования в ДЮСШ по спортивной гимнастике.	10
	2. Сохранение и поддержание спортивной формы.	10
	3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности	5
	4. Проведение тренировочного занятия на этапе спортивного совершенствования спортивного мастерства.	5
	5. Навыки определения уровня специализированных качеств у гимнастов.	5
	6. Организация и проведение соревнований.	5
	7. Организация и проведение фестиваля гимнастики.	5
	8. Проведение диагностики психофизиологических особенностей	5
3	Микрозачет по физической подготовке	10
4	Сдача экзамена (рубежный контроль)	30
	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 31 балл, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (30 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 (спортивная гимнастика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

VII. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

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: 1. Подготовка мест занятий по спортивной гимнастике и изучение инструкций по технике безопасности. 2. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части тренировочного занятия по спортивной гимнастике 3. Проведение тренировочного занятия с использованием средств начальной подготовки. 4. Профессионально-педагогические навыки проведения комплекса упражнений общефизической направленности 5. Занятия по анализу техники гимнастических упражнений на снарядах 6. Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по спортивной гимнастике	5 5 10 10 10 10
3	Микрозачет по специальной физической подготовке	20
4	Сдача зачета (промежуточный контроль)	20
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных

занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся зачетом с оценкой

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 (спортивная гимнастика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

VIII. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.
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. Педагогические умения и навыки проведения основной части занятия по спортивной гимнастике.	5
	2. Педагогические умения и навыки проведения заключительной части занятия по спортивной гимнастике.	5
	3. Проведение тренировочного занятия по программе этапа начальной специализированной подготовки	10
	4. Самоконтроль в процессе занятий спортивной гимнастикой.	
	5. Профессионально-педагогические навыки проведения комплекса упражнений по специальной физической подготовке.	5
	6. Проведение занятия по хореографии.	5
	7. Проведение хореографии на бревне.	5
	8. Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитров по трудности на одном из видов многоборья.	5
		10
3	Микрозачет по специальной физической подготовке	20
4	Сдача зачета (рубежный контроль)	20
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных

занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся зачетом с оценкой

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 (спортивная гимнастика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

IX. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

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. Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки ДЮСШ по спортивной гимнастике 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по спортивной гимнастике 3. Изучение структуры и организации работы ДЮСШ по спортивной гимнастике. 4. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий спортивной гимнастикой 5. Навыки определения уровня работоспособности гимнастов. 6. Хронометраж тренировочного занятия по спортивной гимнастике. 7. Формирование навыков судейства в качестве арбитров на одном из видов многоборья.	10 10 5 10 5 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	10
4	Сдача зачета (промежуточный контроль)	20
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 41 балл, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся зачетом с оценкой

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 (спортивная гимнастика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 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. Педагогические умения и навыки проведения занятий с учебно-тренировочными группами ДЮСШ по спортивной гимнастике 2. Сохранение и поддержание спортивной формы 3. Навыки определения уровня специализированных качеств у гимнастов. 4. Организация и проведение соревнований. 5. Разработка годового плана подготовки гимнастов на этапе начальной подготовки. 6. Разработка годового плана подготовки гимнастов на этапе начальной специализированной подготовки. 7. Разработка годового плана подготовки гимнастов на этапе углубленной специализированной подготовки.	10 10 5 10 5 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	10
4	Сдача зачет (рубежный контроль)	20
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных

занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся зачетом с оценкой

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 (спортивная гимнастика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 9-10 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Проведение занятий с группами спортивного совершенствования в ДЮСШ по спортивной гимнастике. 2. Сохранение и поддержание спортивной формы 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности 4. Проведение тренировочного занятия на этапе спортивного совершенствования спортивного мастерства. 5. Навыки определения уровня специализированных качеств у гимнастов. 6. Организация и проведение фестиваля гимнастики. 7. Проведение диагностики психофизиологических особенностей личности гимнаста	10 10 5 5 5 10 5
3	Микрозачет по физической подготовке	10
4	Сдача экзамена (рубежный контроль)	30
	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 31 балл, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (30 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 (спортивная гимнастика)»

Направление подготовки/специальность: Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная подготовка в избранном виде спорта

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, 9, 10

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

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

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

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

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

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

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

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

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

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

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

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Очная форма обучения

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная гимнастика)»	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: 234 часа (7 зачетных единиц)	1-2	52	182		Зачет с оценкой
1.	Организация и проведение тренировочных занятий по спортивной гимнастике		12	89		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств гимнастов		12	24		
3.	Освоение методики технической подготовки гимнастов		12	24		
4.	Составление комплекса упражнений общефизической и оздоровительной направленности		12	24		
5.	Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по спортивной гимнастике		12	21		
II курс	Всего: 126 часов (4 зачетные единицы)	3-4	60	66		Зачет с оценкой
1	Организация и проведение тренировочных занятий по спортивной гимнастике		20	14		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств гимнастов		10	8		
3.	Освоение методик психологической подготовки гимнастов		20	17		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		4	10		
5.	Организация и проведение соревнований		6	17		

III курс	Всего: 126 часов (4 зачетные единицы)	5-6	60	66		Зачет с оценкой
1	Организация и проведение занятий по спортивной гимнастике		24	12		
2.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий			18		
3.	Управление процессом спортивной подготовки		20	14		
4.	Организация и проведение соревнований		16	22		
IV курс	Всего: 234 часа (7 зачетных единиц)	7-8	60	165	9	Экзамен
1	Организация и проведение тренировочных занятий по спортивной гимнастике		20	45		
2.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		2	30		
3.	Управление процессом спортивной подготовки		20	30		
4.	Организация и проведение соревнований		18	60		
Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)			232	479	9	

Ускоренная форма обучения

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная гимнастика)»	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: 216 часов (6 зачетных единиц)	1-2	10	206		Зачет с оценкой
1.	Организация и проведение тренировочных занятий по спортивной гимнастике		2	46		

2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств гимнастов		2	40		
3.	Освоение методики технической подготовки гимнастов		2	40		
4.	Составление комплексов упражнений общефизической и оздоровительной направленности		2	40		
5.	Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по спортивной гимнастике		2	40		
II курс	Всего: 108 часов (3 зачетные единицы)	3-4	14	94		Зачет с оценкой
1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной, основной и заключительной частей занятия по спортивной гимнастике		2	18		
2.	Содержание тренировочных занятий на этапе начальной специализированной подготовки		2	18		
3.	Освоение методик психологической подготовки гимнастов		2	18		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		4	20		
5.	Организация и проведение соревнований		4	20		
III курс	Всего: 144 часа (4 зачетные единицы)	5-6	10	134		Зачет с оценкой
1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной и начальной специализированной подготовки ДЮСШ по спортивной гимнастике		2	30		
2.	Разработка годового плана подготовки спортсменов на начальном и тренировочном этапах многолетней подготовки в спортивной гимнастике		4	40		
3.	Хронометраж занятий по спортивной гимнастике		2	30		

4.	Формирование навыков судейства в качестве арбитра на одном из видов гимнастического многоборья		2	34		
IV курс	Всего: 252 часа (7 зачетных единиц)	7	10	233	9	Экзамен
1	Проведение занятий с группами совершенствования спортивного мастерства по спортивной гимнастике		4	63		
2.	Навыки определения уровня специализированных качеств у гимнастов		2	60		
3.	Разработка и написание положения о соревнованиях по спортивной гимнастике		2	50		
4.	Организация и проведение массовых гимнастических выступлений (фестивалей)		2	60		
Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)			44	667	9	

Заочная форма обучения

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная гимнастика)»	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 зачетные единицы)	1,2	10	134		Зачет с оценкой
II курс	Всего: 144 часа (4 зачетные единицы)	3, 4	16	128		Зачет с оценкой
III курс	Всего: 144 часа (4 зачетные единицы)	5, 6	16	128		Зачет с оценкой
IV курс	Всего: 144 часа (4 зачетные единицы)	7, 8	16	128		Зачет с оценкой
V курс	Всего: 144 часа (4 зачетные единицы)	9, 10	32	103	9	Экзамен

Всего: 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 ТиМ индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (гольф)

(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 (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 ИИиИВС
(наименование)
Протокол № 23 от «22» июня 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: Яковлев Б. А., к.п.н, доцент, заведующий кафедрой ТиМ
индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта

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

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целями дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (гольф)» являются:

- сформировать достаточный запас практических умений и навыков, обеспечивающих профессиональную подготовленность выпускника;
- обеспечить готовность к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленную на подготовку квалифицированных гольфистов;
- 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)

Б1.В.ОД.11

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (гольф)» реализуется в течение всех четырех лет обучения, ее главная направленность – повышение уровня здоровья, совершенствование общей и специальной физической подготовленности, формирование на этой основе комплекса практических умений и навыков, необходимых для самостоятельной профессионально-педагогической деятельности.

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (гольф)» относится к вариативной части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», по профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта».

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	<i>Знать: теорию и методику базовых видов спорта</i>	1- 6		2 -7
	<i>Уметь: выявлять индивидуальные особенности занимающихся</i>	4 -7		4 – 8
	<i>Владеть: способностью проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе теории и методики физической культуры</i>	5 -8		6 – 10
ОПК-3	<i>Знать: знать теорию и методику гольфа</i>	1 – 7		3 – 9
	<i>Уметь: осуществлять спортивную подготовку гольфист</i>	2 - 7		4 – 9
	<i>Владеть: способностью осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся</i>	5 - 8		5 – 10
ОПК-5	<i>Знать: технику выполнения физических упражнений</i>	1 - 6		2 – 8
	<i>Уметь: оценивать физическое состояние занимающихся</i>	4 - 7		5 – 9
	<i>Владеть: способностью на основе оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, корректировать технику выполнения физических упражнений</i>	5 - 8		6 – 10
ОПК-8	<i>Знать: правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта</i>	1 -2		3 – 4
	<i>Уметь: судить соревнования по базовым и избранному виду спорта (гольф)</i>	2 - 7		4 – 9
	<i>Владеть: организацией и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта</i>	4 - 7		6 – 9
ПК-10	<i>Знать: теоретические основы современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся</i>	3 -6		5 - 7
	<i>Уметь: использовать на практике методики определяющие особенности занимающихся</i>	5- 7		6 -9

	<i>Владеть:</i> способностью отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта (гольф)	6 - 8		7 - 10
ПК-11	<i>Знать:</i> теоретические основы построения занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта	3 - 5		6 – 8
	<i>Уметь:</i> разрабатывать планы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта	4 - 6		6 – 9
	<i>Владеть:</i> разрабатывать перспективные, оперативные планы занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта	6 - 8		7 – 10
ПК-14	<i>Знать:</i> технику и тактику гольфа	1 - 7		3 – 9
	<i>Уметь:</i> выявлять индивидуальные особенности занимающихся	5 - 8		6 – 10
	<i>Владеть:</i> способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий в гольфе	6 - 8		7 – 10
ПК-15	<i>Знать:</i> средства и методы самоконтроля	4 - 6		5 – 7
	<i>Уметь:</i> осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности	4 - 6		5 – 7
	<i>Владеть:</i> способностью сохранять и поддерживать спортивную форму	6 - 8		6 - 10

4. Структура и содержание дисциплины (модуля) Спортивно-педагогическое совершенствование (гольф)

Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц, 720 часов.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	2	3	5	6	7	8	9
2	Личная физическая подготовленность – фундамент профессиональной деятельности бакалавров по направлению подготовки «Физическая культура»	I		14	50		

3	Разновидности полей для гольфа	I		2	2		
4	Обустройство лунок	I		2	4		
5	Полный свинг	I		8	26		
	1 семестр			26	82		
6	Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе	II		8	40		
7	Биомеханические характеристики техники свинга	II		4	10		
8	Специфика обучения. Обеспечение безопасности занимающихся	II		2	8		
9	Методика начального этапа обучения	II		4	12		
10	Планирование и проведение соревнований по гольфу	II		2	10		
11	Требования к участникам соревнований	II			4		
12	Определение результатов в различных видах соревнований	II			6		
13	Методика выбора инвентаря для различных групп занимающихся	II		2			
14	Выбор инвентаря с учетом индивидуальных особенностей	II		4	10		
	2 семестр			26	100		Диф. зачет
15	Различные виды уларов в гольфе	III		4	2		
16	Игра на грине	III		2	4		
17	Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе	III		8	10		
18	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта	III		10	10		
19	Пар поля, пар лунки	III			2		
20	Методика закрепления техники ударов	III		6	5		
	3 семестр			30	33		
21	Использование занятий гольфом для оздоровления взрослого населения	IV		2	4		
22	Организация и содержание подготовки дошкольников, школьников и студенческой молодежи	IV		4	4		
23	Оздоровительная работа по гольфу среди лиц с ограниченными возможностями по слуху, зрению, опорно-двигательному аппарату, умственному развитию	IV		8	8		
24	Коррекция спортивных результатов с учетом гандикапов	IV		2	2		

25	Закрепление навыков организации и судейства соревнований по гольфу	IV		4	4		
26	Клуб фитнеса	IV		4	7		
27	Обустройство сооружений для занятия гольфом	IV		4	4		
	4 семестр			30	33		Диф. зачет
28	Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе	V		8	8		
29	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта	V		6	9		
30	Грин кэппинг	V		2	2		
31	Игра из нестандартных положений	V		4	4		
32	Совершенствование техники ударов с использованием технических средств	V		6	6		
33	Закрепление навыков организации и судейства соревнований по мини-гольфу	V		4	4		
	5 семестр			30	33		
34	Оборудование содержание и ремонт инвентаря и оборудования	VI		4	4		
35	Средства тренировки гольфиста, их классификация	VI		4	4		
36	Методы тренировки, направленность их воздействия на организм	VI		8	11		
37	Спортивная нагрузка и характеризующие её показатели	VI		6	6		
38	Контроль и учет тренировочных нагрузок	VI		8	8		
	6 семестр			30	33		Диф. зачет
39	Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе	VII		8	30		
40	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта	VII		8	20		
41	Совершенствование техники патта	VII		8	20		
42	Закрепление навыков организации и судейства соревнований по мини-гольфу	VII		2	10		
43	Электронно-компьютерная технология судейства соревнований и определения результатов	VII		2	8		
44	Гольф клубы	VII		2	8		

	7 семестр			30	96		
45	Планирование спортивной подготовки	VIII		18	30		
46	Генетическая предрасположенность к высшим спортивным достижениям в гольфе	VIII		2	6		
47	Система дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности гольфистов	VIII		4	23		
48	Основные направления современных исследований в области теории и методики гольфа	VIII		6	10		
	8 семестр			30	69	9	ЭКЗАМЕН
	Всего	720		232	479	9	

Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачётных единиц, 720 часов.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	2	3	5	6	7	8	9
2	Личная физическая подготовленность – фундамент профессиональной деятельности бакалавров по направлению подготовки «Физическая культура»	I		14	50		
3	Разновидности полей для гольфа	I		2	2		
4	Обустройство лунок	I		2	4		
5	Полный свинг	I		8	26		
	1 семестр			4	66		
6	Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе	II		8	40		
7	Биомеханические характеристики техники свинга	II		4	10		
8	Специфика обучения. Обеспечение	II		2	8		

	безопасности занимающихся						
9	Методика начального этапа обучения	II		4	12		
10	Планирование и проведение соревнований по гольфу	II		2	10		
11	Требования к участникам соревнований	II			4		
12	Определение результатов в различных видах соревнований	II			6		
13	Методика выбора инвентаря для различных групп занимающихся	II		2			
14	Выбор инвентаря с учетом индивидуальных особенностей	II		4	10		
	2 семестр			6	68		Диф. зачет
15	Различные виды ударов в гольфе	III		4	2		
16	Игра на грине	III		2	4		
17	Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе	III		8	10		
18	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта	III		10	10		
19	Пар поля, пар лунки	III			2		
20	Методика закрепления техники ударов	III		6	5		
	3 семестр			8	64		
21	Использование занятий гольфом для оздоровления взрослого населения	IV		2	4		
22	Организация и содержание подготовки дошкольников, школьников и студенческой молодежи	IV		4	4		
23	Оздоровительная работа по гольфу среди лиц с ограниченными возможностями по слуху, зрению, опорно-двигательному аппарату, умственному развитию	IV		8	8		
24	Коррекция спортивных результатов с учетом гандикапов	IV		2	2		
25	Закрепление навыков организации и судейства соревнований по гольфу	IV		4	4		
26	Клуб фитнеса	IV		4	7		
27	Обустройство сооружений для занятия гольфом	IV		4	4		
	4 семестр			8	64		Диф. зачет
28	Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе	V		8	8		

29	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта	V		6	9		
30	Грин кпинг	V		2	2		
31	Игра из нестандартных положений	V		4	4		
32	Совершенствование техники ударов с использованием технических средств	V		6	6		
33	Закрепление навыков организации и судейства соревнований по мини-гольф	V		4	4		
	5 семестр			8	64		
34	Оборудование содержание и ремонт инвентаря и оборудования	VI		4	4		
35	Средства тренировки гольфиста, их классификация	VI		4	4		
36	Методы тренировки, направленность их воздействия на организм	VI		8	11		
37	Спортивная нагрузка и характеризующие её показатели	VI		6	6		
38	Контроль и учет тренировочных нагрузок	VI		8	8		
	6 семестр			8	64		Диф. зачет
39	Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе	VII		8	30		
40	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта	VII		8	20		
41	Совершенствование техники патта	VII		8	20		
42	Закрепление навыков организации и судейства соревнований по мини-гольф	VII		2	10		
43	Электронно-компьютерная технология судейства соревнований и определения результатов	VII		2	8		
44	Гольф клубы	VII		2	8		
	7 семестр			8	64		
45	Планирование спортивной подготовки	VIII		18	30		
46	Генетическая предрасположенность к высшим спортивным достижениям в гольфе	VIII		2	6		
47	Система дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности гольфистов	VIII		4	23		

48	Основные направления современных исследований в области теории и методики гольфа	VIII		6	10		
	8 семестр			8	64		ДИФ. ЗАЧЕТ
	9 семестр			16	50		
	10 семестр			16	53	9	ЭКЗАМЕН
	Всего	720		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).

Контрольные вопросы и практические задания

для проведения текущего контроля студентов I курса

1. Выполнение разработанных кафедрой требований по общей и специальной физической подготовленности (по календарю зачетных соревнований).

2. Виды клюшек, их составные части. Геометрические параметры: углы loft (лофт) и lie (лай).

3. Упругие свойства shaft, виды деформаций. Закон Гука. Модуль Юнга. Деформация цилиндрического стержня. Деформация конического

стержня. Энергия упругой деформации стержня. Жесткость shaft. Закон сохранения энергии.

4. Центральный и нецентральный удар. Коэффициент восстановления.

5. Методика подготовки мест занятий.

6. Методические приемы на этапе начального обучения ударам в гольфе.

7. Умение проведения части урока, затем урока в целом с разработкой соответствующих планов-конспектов.

8. Маркировка shaft по жесткости. Подбор shaft в зависимости от физической подготовленности и антропометрических параметров игрока.

9. Виды полей для гольфа. Количество лунок. Размеры поля. Площадь поля.

10. Разработка документов планирования и организации соревнований.

11. Овладение методикой разработки «Календаря соревнований», «Положения о соревнованиях», оформления заявок, карточек участников.

12. Усвоить требования к оформлению протоколов старта, окончания, результатов соревнований.

13. Расчет результатов соревнований при разных видах соревнований и многодневных соревнований в гольфе.

14. Специфика определения результатов в различных турах индивидуального и командного зачетов.

15. Овладение выбором и персональной подготовкой клюшек для гольфа.

Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов I курса

1. Основная задача физкультурно-спортивной деятельности студентов как элемент системы высшего профессионального образования.

2. Оценка специфики внешних условий физкультурно-спортивной деятельности в гольфе.
3. Мячи, упругие свойства и материалы. Жесткость и отскок.
4. Игровая зона, основные понятия. Преграды, препятствия, помехи.
5. Карточка счета. Правила заполнения. Запись результатов.
6. Отскок мяча. Связь с коэффициентом восстановления.
7. Оценка динамической структуры двигательной деятельности в гольфе.
8. Методика обучения двигательному действию, закономерности образования двигательного навыка.
9. Методика подготовки мест занятий в естественных природных условиях на различных этапах обучения.
10. Методика обеспечения безопасности занимающихся.
11. Методика начального обучения видам удара в гольфе.
12. Методика комплексного использования словесных, наглядных и практических методов обучения.
13. Методика разработки конспекта урока как формы непосредственной подготовки к его проведению.
14. Основные положения правил соревнований по гольфу.
15. Методика разработки документов планирования и проведения соревнований.
16. Методика подготовки протоколов старта и результатов соревнований в различных дисциплинах.
17. Возрастные категории участников соревнований по гольфу.
18. Оценка конструктивных характеристик клюшек для гольфа.
19. Выполнить разработанные кафедрой требования по профессиональной физической подготовке (участие в контрольно-зачётных физкультурно-спортивных мероприятиях, соревнованиях).

Контрольные вопросы и практические задания для контроля

самостоятельной работы студентов I курса

1. Выполнение практических заданий по выявлению зависимости точности ударов от внешних условий.
2. Выполнение требований к подготовке и методика измерения параметров клюшек для гольфа.
3. Овладение всеми видами ударов в гольфе.
4. Овладение способами контроля за технической подготовленностью по кинематическим и динамическим показателям, выполнение практических заданий по расчетно-графическому анализу этих характеристик.
5. Овладение методическими приемами начального обучения ударам в гольфе, навыками подготовки мест занятий.
6. Подготовка к проведению части урока, затем урока в целом с разработкой соответствующих планов-конспектов.
7. Разработка документов планирования и проведения соревнований.
8. Определение результатов соревнований в различных гольф дисциплинах.
9. Оценка конструктивных характеристик и подготовка гольф инвентаря.
10. Регулярное и целенаправленное проведение дополнительных тренировочных занятий.

Контрольные вопросы и практические задания

для проведения текущего контроля студентов II курса

1. Выполнение разработанных кафедрой требований по общей и специальной физической подготовленности (по календарю зачетных соревнований).
2. Подготовительные упражнения для освоения техники ударов.
3. Простейшие учебные махи, скручивания, метание мяча на дальность и на точность.

4. Обучение технике: основные упражнения для освоения техники удара драйв и упражнения для изучения техники удара.

5. Последовательность изучения, направленность воздействия.

6. Обучение классическому захвату клюшки руками и его разновидностям.

7. Требования, предъявляемые к разным способам хвата.

8. Подбор хвата с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.

9. Типичные ошибки при выполнении.

10. Совершенствование методики закрепления техники гольфиста.

11. Способы оценки результатов соревнований гольфистов-ветеранов, включая овладение методикой подготовки единого (общего) для мужчин и женщин разного возраста протокола результатов состязаний.

12. Практика организации и судейства простейших зачетно-нормативных соревнований по гольфу 3-й категории.

13. Методика организации внеклассной, внешкольной, секционной работой с использованием гольф инвентаря.

14. Разработка примерной программы оздоровительных занятий по гольфу для населения старшего возраста.

15. Овладение специфичными методическими приемами подготовки мест занятий, их организации и проведения, дозирования нагрузки по гольфу для инвалидов с учетом характера заболевания.

Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов II курса

1. Методика обучения дошкольников простейшим упражнениям по гольфу.

2. Методика внеклассной и внешкольной физической подготовки с использованием гольф инвентаря.

3. Организация и содержание работы гольф секций для школьников и студентов.

4. Нормирование физиологических параметров и продолжительности оздоровительной нагрузки при занятиях гольфом.

5. Методика использования занятий гольфом в оздоровлении и социальной адаптации инвалидов.

6. Обучение технике: основные упражнения для освоения техники ударов «драйв», «пич», из песка, «патт», «чип».

7. Последовательность изучения. Обучение формированию полного замаха: исходное положение – основная стойка с упором клюшки в грудину. Выполнение полного замаха.

8. Требования, предъявляемые к выполнению полного замаха.

9. Характерные ошибки и способы их устранения.

10. Общеразвивающие и специальные физические упражнения для развития силы, подвижности в суставах.

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

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

13. Методика реализации принципов обучения на этапе закрепления двигательного навыка.

14. Методика организации и проведения подвижных игр и игровых упражнений по гольфу.

15. Выполнение функциональных обязанностей спортивного судьи в различных судейских бригадах при проведении простейших зачетно-нормативных соревнований.

16. Методика расчета результатов командных и серии кубковых соревнований по гольфу.

17. Методика расчета результатов при использовании гандикапов.

18. Методика оценки результатов соревнований гольфистов-ветеранов.

19. Методика подготовки единого для мужчин и женщин протокола результатов соревнований гольфистов-ветеранов разного возраста.

20. Мероприятия по предупреждению травм и несчастных случаев на занятиях по гольфу.

21. Методика проведения жеребьевки и подготовка стартового протокола соревнований с интервальным стартом.

22. Оборудование простейшего спортивного сооружения для гольфистов.

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

1. Регулярное и целенаправленное проведение дополнительных тренировочных занятий.

2. Овладение методическими приемами проведения занятий/уроков по гольфу подготовке со школьниками разного возраста, студентами различных отделений, включая разработку соответствующих планов-конспектов.

3. Овладение методикой разработки примерной программы оздоровительных занятий при игре в гольф, дозирования физической нагрузки для взрослого населения и инвалидов с учетом характера заболевания.

4. Овладение навыками организации и проведения соревнований по гольфу.

5. Овладение методикой подведения итогов командных и серии кубковых соревнований, расчетом эквивалентных результатов на нестандартных по длине дистанциях, коррекцией спортивных результатов с учетом возраста и пола гольфистов-ветеранов.

6. Овладение методикой организации, проведения и судейства соревнований по гольфу 3-й категории.

**Контрольные вопросы и практические задания
для проведения текущего контроля студентов III курса**

1. Овладение современной технологией тестирования характеристик инвентаря.
2. Оценка взаимосвязи кинематических, динамических и функциональных показателей техники гольфиста.
3. Расчетно-графический анализ техники гольфистов международного класса.
4. Назначение и содержание спортивного дневника как основы учета и контроля тренировочной нагрузки, анализа спортивных результатов.
5. Основные направления творческой реализации дневниковых материалов.
6. Методика технической подготовки на третьем этапе обучения.
7. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по гольфу.
8. Характеристика методов тренировки, их преимущественная направленность воздействий на организм.
9. Специфика проведения различных методов тренировки.
10. Систематизация упражнений, используемых в подготовке гольфиста: основные, специально-подготовительные, общеподготовительные.
11. Методика подбора упражнений по принципу преимущественного воздействия на избранное развитие физических качеств.
12. Применение методов тренировки, с учетом их преимущественной направленности воздействия на организм.
13. Специфика проведения различных методов тренировки.
14. Расчет показателей, характеризующих «внешнюю» и «внутреннюю» стороны физической нагрузки гольфиста.

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

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

Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов III курса

1. Овладение современной технологией тестирования характеристик инвентаря.

2. Методика оценки технического мастерства с использованием кинематических, динамических и функциональных показателей.

3. Расчетно-графический анализ техники гольфиста.

4. Моделирование параметров техники элитных гольфистов с использованием программного компьютерного обеспечения.

5. Специфика проведения различных методов тренировки.

6. Совершенствование элементов техники ударов с использованием специализированных тренажерных устройств.

7. Выполнение функциональных обязанностей спортивного судьи в различных судейских бригадах при проведении соревнований 2-й категории.

8. Методика подготовки протокола результатов соревнований в мини-гольфе.

9. Методика подготовки протокола результатов соревнований в гольфе.

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

11. Признаки классификации упражнений, используемых в подготовке гольфистов.

12. Характеристика основных, специально-подготовительных и общеподготовительных упражнений гольфиста.

13. Группировка упражнений по принципу преимущественного воздействия на развитие избранного физического качества.
14. Сочетание нагрузки и отдыха как структурная основа методов тренировки.
15. Содержание равномерного метода, специфика его воздействия на организм.
16. Характеристика двигательно-функциональной деятельности гольфиста в переменной тренировке.
17. Направленность воздействий на организм и специфика выполнения упражнений повторным и интервальным методами.
18. Наивысший по специфичности тренирующий эффект контрольного и соревновательного методов.
19. Содержание и организация игровых и круговых тренировок.
20. Показатели, характеризующие «внешнюю» сторону физической нагрузки.
21. «Внутренняя» физическая нагрузка как проявление функциональных изменений в организме гольфиста.
22. Оценка интенсивности физической нагрузки в гольфе.
23. Распределение нагрузки по зонам интенсивности.
24. Методика анализа физических нагрузок по пульсограммам, оценка ее биоэнергетической направленности.
25. Разновидности тренировочного эффекта: срочный, отставленный, кумулятивный.
26. Оперативный, текущий и этапный виды контроля за состоянием гольфиста.
27. Медико-биологические методы контроля за функциональным состоянием организма, уровнем физической работоспособности и состоянием здоровья гольфиста.
28. Методика анализа материалов спортивного дневника.

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

30. Педагогические методы контроля.

31. Специфика организации и проведения массовых соревнований по гольфу, деятельность различных служб.

32. Разработка документов по финансовому обеспечению соревнований по гольфу, основные статьи расходов.

Контрольные вопросы и задания для контроля самостоятельной работы студентов III курса

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

2. Владение методическими приемами совершенствования техники игры в гольф.

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

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

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

6. Владение методикой контроля за подготовленностью гольфистов.

7. Разработка состава средств и методов подготовки для начинающих гольфистов.

8. Владение навыками организации, проведения и судейства соревнований 2-й категории, включая разработку сметы расходов на их проведение.

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

1. Выполнение проблемных практических заданий по сравнительной оценке экономичности двигательной деятельности в различных тренировочных средствах.
2. Технология эксплуатации электронно-компьютерного оборудования гольф поля.
3. Выполнение заданий по овладению методикой ручного хронометрирования промежуточных результатов и проигрыша лидеру по ходу соревнований с интервальным стартом.
4. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по гольфу.
5. Техническое самосовершенствование в специально-подготовительных средствах и способах тренировки в гольфе.
6. Планирование многолетней подготовки гольфистов с учетом возрастных закономерностей биологического развития организма спортсменов.
7. Оценка генетической предрасположенности к занятиям гольфом.
8. Нормирование спортивных нагрузок с учетом сенситивных (благоприятные) возрастных периодов развития приоритетных физических качеств гольфиста.
9. Овладение методикой примерной оценки биологического возраста юных гольфистов.
10. Методика коррекции физической нагрузки гольфисток с учетом степени отклонений в физиологичности биологического цикла.
11. Овладение навыками оперативного, текущего и перспективного планирования тренировки гольфистов на учебно-тренировочном этапе (начальной и углубленной специализации) многолетней подготовки.
12. Структура и содержание макро-, мезо- и микроциклов тренировочной и соревновательной деятельности.

Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов IV курса

1. Инновационные технологии совершенствования технического мастерства гольфистов.
2. Методика оценки динамики экономичности двигательной деятельности гольфистов разной квалификации.
3. Электронно-компьютерное обеспечение судейства соревнований в гольфе.
4. Методика оперативного расчета промежуточных и итоговых результатов соревнований гольфистов.
5. Работа главной судейской коллегии и судейских бригад в соревнованиях по мини-гольффу.
6. Особенности новых моделей снаряжения гольфиста.
7. Подготовка современных спортивных сооружений в гольфе.
8. Оборудование современных гольф полей (в том числе по проспектам, материалам в Интернете, другим публикациям).
9. Планирование многолетней подготовки гольфистов с учетом возрастных закономерностей биологического развития организма спортсменов.
10. Оценка генетической предрасположенности к занятиям гольфом.
11. Нормирование спортивных нагрузок с учетом сенситивных (благоприятные) возрастных периодов развития приоритетных физических качеств гольфиста.
12. Овладение методикой примерной оценки биологического возраста юных гольфистов.
13. Методика коррекции физической нагрузки гольфисток с учетом степени отклонений в физиологичности биологического цикла.
14. Овладение навыками оперативного, текущего и перспективного планирования тренировки гольфистов на учебно-тренировочном этапе (начальной и углубленной специализации) многолетней подготовки.

15. Структура и содержание макро-, мезо- и микроциклов тренировочной и соревновательной деятельности.

16. Особенности планирования структуры и содержания тренировки на различных этапах многолетней подготовки.

17. Современные возрастные зоны высших спортивных достижений в гольфе.

18. Нормирование преимущественной направленности учебно-тренировочных занятий, примерные показатели объема циклической нагрузки и количества соревнований на разных этапах многолетней подготовки.

19. Реализация генетического потенциала гольфистов на основе индивидуализации подготовки.

20. Оценка и реализация генетической предрасположенности к высшим спортивным достижениям в гольфе.

21. Методика оперативного, текущего и перспективного планирования спортивной тренировки в гольфе.

22. Структура и содержание развивающего, поддерживающего, восстанавливающего типов микроциклов в тренировке гольфистов.

23. Структура и содержание восстановительно-втягивающий, общеподготовительный, специально-подготовительный, предсоревновательный и соревновательный типы мезоциклов в подготовке гольфистов.

24. Планирование соотношения основных, специально-подготовительных, общеподготовительных средств в процессе многолетней подготовки.

25. Планирование соотношения многочисленных разновидностей методов тренировки на разных этапах многолетней подготовки.

26. Нормирование средств общей и специальной физической подготовки гольфистов разной квалификации.

27. Средства и методы технической подготовки гольфиста.

28. Оптимизация тактики соревновательной деятельности гольфиста.
29. Специфика реализации тактической подготовленности в многотуровых соревнованиях индивидуального и командного зачетов.
30. Тактика распределения сил в различных соревнованиях с общего старта.
31. Психологическая подготовка гольфиста как воспитательный процесс.
32. Личность тренера в формировании нравственности гольфиста.
33. Владеть методикой применения дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности гольфиста.

Контрольные вопросы и задания для контроля самостоятельной работы студентов IV курса

1. Совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в гольфе.
2. Владеть совершенной техникой выполнения специально-подготовительных упражнений.
3. Выполнить проблемные практические задания по сравнительной оценке экономичности двигательной деятельности в различных средствах тренировки.
4. Владеть инструментальной методикой тестирования упругих свойств клюшек.
5. Владеть методикой примерной оценки биологического возраста гольфиста по вторичным половым признакам.
6. Уметь корректировать физическую нагрузку гольфисток при выявленных отклонениях в физиологичности биологического цикла.
7. Владеть оперативным, текущим и перспективным планированием тренировки гольфистов на этапах начальной и углубленной специализации многолетней подготовки.

8. Освоить методические приемы практической реализации мероприятий по предупреждению специфичных травм у гольфистов.

9. Владеть методикой ручного хронометрирования промежуточных результатов и проигрыша соперникам по ходу соревнований.

10. Владеть навыками организации, проведения и судейства соревнований по мини-гольффу.

11. Владеть методикой применения дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности гольфиста.

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

1. Основная литература

1. Гольф и мини-гольф : обновление и содерж. образования в обл. физ. культуры и спорта : [науч.-метод. пособие] / [сост.: И.И. Бобкова, А.Н. Корольков] ; Гос. бюджет. образоват. учреждение Лицей N 1575 Север. округ. упр. образования, Департамент образования г. Москвы. - М., 2013. - 143 с.: ил.
2. Корольков А.Н. Теория и методика тренировочного процесса в гольфе и мини-гольффе. Спортивные сооружения и снаряжение для гольфа и мини-гольфа : учеб. пособие для работников физ. культуры и спорта, тренеров, учителей шк. и инструкторов по гольфу и мини-гольффу / А.Н. Корольков, В.А. Фесенко ; М-во спорта Самар. обл. - Самара, 2013. - 137 с.: ил.

2. Дополнительная литература

1. Жеребко Д.С. Экспертная оценка направленности спортивной подготовки федерального стандарта по гольфу / Д.С. Жеребко, А.Н. Корольков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2013. - N 6. - С. 68.

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

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

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

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

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. Операционная система – Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.

3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

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

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных¹ и (или) групповых² консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
2. – 50 комплектов клюшек и бэгов;
3. – лаборатория клуб-фиттинга;
4. – 1000 мячей;
5. – 2 гольф-симулятора;
6. – анализатор кинематических характеристик мяча при выполнении ударов вудами и айронами;
7. – анализатор патта;
8. – универсальный психодиагностический комплекс;
9. – видеопроектор Sanyo PLC-XU 58;
- 10.– компьютер офисный;
- 11.– ноутбук Fujitsu-Siemens AMILO PI 1556;
- 12.– принтер HP LaserJet 1320;
- 13.– принтер HP LaserJet 1320;
- 14.– сканер EPSON 2480;

¹ Указываются при наличии курсовых работ по дисциплине (модулю)

² Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

- 15.– копировальный аппарат Canon MF 4150;
- 16.– стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок);
- 17.– стационарный компьютер (монитор 17", системный блок);
- 18.– паттинг-грин;
- 19.– паттинг-дорожка.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 1, 2 семестры
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

Виды работы студентов на занятиях

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1 семестр			
1	Контрольная работа по теме «Личная физическая подготовленность – фундамент профессиональной деятельности бакалавров по направлению подготовки «Физическая культура»	3 неделя	10
2	Контрольная работа по теме «Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе»	9 неделя	10
3	Тестирование по разделу «Совершенствование профессиональной физической подготовленности к работе в избранной физкультурно-спортивной деятельности»	13 неделя	10
4	Посещение занятий	В течение семестра	20
Всего			50
2 семестр			
1	Выполнение РГР по разделу «Техника удара «патт»»	25 неделя	5
2	Выступление на семинаре «Стандарты полей для мини-гольфа»	18 неделя	10
3	Выполнение лабораторной работы «Определение параметров мячей для мини-гольфа»	35 неделя	5

4	Посещение занятий	В течение семестра	10
5	Зачет с оценкой		20
	Всего		50
	Всего за курс		100
	<i>Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине</i>		
	Виды текущего контроля		Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Техника безопасности», пропущенному студентом		10
2	Выполнение практического задания по разделу «Основы техники в гольфе» пропущенному студентом		15
3	Выполнение лабораторной работы «Определение параметров мячей для мини-гольфа»		15
4	Написание реферата по теме «Инвентарь в гольфе», пропущенной студентом		10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3, 4 семестры

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

Виды работы студентов на занятиях

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
2 курс			
3 семестр			
1	Контрольная работа по теме «Правила гольфа»	4 неделя	10
2	Выступление на семинаре «Тактика игры в гольф»	8 неделя	10
3	Написание реферата по выбранной теме	11 неделя	5
4	Тестирование по разделу «Совершенствование профессиональной физической подготовленности к работе в избранной физкультурно-спортивной деятельности»	14 неделя	5
5	Посещение занятий	В течение семестра	20
Всего			50
4 семестр			
1	Письменная работа по теме «Профилактика травм и оказание первой помощи»	23 неделя	5
2	Выступление на семинаре «Теоретические и методические основы обучения»	35 неделя	10
3	Контрольная работа по разделу «теория и методика преподавания в гольфе»	37 неделя	5
4	Посещение занятий	В течение семестра	10
5	Экзамен		20
Всего			50
Всего за курс			100
<i>Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине</i>			
	Виды текущего контроля		Максимальное кол-во баллов
	Контрольная работа по разделу «Теоретические и методические основы обучения», пропущенному студентом		10
	Выполнение практического задания по разделу «Комплекс упражнений по обучению и		15

	совершенствованию техники разных способов удара, хвата и стойки», пропущенному студентом		
	Выполнение лабораторной работы «Определение параметров мячей для мини-гольфа»		15
	Презентация по разделу «Техника полного свинга и ударов «драйв», «пич», «чип» и из песка», пропущенному студентом		10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».
- Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.
- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

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



Институт Спорта и физического воспитания

Кафедра ТИМ индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта

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

Спортивно-педагогическое совершенствование (гольф)

(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 2016г.

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 – на очной, 1-10 – на заочной форме.

3. Цель освоения дисциплины (модуля): Целями дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (гольф)» являются:

- сформировать достаточный запас практических умений и навыков, обеспечивающих профессиональную подготовленность выпускника;
- обеспечить готовность к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленную на подготовку квалифицированных гольфистов;
- 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):

В процессе освоения данной дисциплины студент должен владеть следующими общепрофессиональными (ОПК) и профессиональными (ПК) компетенциями:

- 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).

**5. Краткое содержание дисциплины (модуля):
Очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	2	3	5	6	7	8	9
2	Личная физическая	I		14	50		

	подготовленность – фундамент профессиональной деятельности бакалавров по направлению подготовки «Физическая культура»						
3	Разновидности полей для гольфа	I		2	2		
4	Обустройство лунок	I		2	4		
5	Полный свинг	I		8	26		
	1 семестр			26	82		
6	Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе	II		8	40		
7	Биомеханические характеристики техники свинга	II		4	10		
8	Специфика обучения. Обеспечение безопасности занимающихся	II		2	8		
9	Методика начального этапа обучения	II		4	12		
10	Планирование и проведение соревнований по гольфу	II		2	10		
11	Требования к участникам соревнований	II			4		
12	Определение результатов в различных видах соревнований	II			6		
13	Методика выбора инвентаря для различных групп занимающихся	II		2			
14	Выбор инвентаря с учетом индивидуальных особенностей	II		4	10		
	2 семестр			26	100		Диф. зачет
15	Различные виды ударов в гольфе	III		4	2		
16	Игра на грине	III		2	4		
17	Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе	III		8	10		
18	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта	III		10	10		
19	Пар поля, пар лунки	III			2		
20	Методика закрепления техники ударов	III		6	5		
	3 семестр			30	33		
21	Использование занятий гольфом для оздоровления взрослого населения	IV		2	4		
22	Организация и содержание подготовки дошкольников, школьников и студенческой молодежи	IV		4	4		
23	Оздоровительная работа по гольфу среди лиц с ограниченными возможностями по слуху, зрению,	IV		8	8		

	опорно-двигательному аппарату, умственному развитию						
24	Коррекция спортивных результатов с учетом гандикапов	IV		2	2		
25	Закрепление навыков организации и судейства соревнований по гольфу	IV		4	4		
26	Клуб фитнес	IV		4	7		
27	Обустройство сооружений для занятия гольфом	IV		4	4		
	4 семестр			30	33		Диф. зачет
28	Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе	V		8	8		
29	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта	V		6	9		
30	Грин кipping	V		2	2		
31	Игра из нестандартных положений	V		4	4		
32	Совершенствование техники ударов с использованием технических средств	V		6	6		
33	Закрепление навыков организации и судейства соревнований по мини-гольфу	V		4	4		
	5 семестр			30	33		
34	Оборудование содержание и ремонт инвентаря и оборудования	VI		4	4		
35	Средства тренировки гольфиста, их классификация	VI		4	4		
36	Методы тренировки, направленность их воздействия на организм	VI		8	11		
37	Спортивная нагрузка и характеризующие её показатели	VI		6	6		
38	Контроль и учет тренировочных нагрузок	VI		8	8		
	6 семестр			30	33		Диф. зачет
39	Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе	VII		8	30		
40	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта	VII		8	20		
41	Совершенствование техники патта	VII		8	20		
42	Закрепление навыков организации и судейства соревнований по мини-гольфу	VII		2	10		

43	Электронно-компьютерная технология судейства соревнований и определения результатов	VII		2	8		
44	Гольф клубы	VII		2	8		
	7 семестр			30	96		
45	Планирование спортивной подготовки	VIII		18	30		
46	Генетическая предрасположенность к высшим спортивным достижениям в гольфе	VIII		2	6		
47	Система дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности гольфистов	VIII		4	23		
48	Основные направления современных исследований в области теории и методики гольфа	VIII		6	10		
	8 семестр			30	69	9	ЭКЗАМЕН
	Всего	720		232	479	9	

Заочная форма обучения

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Институт Спорта и физического воспитания
Кафедра ТиМ индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (гольф)

Направление подготовки/специальность:

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль):

Спортивная подготовка в избранном виде спорта

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 «24» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ ИИиИВС
(наименование)
Протокол № 22 от «25» мая 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: Яковлев Б. А., к.п.н, доцент, заведующий кафедрой ТиМ
индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта

Рецензент: Рецензент: к.п.н., профессор кафедры Методики комплексных форм
физической культуры Петрачева И. В.

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целями дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (гольф)» являются:

- сформировать достаточный запас практических умений и навыков, обеспечивающих профессиональную подготовленность выпускника;
- обеспечить готовность к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленную на подготовку квалифицированных гольфистов;
- 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.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

Б1.В.ОД.11

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (гольф)» реализуется в течение всех четырех лет обучения, ее главная направленность – повышение уровня здоровья, совершенствование общей и специальной физической подготовленности, формирование на этой основе комплекса практических умений и навыков, необходимых для самостоятельной профессионально-педагогической деятельности.

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (гольф)» относится к вариативной части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», по профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта».

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 ускоренная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-2	<i>Знать: теорию и методику базовых видов спорта</i>			1-8
	<i>Уметь: выявлять индивидуальные особенности занимающихся</i>			1-8
	<i>Владеть: способностью проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе теории и методики физической культуры</i>			1-8
ОПК-3	<i>Знать: знать теорию и методику гольфа</i>			1-8
	<i>Уметь: осуществлять спортивную подготовку гольфист</i>			1-8
	<i>Владеть: способностью осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся</i>			1-8
ОПК-5	<i>Знать: технику выполнения физических упражнений</i>			1-8
	<i>Уметь: оценивать физическое состояние занимающихся</i>			1-8
	<i>Владеть: способностью на основе оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, корректировать технику выполнения физических упражнений</i>			1-8
ОПК-8	<i>Знать: правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта</i>			1-8
	<i>Уметь: судить соревнования по базовым и избранному виду спорта (гольф)</i>			1-8
	<i>Владеть: организацией и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта</i>			1-8
ПК-10	<i>Знать: теоретические основы современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся</i>			1-8

	<i>Уметь: использовать на практике методики определяющие особенности занимающихся</i>			1-8
	<i>Владеть: способностью отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта (гольф)</i>			1-8
ПК-11	<i>Знать: теоретические основы построения занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта</i>			1-8
	<i>Уметь: разрабатывать планы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта</i>			1-8
	<i>Владеть: разрабатывать перспективные, оперативные планы занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта</i>			1-8
ПК-14	<i>Знать: технику и тактику гольфа</i>			1-8
	<i>Уметь: выявлять индивидуальные особенности занимающихся</i>			1-8
	<i>Владеть: способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий в гольфе</i>			1-8
ПК-15	<i>Знать: средства и методы самоконтроля</i>			1-8
	<i>Уметь: осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности</i>			1-8
	<i>Владеть: способностью сохранять и поддерживать спортивную форму</i>			1-8

4. Структура и содержание дисциплины (модуля) Спортивно-педагогическое совершенствование (гольф)

Заочная ускоренное обучение на базе ВПО

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачётных единиц, 720 часов.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	2	3	5	6	7	8	9
2	Личная физическая подготовленность – фундамент профессиональной деятельности бакалавров по направлению подготовки «Физическая культура»	I		2	10		
3	Разновидности полей для гольфа	I			10		
4	Обустройство лунок	I			10		

5	Полный свинг	I		2	30		
6	Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе	II		2	30		
7	Биомеханические характеристики техники свинга	II			10		
8	Специфика обучения. Обеспечение безопасности занимающихся	II		2	20		
9	Методика начального этапа обучения	II			20		
10	Планирование и проведение соревнований по гольфу	II		2	14		
11	Требования к участникам соревнований	II			10		
12	Определение результатов в различных видах соревнований	II			10		
13	Методика выбора инвентаря для различных групп занимающихся	II			16		
14	Выбор инвентаря с учетом индивидуальных особенностей	II			16		
	1 курс			10	206		Диф. зачет
15	Различные виды ударов в гольфе	III		2	10		
16	Игра на грине	III		2	20		
17	Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе	III		2	10		
18	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта	III		2	10		
19	Пар поля, пар лунки	III			4		
20	Методика закрепления техники ударов	IV		2	16		
21	Использование занятий гольфом для оздоровления взрослого населения	IV		2	6		
22	Организация и содержание подготовки дошкольников, школьников и студенческой молодежи	IV			6		
23	Оздоровительная работа по гольфу среди лиц с ограниченными возможностями по слуху, зрению, опорно-двигательному аппарату, умственному развитию	IV		2	4		
24	Коррекция спортивных результатов с учетом гандикапов	IV			4		
25	Закрепление навыков организации и судейства соревнований по гольфу	IV			4		
	2 курс			14	94		Диф. зачет

26	Клуб фитнес	V		2	20		
27	Обустройство сооружений для занятия гольфом	V			8		
28	Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе	V		2	22		
29	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта	V		2	20		
30	Грин кинг	VI			10		
31	Игра из нестандартных положений	VI			10		
32	Совершенствование техники ударов с использованием технических средств	VI		4	16		
33	Закрепление навыков организации и судейства соревнований по мини-гольфу	VI			8		
34	Оборудование содержание и ремонт инвентаря и оборудования	VI			20		
	3 курс			10	134		Диф. зачет
35	Средства тренировки гольфиста, их классификация	VII			16		
36	Методы тренировки, направленность их воздействия на организм	VII		2	20		
37	Спортивная нагрузка и характеризующие её показатели	VII			16		
38	Контроль и учет тренировочных нагрузок	VII		2	14		
39	Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе	VII			14		
40	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта	VII			12		
41	Совершенствование техники патта	VII			12		
42	Закрепление навыков организации и судейства соревнований по мини-гольфу	VIII			8		
43	Электронно-компьютерная технология судейства соревнований и определения результатов	VIII			8		
44	Гольф клубы	VIII			8		
45	Планирование спортивной подготовки	VIII		2	50		
46	Генетическая предрасположенность к высшим спортивным достижениям в гольфе	VIII			16		
47	Система дополнительных средств	VIII		2	27		

	повышения и восстановления работоспособности гольфистов						
48	Основные направления современных исследований в области теории и методики гольфа	VIII		2	12		
	4 КУРС			10	233	9	ЭКЗАМЕН
	Всего	720		44	667	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).

Контрольные вопросы и практические задания

для проведения текущего контроля студентов I курса

1. Выполнение разработанных кафедрой требований по общей и специальной физической подготовленности (по календарю зачетных соревнований).

2. Виды клюшек, их составные части. Геометрические параметры: углы loft (лофт) и lie (лай).

3. Упругие свойства shaft, виды деформаций. Закон Гука. Модуль Юнга. Деформация цилиндрического стержня. Деформация конического стержня. Энергия упругой деформации стержня. Жесткость shaft. Закон сохранения энергии.

4. Центральный и нецентральный удар. Коэффициент восстановления.

5. Методика подготовки мест занятий.

6. Методические приемы на этапе начального обучения ударам в гольфе.

7. Умение проведения части урока, затем урока в целом с разработкой соответствующих планов-конспектов.

8. Маркировка shaftов по жесткости. Подбор shaftов в зависимости от физической подготовленности и антропометрических параметров игрока.

9. Виды полей для гольфа. Количество лунок. Размеры поля. Площадь поля.

10. Разработка документов планирования и организации соревнований.

11. Овладение методикой разработки «Календаря соревнований», «Положения о соревнованиях», оформления заявок, карточек участников.

12. Усвоить требования к оформлению протоколов старта, окончания, результатов соревнований.

13. Расчет результатов соревнований при разных видах соревнований и многодневных соревнований в гольфе.

14. Специфика определения результатов в различных турах индивидуального и командного зачетов.

15. Овладение выбором и персональной подготовкой клюшек для гольфа.

Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов I курса

1. Основная задача физкультурно-спортивной деятельности студентов как элемент системы высшего профессионального образования.

2. Оценка специфики внешних условий физкультурно-спортивной деятельности в гольфе.

3. Мячи, упругие свойства и материалы. Жесткость и отскок.

4. Игровая зона, основные понятия. Преграды, препятствия, помехи.

5. Карточка счета. Правила заполнения. Запись результатов.

6. Отскок мяча. Связь с коэффициентом восстановления.
7. Оценка динамической структуры двигательной деятельности в гольфе.
8. Методика обучения двигательному действию, закономерности образования двигательного навыка.
9. Методика подготовки мест занятий в естественных природных условиях на различных этапах обучения.
10. Методика обеспечения безопасности занимающихся.
11. Методика начального обучения видам удара в гольфе.
12. Методика комплексного использования словесных, наглядных и практических методов обучения.
13. Методика разработки конспекта урока как формы непосредственной подготовки к его проведению.
14. Основные положения правил соревнований по гольфу.
15. Методика разработки документов планирования и проведения соревнований.
16. Методика подготовки протоколов старта и результатов соревнований в различных дисциплинах.
17. Возрастные категории участников соревнований по гольфу.
18. Оценка конструктивных характеристик клюшек для гольфа.
19. Выполнить разработанные кафедрой требования по профессиональной физической подготовке (участие в контрольно-зачётных физкультурно-спортивных мероприятиях, соревнованиях).

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

1. Выполнение практических заданий по выявлению зависимости точности ударов от внешних условий.
2. Выполнение требований к подготовке и методика измерения параметров клюшек для гольфа.

3. Овладение всеми видами ударов в гольфе.
4. Овладение способами контроля за технической подготовленностью по кинематическим и динамическим показателям, выполнение практических заданий по расчетно-графическому анализу этих характеристик.
5. Овладение методическими приемами начального обучения ударам в гольфе, навыками подготовки мест занятий.
6. Подготовка к проведению части урока, затем урока в целом с разработкой соответствующих планов-конспектов.
7. Разработка документов планирования и проведения соревнований.
8. Определение результатов соревнований в различных гольф дисциплинах.
9. Оценка конструктивных характеристик и подготовка гольф инвентаря.
10. Регулярное и целенаправленное проведение дополнительных тренировочных занятий.

Контрольные вопросы и практические задания

для проведения текущего контроля студентов II курса

1. Выполнение разработанных кафедрой требований по общей и специальной физической подготовленности (по календарю зачетных соревнований).
2. Подготовительные упражнения для освоения техники ударов.
3. Простейшие учебные махи, скручивания, метание мяча на дальность и на точность.
4. Обучение технике: основные упражнения для освоения техники удара драйв и упражнения для изучения техники удара.
5. Последовательность изучения, направленность воздействия.
6. Обучение классическому захвату клюшки руками и его разновидностям.

7. Требования, предъявляемые к разным способам хвата.
8. Подбор хвата с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.
9. Типичные ошибки при выполнении.
10. Совершенствование методики закрепления техники гольфиста.
11. Способы оценки результатов соревнований гольфистов-ветеранов, включая овладение методикой подготовки единого (общего) для мужчин и женщин разного возраста протокола результатов состязаний.
12. Практика организации и судейства простейших зачетно-нормативных соревнований по гольфу 3-й категории.
13. Методика организации внеклассной, внешкольной, секционной работой с использованием гольф инвентаря.
14. Разработка примерной программы оздоровительных занятий по гольфу для населения старшего возраста.
15. Овладение специфичными методическими приемами подготовки мест занятий, их организации и проведения, дозирования нагрузки по гольфу для инвалидов с учетом характера заболевания.

Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов II курса

1. Методика обучения дошкольников простейшим упражнениям по гольфу.
2. Методика внеклассной и внешкольной физической подготовки с использованием гольф инвентаря.
3. Организация и содержание работы гольф секций для школьников и студентов.
4. Нормирование физиологических параметров и продолжительности оздоровительной нагрузки при занятиях гольфом.
5. Методика использования занятий гольфом в оздоровлении и социальной адаптации инвалидов.

6. Обучение технике: основные упражнения для освоения техники ударов «драйв», «пич», из песка, «патт», «чип».

7. Последовательность изучения. Обучение формированию полного замаха: исходное положение – основная стойка с упором клюшки в грудину. Выполнение полного замаха.

8. Требования, предъявляемые к выполнению полного замаха.

9. Характерные ошибки и способы их устранения.

10. Общеразвивающие и специальные физические упражнения для развития силы, подвижности в суставах.

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

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

13. Методика реализации принципов обучения на этапе закрепления двигательного навыка.

14. Методика организации и проведения подвижных игр и игровых упражнений по гольфу.

15. Выполнение функциональных обязанностей спортивного судьи в различных судейских бригадах при проведении простейших зачетно-нормативных соревнований.

16. Методика расчета результатов командных и серии кубковых соревнований по гольфу.

17. Методика расчета результатов при использовании гандикапов.

18. Методика оценки результатов соревнований гольфистов-ветеранов.

19. Методика подготовки единого для мужчин и женщин протокола результатов соревнований гольфистов-ветеранов разного возраста.

20. Мероприятия по предупреждению травм и несчастных случаев на занятиях по гольфу.

21. Методика проведения жеребьевки и подготовка стартового протокола соревнований с интервальным стартом.

22. Оборудование простейшего спортивного сооружения для гольфистов.

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

1. Регулярное и целенаправленное проведение дополнительных тренировочных занятий.

2. Овладение методическими приемами проведения занятий/уроков по гольфу подготовке со школьниками разного возраста, студентами различных отделений, включая разработку соответствующих планов-конспектов.

3. Овладение методикой разработки примерной программы оздоровительных занятий при игре в гольф, дозирования физической нагрузки для взрослого населения и инвалидов с учетом характера заболевания.

4. Овладение навыками организации и проведения соревнований по гольфу.

5. Овладение методикой подведения итогов командных и серии кубковых соревнований, расчетом эквивалентных результатов на нестандартных по длине дистанциях, коррекцией спортивных результатов с учетом возраста и пола гольфистов-ветеранов.

6. Овладение методикой организации, проведения и судейства соревнований по гольфу 3-й категории.

Контрольные вопросы и практические задания для проведения текущего контроля студентов III курса

1. Овладение современной технологией тестирования характеристик инвентаря.

2. Оценка взаимосвязи кинематических, динамических и функциональных показателей техники гольфиста.
3. Расчетно-графический анализ техники гольфистов международного класса.
4. Назначение и содержание спортивного дневника как основы учета и контроля тренировочной нагрузки, анализа спортивных результатов.
5. Основные направления творческой реализации дневниковых материалов.
6. Методика технической подготовки на третьем этапе обучения.
7. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по гольфу.
8. Характеристика методов тренировки, их преимущественная направленность воздействий на организм.
9. Специфика проведения различных методов тренировки.
10. Систематизация упражнений, используемых в подготовке гольфиста: основные, специально-подготовительные, общеподготовительные.
11. Методика подбора упражнений по принципу преимущественного воздействия на избранное развитие физических качеств.
12. Применение методов тренировки, с учетом их преимущественной направленности воздействия на организм.
13. Специфика проведения различных методов тренировки.
14. Расчет показателей, характеризующих «внешнюю» и «внутреннюю» стороны физической нагрузки гольфиста.
15. Овладение методикой анализа тренировочной нагрузки по пульсограммам, распределением нагрузки по зонам интенсивности.
16. Разработка сметы расходов на проведение соревнований и обоснование каждой статьи расходов.

Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации

студентов III курса

1. Овладение современной технологией тестирования характеристик инвентаря.
2. Методика оценки технического мастерства с использованием кинематических, динамических и функциональных показателей.
3. Расчетно-графический анализ техники гольфиста.
4. Моделирование параметров техники элитных гольфистов с использованием программного компьютерного обеспечения.
5. Специфика проведения различных методов тренировки.
6. Совершенствование элементов техники ударов с использованием специализированных тренажерных устройств.
7. Выполнение функциональных обязанностей спортивного судьи в различных судейских бригадах при проведении соревнований 2-й категории.
8. Методика подготовки протокола результатов соревнований в мини-гольфе.
9. Методика подготовки протокола результатов соревнований в гольфе.
10. Факторы и условия, определяющие тренировочный эффект физической нагрузки.
11. Признаки классификации упражнений, используемых в подготовке гольфистов.
12. Характеристика основных, специально-подготовительных и общеподготовительных упражнений гольфиста.
13. Группировка упражнений по принципу преимущественного воздействия на развитие избранного физического качества.
14. Сочетание нагрузки и отдыха как структурная основа методов тренировки.
15. Содержание равномерного метода, специфика его воздействия на организм.

16. Характеристика двигательно-функциональной деятельности гольфиста в переменной тренировке.
17. Направленность воздействий на организм и специфика выполнения упражнений повторным и интервальным методами.
18. Наивысший по специфичности тренирующий эффект контрольного и соревновательного методов.
19. Содержание и организация игровых и круговых тренировок.
20. Показатели, характеризующие «внешнюю» сторону физической нагрузки.
21. «Внутренняя» физическая нагрузка как проявление функциональных изменений в организме гольфиста.
22. Оценка интенсивности физической нагрузки в гольфе.
23. Распределение нагрузки по зонам интенсивности.
24. Методика анализа физических нагрузок по пульсограммам, оценка ее биоэнергетической направленности.
25. Разновидности тренировочного эффекта: срочный, отставленный, кумулятивный.
26. Оперативный, текущий и этапный виды контроля за состоянием гольфиста.
27. Медико-биологические методы контроля за функциональным состоянием организма, уровнем физической работоспособности и состоянием здоровья гольфиста.
28. Методика анализа материалов спортивного дневника.
29. Методика тестирующих процедур, используемых в различных видах контроля.
30. Педагогические методы контроля.
31. Специфика организации и проведения массовых соревнований по гольфу, деятельность различных служб.
32. Разработка документов по финансовому обеспечению соревнований по гольфу, основные статьи расходов.

Контрольные вопросы и задания для контроля самостоятельной работы студентов III курса

1. Владение основными, специально-подготовительными и общеподготовительными упражнениями гольфиста.
2. Владение методическими приемами совершенствования техники игры в гольф.
3. Проведение контрольных занятий, направленных на преимущественное развитие избранного физического качества.
4. Владение методикой анализа физической нагрузки по пульсограммам и распределением ее по зонам интенсивности.
5. Проведение контрольных тренировок заданным (или произвольно избранным) методом тренировки.
6. Владение методикой контроля за подготовленностью гольфистов.
7. Разработка состава средств и методов подготовки для начинающих гольфистов.
8. Владение навыками организации, проведения и судейства соревнований 2-й категории, включая разработку сметы расходов на их проведение.

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

1. Выполнение проблемных практических заданий по сравнительной оценке экономичности двигательной деятельности в различных тренировочных средствах.
2. Технология эксплуатации электронно-компьютерного оборудования гольф поля.
3. Выполнение заданий по овладению методикой ручного хронометрирования промежуточных результатов и проигрыша лидеру по ходу соревнований с интервальным стартом.

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

5. Техническое самосовершенствование в специально-подготовительных средствах и способах тренировки в гольфе.

6. Планирование многолетней подготовки гольфистов с учетом возрастных закономерностей биологического развития организма спортсменов.

7. Оценка генетической предрасположенности к занятиям гольфом.

8. Нормирование спортивных нагрузок с учетом сенситивных (благоприятные) возрастных периодов развития приоритетных физических качеств гольфиста.

9. Овладение методикой примерной оценки биологического возраста юных гольфистов.

10. Методика коррекции физической нагрузки гольфисток с учетом степени отклонений в физиологичности биологического цикла.

11. Овладение навыками оперативного, текущего и перспективного планирования тренировки гольфистов на учебно-тренировочном этапе (начальной и углубленной специализации) многолетней подготовки.

12. Структура и содержание макро-, мезо- и микроциклов тренировочной и соревновательной деятельности.

Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов IV курса

1. Инновационные технологии совершенствования технического мастерства гольфистов.

2. Методика оценки динамики экономичности двигательной деятельности гольфистов разной квалификации.

3. Электронно-компьютерное обеспечение судейства соревнований в гольфе.

4. Методика оперативного расчета промежуточных и итоговых результатов соревнований гольфистов.

5. Работа главной судейской коллегии и судейских бригад в соревнованиях по мини-гольфу.

6. Особенности новых моделей снаряжения гольфиста.

7. Подготовка современных спортивных сооружений в гольфе.

8. Оборудование современных гольф полей (в том числе по проспектам, материалам в Интернете, другим публикациям).

9. Планирование многолетней подготовки гольфистов с учетом возрастных закономерностей биологического развития организма спортсменов.

10. Оценка генетической предрасположенности к занятиям гольфом.

11. Нормирование спортивных нагрузок с учетом сенситивных (благоприятные) возрастных периодов развития приоритетных физических качеств гольфиста.

12. Овладение методикой примерной оценки биологического возраста юных гольфистов.

13. Методика коррекции физической нагрузки гольфисток с учетом степени отклонений в физиологичности биологического цикла.

14. Овладение навыками оперативного, текущего и перспективного планирования тренировки гольфистов на учебно-тренировочном этапе (начальной и углубленной специализации) многолетней подготовки.

15. Структура и содержание макро-, мезо- и микроциклов тренировочной и соревновательной деятельности.

16. Особенности планирования структуры и содержания тренировки на различных этапах многолетней подготовки.

17. Современные возрастные зоны высших спортивных достижений в гольфе.

18. Нормирование преимущественной направленности учебно-тренировочных занятий, примерные показатели объема циклической

нагрузки и количества соревнований на разных этапах многолетней подготовки.

19. Реализация генетического потенциала гольфистов на основе индивидуализации подготовки.

20. Оценка и реализация генетической предрасположенности к высшим спортивным достижениям в гольфе.

21. Методика оперативного, текущего и перспективного планирования спортивной тренировки в гольфе.

22. Структура и содержание развивающего, поддерживающего, восстанавливающего типов микроциклов в тренировке гольфистов.

23. Структура и содержание восстановительно-втягивающий, общеподготовительный, специально-подготовительный, предсоревновательный и соревновательный типы мезоциклов в подготовке гольфистов.

24. Планирование соотношения основных, специально-подготовительных, общеподготовительных средств в процессе многолетней подготовки.

25. Планирование соотношения многочисленных разновидностей методов тренировки на разных этапах многолетней подготовки.

26. Нормирование средств общей и специальной физической подготовки гольфистов разной квалификации.

27. Средства и методы технической подготовки гольфиста.

28. Оптимизация тактики соревновательной деятельности гольфиста.

29. Специфика реализации тактической подготовленности в многотуровых соревнованиях индивидуального и командного зачетов.

30. Тактика распределения сил в различных соревнованиях с общего старта.

31. Психологическая подготовка гольфиста как воспитательный процесс.

32. Личность тренера в формировании нравственности гольфиста.

33. Владеть методикой применения дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности гольфиста.

Контрольные вопросы и задания для контроля самостоятельной работы студентов IV курса

1. Совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в гольфе.

2. Владеть совершенной техникой выполнения специально-подготовительных упражнений.

3. Выполнить проблемные практические задания по сравнительной оценке экономичности двигательной деятельности в различных средствах тренировки.

4. Владеть инструментальной методикой тестирования упругих свойств клюшек.

5. Владеть методикой примерной оценки биологического возраста гольфиста по вторичным половым признакам.

6. Уметь корректировать физическую нагрузку гольфисток при выявленных отклонениях в физиологичности биологического цикла.

7. Владеть оперативным, текущим и перспективным планированием тренировки гольфистов на этапах начальной и углубленной специализации многолетней подготовки.

8. Освоить методические приемы практической реализации мероприятий по предупреждению специфичных травм у гольфистов.

9. Владеть методикой ручного хронометрирования промежуточных результатов и проигрыша соперникам по ходу соревнований.

10. Владеть навыками организации, проведения и судейства соревнований по мини-гольффу.

11. Владеть методикой применения дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности гольфиста.

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

1. Основная литература

1. Гольф и мини-гольф : обновление и содерж. образования в обл. физ. культуры и спорта : [науч.-метод. пособие] / [сост.: И.И. Бобкова, А.Н. Корольков] ; Гос. бюджет. образоват. учреждение Лицей N 1575 Север. округ. упр. образования, Департамент образования г. Москвы. - М., 2013. - 143 с.: ил.
2. Корольков А.Н. Теория и методика тренировочного процесса в гольфе и мини-гольфе. Спортивные сооружения и снаряжение для гольфа и мини-гольфа : учеб. пособие для работников физ. культуры и спорта, тренеров, учителей шк. и инструкторов по гольфу и мини-гольфу / А.Н. Корольков, В.А. Фесенко ; М-во спорта Самар. обл. - Самара, 2013. - 137 с.: ил.

2. Дополнительная литература

1. Жеребко Д.С. Экспертная оценка направленности спортивной подготовки федерального стандарта по гольфу / Д.С. Жеребко, А.Н. Корольков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2013. - N 6. - С. 68.
2. Корольков А.Н. Закономерности формирования двигательного навыка юных игроков в мини-гольф / А.Н. Корольков // Актуальные вопросы подготовки спортсменов в спорте высших достижений : материалы Всерос. Интернет-конф. / Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК). - М., 2011. - С. 77-78.
3. Корольков А.Н. Содержание многолетней подготовки юных игроков в гольф : моногр. / А.Н. Корольков, В.В. Верченков. - Воронеж: Науч. кн., 2014. - 403 с.: табл.

4. Корольков А.Н. Интерпретация результатов исследований сложности лунок при игре в мини-гольф / А.Н. Корольков, Б.А. Яковлев // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка : Детский тренер : журнал в журнале. - 2013. - N 2. - С. 40-42.

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

1. <http://www.rusgolf.ru/pravila/>
2. <http://www.rusminigolf.ru/mgolf/minigolf1.html>
3. <http://www.geocities.com/Colosseum/Track/2049/English/Bandyhistory.html>

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

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. Операционная система – Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

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

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru
- 4.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных¹ и (или) групповых² консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
2. – 50 комплектов клюшек и бэгов;
3. – лаборатория клуб-фиттинга;
4. – 1000 мячей;
5. – 2 гольф-симулятора;
6. – анализатор кинематических характеристик мяча при выполнении ударов вудами и айронами;
7. – анализатор патта;
8. – универсальный психодиагностический комплекс;
9. – видеопроектор Sanyo PLC-XU 58;
10. – компьютер офисный;
11. – ноутбук Fujitsu-Siemens AMILO PI 1556;
12. – принтер HP LaserJet 1320;
13. – принтер HP LaserJet 1320;
14. – сканер EPSON 2480;
15. – копировальный аппарат Canon MF 4150;
16. – стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок);
17. – стационарный компьютер (монитор 17", системный блок);
18. – паттинг-грин;
19. – паттинг-дорожка.

¹ Указываются при наличии курсовых работ по дисциплине (модулю)

² Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 1, 2 семестры
Форма промежуточной аттестации: диф. зачет.

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

Виды работы студентов на занятиях

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1 семестр			
1	Контрольная работа по теме «Личная физическая подготовленность – фундамент профессиональной деятельности бакалавров по направлению подготовки «Физическая культура»	В течение семестра	5
2	Выступление на семинаре «Разновидности полей для гольфа»	В течение семестра	5
3	Презентация по теме «Обустройство лунок»	В течение семестра	10
4	Практическое задание по теме Полный свинг	В течение семестра	10
5	Посещение занятий	В течение семестра	20
Всего			50
2 семестр			
1	Контрольная работа по теме Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе	В течение семестра	5
2	Выступление на семинаре «Методика начального этапа обучения	В течение семестра	5
3	Письменная работа по теме	В течение	5

	Планирование и проведение соревнований по гольфу	семестра	
4	Участие в соревнованиях	В течение семестра	10
5	Посещение занятий	В течение семестра	10
6	Диф. зачет		15
	Всего		50
	Всего за курс		100
	<i>Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия</i>		
	Виды текущего контроля		Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по теме «Личная физическая подготовленность – фундамент профессиональной деятельности бакалавров по направлению подготовки «Физическая культура»		10
2	Презентация по теме «Обустройство лунок»		15
3	Контрольная работа по теме Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе		15
4	Письменная работа по теме Планирование и проведение соревнований по гольфу		10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся диф. 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

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (гольф) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной ускоренной формы обучения

1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 3, 4 семестры
Форма промежуточной аттестации: диф. зачет.

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

Виды работы студентов на занятиях

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
3 семестр			
1	Практическое задание по темам: Различные виды ударов в гольфе. Игра на грине	В течение семестра	10
2	Выступление на семинаре Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе	В течение семестра	10
3	Написание реферата по выбранной теме	В течение семестра	5
4	Тестирование по теме: Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта	В течение семестра	5
5	Практическое задание: Методика закрепления техники ударов	В течение семестра	10
6	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Всего		50
4 семестр			
1	Письменная работа по теме Использование занятий гольфом для оздоровления взрослого населения	В течение семестра	5
2	Выступление на семинаре Организация и содержание подготовки дошкольников, школьников и студенческой молодежи	В течение семестра	5
3	Контрольная работа Коррекция спортивных результатов с учетом гандикапов	В течение семестра	5
	Презентация по теме Клуб фитнеса	В течение семестра	5
	Участие в судействе соревнований	В течение	5

		семестра	
4	Посещение занятий	В течение семестра	10
5	Диф. зачет		15
	Всего		50
	Всего за курс		100
<i>Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия</i>			
	Виды текущего контроля		Максимальное кол-во баллов
	Тестирование по теме: Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта		10
	Практическое задание: Методика закрепления техники ударов		15
	Контрольная работа Коррекция спортивных результатов с учетом гандикапов		15
	Презентация по теме Клуб фитнеса		10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся диф. 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

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

2. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 5, 6 семестры
Форма промежуточной аттестации: диф. зачет.

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

Виды работы студентов на занятиях

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
5 семестр			
1	Выступление на семинаре: Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта	В течение семестра	10
2	Практическое задание: Игра из нестандартных положений	В течение семестра	10
3	Контрольная работа по теме: Совершенствование техники ударов с использованием технических средств	В течение семестра	10
4	Тестирование по теме: Закрепление навыков организации и судейства соревнований по мини-гольффу	В течение семестра	5
5	Участие в судействе соревнований	В течение семестра	5
6	Посещение занятий	В течение семестра	10
Всего			50
6 семестр			
1	Письменная работа по теме Средства тренировки гольфиста, их классификация	В течение семестра	5
2	Выступление на семинаре Методы тренировки, направленность их воздействия на организм	В течение семестра	5
3	Тестирование по теме: Контроль и учет тренировочных нагрузок	В течение семестра	5
4	Участие в соревнованиях	В течение семестра	5
5	Посещение занятий	В течение	10

		семестра	
6	Диф. зачет		20
	Всего		50
	Всего за курс		100
<i>Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия</i>			
	Виды текущего контроля		Максимальное кол-во баллов
	Контрольная работа по теме: Совершенствование техники ударов с использованием технических средств		10
	Тестирование по теме: Закрепление навыков организации и судейства соревнований по мини-гольфу		15
	Письменная работа по теме Средства тренировки гольфиста, их классификация		15
	Тестирование по теме: Контроль и учет тренировочных нагрузок		10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся диф. 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

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

3. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7, 8 семестры
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

Виды работы студентов на занятиях

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
7 семестр			
1	Выступление на семинаре: Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта	В течение семестра	10
2	Практическое задание: Совершенствование техники патта	В течение семестра	10
3	Контрольная работа Закрепление навыков организации и судейства соревнований по мини-гольффу	В течение семестра	10
4	Тестирование по теме: Электронно-компьютерная технология судейства соревнований и определения результатов	В течение семестра	5
5	Презентация по теме: Гольф клубы	В течение семестра	5
6	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Всего		50
8 семестр			
1	Письменная работа по теме Планирование спортивной подготовки	В течение семестра	5
2	Выступление на семинаре Система дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности гольфистов	В течение семестра	5
3	Тестирование по теме: Основные направления современных исследований в области теории и методики гольфа	В течение семестра	5

4	Участие в соревнованиях	В течение семестра	5
5	Посещение занятий	В течение семестра	10
6	Экзамен		20
	Всего		50
	Всего за курс		100
	<i>Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия</i>		
	Виды текущего контроля		Максимальное кол-во баллов
	Контрольная работа Закрепление навыков организации и судейства соревнований по мини-гольфу		10
	Тестирование по теме: Электронно-компьютерная технология судейства соревнований и определения результатов		15
	Письменная работа по теме Планирование спортивной подготовки		15
	Тестирование по теме: Основные направления современных исследований в области теории и методики гольфа		10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».
- Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.
- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), 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

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

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



Институт Спорта и физического воспитания

Кафедра ТиМ индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта

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

Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (гольф)

(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 2016г.

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): Целями дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (гольф)» являются:

- сформировать достаточный запас практических умений и навыков, обеспечивающих профессиональную подготовленность выпускника;
- обеспечить готовность к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленную на подготовку квалифицированных гольфистов;
- 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):

В процессе освоения данной дисциплины студент должен владеть следующими общепрофессиональными (ОПК) и профессиональными (ПК) компетенциями:

- 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).

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Заочная ускоренное обучение на базе ВПО

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачётных единиц, 720 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	Самостоятель ная работа	Контроль	
1	2	3	5	6	7	8	9
2	Личная физическая подготовленность – фундамент профессиональной деятельности бакалавров по направлению подготовки «Физическая культура»	I		2	10		
3	Разновидности полей для гольфа	I			10		
4	Обустройство лунок	I			10		
5	Полный свинг	I		2	30		
6	Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе	II		2	30		
7	Биомеханические характеристики техники свинга	II			10		
8	Специфика обучения. Обеспечение безопасности занимающихся	II		2	20		
9	Методика начального этапа обучения	II			20		
10	Планирование и проведение соревнований по гольфу	II		2	14		
11	Требования к участникам соревнований	II			10		
12	Определение результатов в различных видах соревнований	II			10		
13	Методика выбора инвентаря для различных групп занимающихся	II			16		
14	Выбор инвентаря с учетом индивидуальных особенностей	II			16		
	1 курс			10	206		Диф. зачет
15	Различные виды ударов в гольфе	III		2	10		
16	Игра на грине	III		2	20		
17	Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе	III		2	10		
18	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта	III		2	10		
19	Пар поля, пар лунки	III			4		
20	Методика закрепления техники ударов	IV		2	16		
21	Использование занятий гольфом для оздоровления взрослого населения	IV		2	6		
22	Организация и содержание подготовки дошкольников,	IV			6		

	школьников и студенческой молодежи						
23	Оздоровительная работа по гольфу среди лиц с ограниченными возможностями по слуху, зрению, опорно-двигательному аппарату, умственному развитию	IV		2	4		
24	Коррекция спортивных результатов с учетом гандикапов	IV			4		
25	Закрепление навыков организации и судейства соревнований по гольфу	IV			4		
	2 курс			14	94		Диф. зачет
26	Клуб фитнеса	V		2	20		
27	Обустройство сооружений для занятия гольфом	V			8		
28	Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе	V		2	22		
29	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта	V		2	20		
30	Грин кинг	VI			10		
31	Игра из нестандартных положений	VI			10		
32	Совершенствование техники ударов с использованием технических средств	VI		4	16		
33	Закрепление навыков организации и судейства соревнований по мини-гольфу	VI			8		
34	Оборудование содержание и ремонт инвентаря и оборудования	VI			20		
	3 курс			10	134		Диф. зачет
35	Средства тренировки гольфиста, их классификация	VII			16		
36	Методы тренировки, направленность их воздействия на организм	VII		2	20		
37	Спортивная нагрузка и характеризующие её показатели	VII			16		
38	Контроль и учет тренировочных нагрузок	VII		2	14		
39	Профессиональная физическая подготовка для специализирующихся в гольфе	VII			14		
40	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в избранном виде спорта	VII			12		
41	Совершенствование техники патта	VII			12		

42	Закрепление навыков организации и судейства соревнований по мини-гольфу	VIII			8		
43	Электронно-компьютерная технология судейства соревнований и определения результатов	VIII			8		
44	Гольф клубы	VIII			8		
45	Планирование спортивной подготовки	VIII		2	50		
46	Генетическая предрасположенность к высшим спортивным достижениям в гольфе	VIII			16		
47	Система дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности гольфистов	VIII		2	27		
48	Основные направления современных исследований в области теории и методики гольфа	VIII		2	12		
	4 КУРС			10	233	9	ЭКЗАМЕН
	Всего	720		44	667	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 прикладных видов спорта и экстремальной
деятельности**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (горные
виды спорта)»**

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 «21» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики прикладных видов
спорта и экстремальной деятельности
(наименование)
Протокол № 36 от «22» мая 2017 г.

Составитель:

Сыроежин Андрей Сергеевич, старший преподаватель кафедры ТиМ
прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (горные виды спорта)» – обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по горным видам спорта и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (горные виды спорта)» 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 горных видов 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, аналогичные горным видам спорта и др.. Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
	наименование			

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 горных видах спорта; – методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке альпинистов. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по горным видам спорта; – применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки альпинистов. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по горным видам спорта с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры; – навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке альпинистов. 			2
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в горных видах спорта. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по горным видам спорта. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по горным видам спорта с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры. 			5-6
ОПК-3	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в горных видах спорта на начальном и тренировочном этапах подготовки. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в горных видах спорта с учетом особенностей, занимающихся на начальном и тренировочном этапах подготовки. 			7-8
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в горных видах спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в горных видах спорта с учетом особенностей, 			9-10

	занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.			
ОПК-5	<i>Знать:</i> – основы правильной техники выполнения основных соревновательных упражнений в горных видах спорта <i>Уметь:</i> – анализировать технику выполнения упражнений в горных видах спорта			3-4
	<i>Уметь:</i> – анализировать тактику в горных видах спорта.			5-6
	<i>Владеть:</i> – навыками определения уровня работоспособности спортсменов в горных видах спорта.			7-8
	<i>Владеть:</i> – навыками определения уровня специализированных качеств у спортсменов в горных видах спорта			9
ОПК-8	<i>Уметь:</i> – выполнять функции младших судей по скалолазанию.			3-4
	<i>Владеть:</i> – навыками организации и проведения соревнований в отдельных горных видах спорта			5-6
	<i>Владеть:</i> – современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей, занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в горных видах спорта			7-8
	<i>Уметь:</i> – разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в горных видах спорта			9-10
ПК-10	<i>Владеть:</i> – навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по горным видам спорта			7-8
ПК-11	<i>Уметь:</i> – владеть техникой работы с альпинистским снаряжением			7-8
	<i>Владеть:</i> – умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий горных видах спорта			9-10
ПК-14	<i>Владеть:</i> – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий по горным видам спорта			3-4

	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль на занятиях различными горными видами спорта.			5-6
	<i>Владеть:</i> умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности – оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.			7-8
ПК-15	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль на занятиях горными видами спорта.			5-6
	<i>Владеть:</i> 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 (горные виды спорта)»

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.

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (горные виды спорта)»	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 зачетные единицы)	1-2	10	134		Дифференцированный зачет
1.	Меры обеспечения безопасности при занятиях горными видами спорта		8	100		
1.1	Снаряжение для альпинизма, спелеологии, промышленного альпинизма. Средства защиты от падения с высоты		2	20		

1.2	Вязка узлов. Звенья страховочной цепи		2	10		
1.3	Страховочный тренажер. Виды и организация самостраховки, страховки на страховочном тренажере. Обеспечения безопасности на различных видах горного рельефа		4	70		
2.	Техника и тактика передвижения по различным видам горного рельефа		2	34		
2.1	Передвижение по скальному рельефу. Основные правила тренировок на естественных скалах и скальных тренажерах		2	34		
II курс	Всего:144 часа	3-4	16	128		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий горным видам спорта		4	38		
1.1	Занятия горными видами спорта по программе начальной подготовки		4	38		
2.	Основы технико-тактической подготовки в горных видах спорта на начальном этапе обучения		4	30		
2.1	Основы технико-тактической подготовки в альпинизме		4	30		
3.	Формирования индивидуальных двигательных качеств, общая физическая подготовка в горных видах		4	30		
3.1	Общая и специальная физическая подготовка		4	30		
4.	Организация и проведение соревнований по скалолазанию		4	30		
4.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по скалолазанию		4	30		
III курс	Всего:144 часа (4 зачетных единиц)	5-6	16	128		Дифференцированный зачет

1	Техника и тактика передвижения по линейной опоре, техника SRT, совершенствование		6	64		
1.1	Общие представления о Технике Одинарной Верёвки (SRT). Способы страховки		2	8		
1.2	Техника передвижения по линейной опоре. Вертикальные перила. Различные способы передвижения		2	52		
1.3	Использования различных спусковых устройств. Отработка навыков спуска по вертикальным перилам		2	4		
2.	Меры обеспечения безопасности в техники SRT		2	8		
2.1	Методика обеспечения безопасности в технике SRT		2	8		
3.	Основы технико-тактической подготовки в горных видах спорта на этапе спортивного совершенствования		4	20		
3.1	Занятия по анализу тактики в альпинизме, скалолазании, спелеологии		2	10		
3.2	Методики обучения горным видам спорта		2	10		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		2	8		
4.1	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке в горных видах спорта		2	8		
5.	Организация и проведение соревнований		2	28		
5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по спортивному туризму		2	28		
IV курс	Всего:144 часов (4 зачетных единиц)	7-8	16	128		Дифференцированный зачет

1	Безопасность при взаимодействии связок альпинистов		8	80		
1.1	Взаимная страховка. Основные формы безопасности взаимодействия альпинистов		2	6		
1.2	Приёмы динамической страховки на учебном скалолазном тренажере		2	4		
1.3	Использования различных страховочных устройств при различных видах страховки			8		
1.4	Техника передвижения в вертикальных участках. Основные правила тренировок на вертикальных веревках (навеске)		4	62		
2.	Тактика организации восхождений в альпинизме			16		
2.1	Тактика организации восхождений. Составление тактического плана			16		
3.	Тактика, организация и проведение поисково-спасательных мероприятий в горах		4	16		
3.1	Методика подготовки спасателя в альпинизме		2	8		
3.2	Организация и проведение поисковых мероприятий и спасательных работ в горах		2	8		
4.	Тактика организация и спортивного прохождения вертикальных пещер		4	16		
4.1	Тактика организации спелеологических экспедиций восхождений. Составление тактического плана		4	16		
V курс	Всего:144 часа (4 зачетных единиц)	9-10	32	103	9	Экзамен
1	Безопасность при взаимодействии связок альпинистов		22	67		

1.1	Взаимная страховка. Основные формы безопасности взаимодействия альпинистов		8	8		
1.2	Приёмы динамической страховки на учебном скалолазном тренажере		10	54		
1.3	Использования различных страховочных устройств при различных видах страховки		4	5		
1.4	Техника передвижения в вертикальных участках. Основные правила тренировок на вертикальных веревках (навеске)		2	4		
2.	Тактика организации восхождений в альпинизме		2	4		
2.1	Тактика организации восхождений. Составление тактического плана		2	16		
3.	Тактика, организация и проведение поисково-спасательных мероприятий в горах		2	16		
3.1	Методика подготовки спасателя в альпинизме		6	16		
3.2	Организация и проведение поисковых мероприятий и спасательных работ в горах		2	4		
4.	Тактика организация и спортивного прохождения вертикальных пещер		2	4		
4.1	Тактика организации спелеологических экспедиций восхождений. Составление тактического плана		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 (горные виды спорта)»

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 заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Страховочное снаряжение для занятий альпинизмом.
2. Страховочное снаряжение для занятий спелеологией.
3. Страховочное снаряжение для занятий промышленным альпинизмом.
4. Звенья страховочной цепи: нагрузка на звенья страховочной цепи, надежность точек страховки.
5. Применение и назначение узлов в горных видах спорта.
6. Вязка узлов основных узлов, применяемых в горных видах спорта на время. Различные варианты завязывания основных узлов, применяемых в горных видах спорта.
7. Обеспечение безопасности на скальном рельефе.
8. Обеспечение безопасности на снежном рельефе.
9. Обеспечение безопасности на ледовом рельефе.
10. Обеспечение безопасности на осыпных и травянистых склонах.
11. Обеспечение безопасности при взаимодействии связок альпинистов: взаимная страховка.
12. Попеременная и одновременная страховка.
13. Отработка приемов динамической страховки на учебном тренажере, при использовании статической, динамической и статодинамической веревки.
14. Использование индивидуальной страховочной системы, для обеспечения безопасности.
15. Использование амортизаторов для динамической страховки.
16. Техника передвижения по скальному рельефу.
17. Различия в тренировках на естественном и искусственном скальном рельефе.
18. Техника передвижения по вертикальному ледовому рельефу.
19. Техника передвижения по горизонтальному ледовому рельефу: прохождение открытых и закрытых ледников.
20. Различия в тренировках на естественном и искусственном ледовом рельефе.
21. Техника передвижения по вертикальным перилам.
22. Техника передвижения по горизонтальным перилам.
23. Основные правила закрепления вертикальных и горизонтальных перил.
24. Использование средств и методов легкой атлетики для физической подготовки альпинистов.
25. Использование средств и методов тяжелой атлетики при подготовке альпинистов.

26. Разминка средствами легкой атлетики.
27. Подготовка альпиниста средствами и методами акробатики.
28. Правила соревнований по скалолазанию.

Нормативные требования для студентов первого курса:

№ пп	Упражнение	Мужчины			Женщины		
		оценка			оценка		
		пять	четыре	три	пять	четыре	три
1	Бег 100 метров (сек.)	12,00	12,30	13	13	13,30	14
2	Кросс 3000 метров (мин.)	10,00	11,00	11,50	11,40	12,40	13,10
3	Прыжок в длину с места с двух ног (м.)	2,50	2,30	2,10	2,20	2,10	1,95
4	Подтягивание открытым хватом (раз)	18	16	14	-	-	-
5	Отжимание от скамейки (раз)	-	-	-	30	27	25
6	Плавание 100 метров (мин.)	1,45	1,55	2,05	2,05	2,30	3,00

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

Вопросы для устного ответа:

1. Составление тактического плана восхождения.
2. Категорийность горных туристских маршрутов и методика их организации.
3. Различие стилей восхождения (альпийский, гималайский, осадный) и их применение в зависимости от маршрута и района, в котором совершается восхождение.
4. Методика совершения соло восхождения.
5. Составление тактического плана спелеоэкспедиции.
6. Техника передвижения связок на сложном скальном рельефе.
7. Основы технической подготовки в альпинизме.
8. Основы технической подготовки в спортивной спелеологии.
9. Основы технической подготовки в скалолазании.
10. Общая физическая подготовка, при занятиях горными видами спорта: правила составления микро-, мезо- и макроциклов.
11. Особенности специальной физической подготовки при занятиях: альпинизмом, горным туризмом, спелеологией, скалолазанием, ледолазанием.
12. Развитие скоростно-силовых способностей в горных видах спорта.

13. Развитие гибкости в горных видах спорта.
14. Развитие общей и специальной выносливости в горных видах спорта.
15. Обеспечение безопасности при работе на одинарной веревке.
16. Правила подбора снаряжения, при использовании техники SRT.
17. Способы передвижения по вертикальным перилам, при использовании техники SRT.
18. Применение различных спусковых устройств.
19. Организация навески в соответствии с методикой обеспечения безопасности.
20. Организация искусственных точек опоры.
21. Применение отклонителей (дивейторов) и протекторов для повышения безопасности прохождения маршрута.
22. Методика прохождения промежуточных точек крепления, узла, протектора и отклонителя.
23. Использование упражнений на растяжку в горных видах спорта.
24. Упражнения на гибкость в горных видах спорта, с учетом возрастных особенностей занимающихся.
25. Ведение дневника спортсмена, занимающегося горными видами спорта
26. Самоконтроль физического и психоэмоционального состояния спортсмена в процессе тренировки и во время соревнований.

Нормативные требования для студентов второго курса:

№ пп	Упражнение	Мужчины			Женщины		
		оценка			оценка		
		пять	четыре	три	пять	четыре	три
1	Бег 100 метров (сек.)	11,50	12,20	12,50	12,50	13,20	13,50
2	Кросс 3000 метров (мин.)	9,50	10,50	11,40	11,30	12,30	13,00
3	Прыжок в длину с места с двух ног (м.)	2,60	2,40	2,20	2,30	2,20	2,05
4	Подтягивание открытым хватом (раз)	19	17	15	-	-	-
5	Отжимание от скамейки (раз)	-	-	-	31	28	26
6	Плавание 100 метров (мин.)	1,35	1,45	1,55	1,55	2,20	2,50

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

Вопросы для устного ответа:

1. Структура МЧС и региональных спасательных отрядов.
2. Организация поисково-спасательных работ силами одной группы.
3. Организация поисково-спасательных работ и взаимодействие групп в составе альпмероприятия.
4. Функции начальника спасательного отряда в альпмероприятии.
5. Организация поисково-спасательных работ в пещерах.
6. Транспортировка пострадавшего в горной местности.
7. Транспортировка пострадавшего в пещерах.
8. Методика поиска, попавших в лавину: применение биперов, лавинных зондов, лавинных шнуров.
9. Особенности подготовки спелеоспасателя.
10. Правила категорирования альпинистских, туристских и спелеологических маршрутов.
11. Уровни сложности скалолазных маршрутов по американской, британской, французской, UIAA, саксонской, австралийской, финской, норвежской и бразильской системам.
12. Классификация маршрутов в боулдеринге.
13. Различие в спортивных дисциплинах и маршрутах по скалолазанию (боулдеринг, скорость, трудность).
14. Характеристики естественных полостей (пещер): вертикальные, горизонтальные, лабиринтовые, обводненные и комбинированные.
15. Ориентирование, с использованием компаса, определение азимута.
16. Ориентирование, с использованием топографических карт, схем и описания маршрута.
17. Особенности ориентирования в средне- и высокогорье.
18. Ориентирование в пещерах: применение оборудования для подземного ориентирования.
19. Структура руководящих органов в альпинизме. Федерация альпинизма России.
20. Система альпинистских лагерей в СССР и РФ.
21. Клубные формы работы в альпинизме и спелеологии.
22. Система УТС в альпинизме и спелеологии.
23. Правила безопасности при организации биваков в средне- и высокогорье.
24. Организация базового лагеря в средне- и высокогорье.
25. Организация питания при совершении туристских походов в высокогорье.
26. Организация питания в базовом лагере во время проведения альпмероприятия.
27. Организация бытовых условий при постановке базового лагеря, бивака.
28. Применение программы многолетней поэтапной подготовки спортсмена в горных видах спорта на этапе НП-1,2.
29. Применение программы многолетней поэтапной подготовки спортсмена в горных видах спорта на этапе СП-1,2.
30. Современные методики спортивного отбора в горных видах спорта.
31. Правила соревнований по альпинизму
32. Правила совершения туристских походов
33. Современные методы определения работоспособности и врачебного контроля в горных видах спорта в тренировочном процессе и условиях высокогорья.
34. Построение тренировочных годовых циклов на основе программы многолетней поэтапной подготовке спортсменов в горных видах спорта на этапах СС и СМ.

Нормативные требования для студентов третьего курса:

№ пп	Упражнение	Мужчины			Женщины		
		оценка			оценка		
		пять	четыре	три	пять	четыре	три
1	Бег 100 метров (сек.)	11,40	12,10	12,40	12,40	13,10	13,40
2	Кросс 3000 метров (мин.)	9,40	10,40	11,30	11,20	12,20	12,50
3	Прыжок в длину с места с двух ног (м.)	2,70	2,50	2,30	2,40	2,30	2,15
4	Подтягивание открытым хватом (раз)	20	18	16	-	-	-
5	Отжимание от скамейки (раз)	-	-	-	32	29	27
6	Плавание 100 метров (мин.)	1,25	1,35	1,45	1,45	2,10	2,40

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

Вопросы для устного ответа:

1. Страховочное снаряжение для занятий альпинизмом.
2. Страховочное снаряжение для занятий спелеологией.
3. Страховочное снаряжение для занятий промышленным альпинизмом.
4. Звенья страховочной цепи: нагрузка на звенья страховочной цепи, надежность точек страховки.
5. Применение и назначение узлов в горных видах спорта.
6. Вязка узлов основных узлов, применяемых в горных видах спорта на время. Различные варианты завязывания основных узлов, применяемых в горных видах спорта.
7. Обеспечение безопасности на скальном рельефе.
8. Обеспечение безопасности на снежном рельефе.
9. Обеспечение безопасности на ледовом рельефе.
10. Обеспечение безопасности на осыпных и травянистых склонах.
11. Обеспечение безопасности при взаимодействии связок альпинистов: взаимная страховка.
12. Поперечная и одновременная страховка.
13. Отработка приемов динамической страховки на учебном тренажере, при использовании статической, динамической и статодинамической веревки.

14. Использование индивидуальной страховочной системы, для обеспечения безопасности.
15. Использование амортизаторов для динамической страховки.
16. Техника передвижения по скальному рельефу.
17. Различия в тренировках на естественном и искусственном скальном рельефе.
18. Техника передвижения по вертикальному ледовому рельефу.
19. Техника передвижения по горизонтальному ледовому рельефу: прохождение открытых и закрытых ледников.
20. Различия в тренировках на естественном и искусственном ледовом рельефе.
21. Техника передвижения по вертикальным перилам.
22. Техника передвижения по горизонтальным перилам.
23. Основные правила закрепления вертикальных и горизонтальных перил.
24. Составление тактического плана восхождения.
25. Категорийность горных туристских маршрутов и методика их организации.
26. Различия стилей восхождения (альпийский, гималайский, осадный) и их применение в зависимости от маршрута и района, в котором совершается восхождение.
27. Методика совершения соло восхождения.
28. Составление тактического плана спелеоэкспедиции.
29. Техника передвижения связок на сложном скальном рельефе.
30. Основы технической подготовки в альпинизме.
31. Основы технической подготовки в спортивной спелеологии.
32. Основы технической подготовки в скалолазании.
33. Общая физическая подготовка, при занятиях горными видами спорта: правила составления микро-, мезо- и макроциклов.
34. Особенности специальной физической подготовки при занятиях: альпинизмом, горным туризмом, спелеологией, скалолазанием, ледолазанием.
35. Развитие скоростно-силовых способностей в горных видах спорта.
36. Развитие гибкости в горных видах спорта.
37. Развитие общей и специальной выносливости в горных видах спорта.
38. Обеспечение безопасности при работе на одинарной веревке.
39. Правила подбора снаряжения, при использовании техники SRT.
40. Способы передвижения по вертикальным перилам, при использовании техники SRT.
41. Применение различных спусковых устройств.
42. Организация навески в соответствии с методикой обеспечения безопасности.
43. Организация искусственных точек опоры.
44. Применение отклонителей (дивейторов) и протекторов для повышения безопасности прохождения маршрута.
45. Методика прохождения промежуточных точек крепления, узла, протектора и отклонителя.
46. Структура МЧС и региональных спасательных отрядов.
47. Организация поисково-спасательных работ силами одной группы.
48. Организация поисково-спасательных работ и взаимодействие групп в составе альпмероприятия.
49. Функции начальника спасательного отряда в альпмероприятии.
50. Организация поисково-спасательных работ в пещерах.
51. Транспортировка пострадавшего в горной местности.
52. Транспортировка пострадавшего в пещерах.
53. Методика поиска, попавших в лавину: применение биперов, лавинных зондов, лавинных шнуров.
54. Особенности подготовки спелеоспасателя.

55. Правила категорирования альпинистских, туристских и спелеологических маршрутов.
56. Уровни сложности скалолазных маршрутов по американской, британской, французской, UIAA, саксонской, австралийской, финской, норвежской и бразильской системам.
57. Классификация маршрутов в боулдеринге.
58. Различия в спортивных дисциплинах и маршрутах по скалолазанию (боулдеринг, скорость, трудность).
59. Характеристики естественных полостей (пещер): вертикальные, горизонтальные, лабиринтовые, обводненные и комбинированные.
60. Ориентирование, с использованием топографических карт, схем и описания маршрута.
61. Особенности ориентирования в средне- и высокогорье.
62. Ориентирование в пещерах: применение оборудования для подземного ориентирования.
63. Структура руководящих органов в альпинизме. Федерация альпинизма России.
64. Система альпинистских лагерей в СССР и РФ.
65. Клубные формы работы в альпинизме и спелеологии.
66. Система УТС в альпинизме и спелеологии.
67. Правила безопасности при организации биваков в средне- и высокогорье.
68. Организация базового лагеря в средне- и высокогорье.
69. Организация питания при совершении туристских походов в высокогорье.
70. Организация питания в базовом лагере во время проведения альпмероприятия.
71. Организация бытовых условий при постановке базового лагеря, бивака.
72. Специализированные качества у спортсменов, специализирующихся в различных дисциплинах горных видов спорта.

Нормативные требования для студентов четвертого курса:

№ пп	Упражнение	Мужчины			Женщины		
		оценка			оценка		
		пять	четыре	три	пять	четыре	три
1	Бег 100 метров (сек.)	11,30	12,00	12,30	12,30	13,00	13,30
2	Кросс 3000 метров (мин.)	9,30	10,30	11,20	11,10	12,10	12,40
3	Прыжок в длину с места с двух ног (м.)	2,80	2,60	2,40	2,50	2,40	2,25
4	Подтягивание открытым хватом (раз)	21	19	17	-	-	-
5	Отжимание от скамейки (раз)	-	-	-	33	30	28

6	Плавание 100 метров (мин.)	1,15	1,25	1,35	1,35	2,00	2,30
---	----------------------------	------	------	------	------	------	------

5.2.5. Содержание экзаменационных требований для студентов во IX семестре заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Страховочное снаряжение для занятий альпинизмом.
 2. Страховочное снаряжение для занятий спелеологией.
 3. Страховочное снаряжение для занятий промышленным альпинизмом.
 4. Звенья страховочной цепи: нагрузка на звенья страховочной цепи, надежность точек страховки.
 5. Применение и назначение узлов в горных видах спорта.
 6. Вязка узлов основных узлов, применяемых в горных видах спорта на время.
- Различные варианты завязывания основных узлов, применяемых в горных видах спорта.
7. Обеспечение безопасности на скальном рельефе.
 8. Обеспечение безопасности на снежном рельефе.
 9. Обеспечение безопасности на ледовом рельефе.
 10. Обеспечение безопасности на осыпных и травянистых склонах.
 11. Обеспечение безопасности при взаимодействии связок альпинистов: взаимная страховка.
 12. Попеременная и одновременная страховка.
 13. Отработка приемов динамической страховки на учебном тренажере, при использовании статической, динамической и статодинамической веревки.
 14. Использование индивидуальной страховочной системы, для обеспечения безопасности.
 15. Использование амортизаторов для динамической страховки.
 16. Техника передвижения по скальному рельефу.
 17. Различия в тренировках на естественном и искусственном скальном рельефе.
 18. Техника передвижения по вертикальному ледовому рельефу.
 19. Техника передвижения по горизонтальному ледовому рельефу: прохождение открытых и закрытых ледников.
 20. Различия в тренировках на естественном и искусственном ледовом рельефе.
 21. Техника передвижения по вертикальным перилам.
 22. Техника передвижения по горизонтальным перилам.
 23. Основные правила закрепления вертикальных и горизонтальных перил.
 24. Составление тактического плана восхождения.
 25. Категорийность горных туристских маршрутов и методика их организации.
 26. Различие стилей восхождения (альпийский, гималайский, осадный) и их применение в зависимости от маршрута и района, в котором совершается восхождение.
 27. Методика совершения соло восхождения.
 28. Составление тактического плана спелеоэкспедиции.
 29. Техника передвижения связок на сложном скальном рельефе.
 33. Основы технической подготовки в альпинизме.
 34. Основы технической подготовки в спортивной спелеологии.
 35. Основы технической подготовки в скалолазании.
 36. Общая физическая подготовка, при занятиях горными видами спорта: правила составления микро-, мезо- и макроциклов.
 37. Особенности специальной физической подготовки при занятиях: альпинизмом, горным туризмом, спелеологией, скалолазанием, ледолазанием.

38. Развитие скоростно-силовых способностей в горных видах спорта.
39. Развитие гибкости в горных видах спорта.
40. Развитие общей и специальной выносливости в горных видах спорта.
41. Обеспечение безопасности при работе на одинарной веревке.
42. Правила подбора снаряжения, при использовании техники SRT.
43. Способы передвижения по вертикальным перилам, при использовании техники SRT.
44. Применение различных спусковых устройств.
45. Организация навески в соответствии с методикой обеспечения безопасности.
46. Организация искусственных точек опоры.
47. Применение отклонителей (дивейторов) и протекторов для повышения безопасности прохождения маршрута.
48. Методика прохождения промежуточных точек крепления, узла, протектора и отклонителя.
49. Структура МЧС и региональных спасательных отрядов.
50. Организация поисково-спасательных работ силами одной группы.
51. Организация поисково-спасательных работ и взаимодействие групп в составе альпмероприятия.
52. Функции начальника спасательного отряда в альпмероприятии.
53. Организация поисково-спасательных работ в пещерах.
54. Транспортировка пострадавшего в горной местности.
55. Транспортировка пострадавшего в пещерах.
56. Методика поиска, попавших в лавину: применение биперов, лавинных зондов, лавинных шнуров.
57. Особенности подготовки спелеоспасателя.
58. Правила категорирования альпинистских, туристских и спелеологических маршрутов.
59. Уровни сложности скалолазных маршрутов по американской, британской, французской, UIAA, саксонской, австралийской, финской, норвежской и бразильской системам.
60. Классификация маршрутов в боулдеринге.
61. Различия в спортивных дисциплинах и маршрутах по скалолазанию (боулдеринг, скорость, трудность).
62. Характеристики естественных полостей (пещер): вертикальные, горизонтальные, лабиринтовые, обводненные и комбинированные.
63. Ориентирование, с использованием компаса, определение азимута.
64. Ориентирование, с использованием топографических карт, схем и описания маршрута.
65. Особенности ориентирования в средне- и высокогорье.
66. Ориентирование в пещерах: применение оборудования для подземного ориентирования.
67. Структура руководящих органов в альпинизме. Федерация альпинизма России.
68. Система альпинистских лагерей в СССР и РФ.
69. Клубные формы работы в альпинизме и спелеологии.
70. Система УТС в альпинизме и спелеологии.
73. Правила безопасности при организации биваков в средне- и высокогорье.
74. Организация базового лагеря в средне- и высокогорье.
75. Организация питания при совершении туристских походов в высокогорье.
76. Организация питания в базовом лагере во время проведения альпмероприятия.
77. Организация бытовых условий при постановке базового лагеря, бивака.

Нормативные требования для студентов пятого курса:

№ пп	Упражнение	Мужчины			Женщины		
		оценка			оценка		
		пять	четыре	три	пять	четыре	три
1	Бег 100 метров (сек.)	11,30	12,00	12,30	12,30	13,00	13,30
2	Кросс 3000 метров (мин.)	9,30	10,30	11,20	11,10	12,10	12,40
3	Прыжок в длину с места с двух ног (м.)	2,80	2,60	2,40	2,50	2,40	2,25
4	Подтягивание открытым хватом (раз)	21	19	17	-	-	-
5	Отжимание от скамейки (раз)	-	-	-	33	30	28
6	Плавание 100 метров (мин.)	1,15	1,25	1,35	1,35	2,00	2,30

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

а) Основная литература:

1. Байковский Ю.В. Факторы, определяющие тренировку спортсмена в условиях высокогорья и среднегорья : монография / Ю.В. Байковский, Т.В. Байковская. – М.: ТВТ Дивизион, 2010. – 278 с.
2. Байковский Ю.В. Классификация и особенности формирования горных неолимпийских видов спорта : альпинизм, скалолазание, ледолазание, ски-альпинизм, горн. туризм, велотуризм, водный туризм, спелеология, каякинг, каньонинг, бэйскаймбинг, фрирайд : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по спец. 032101 : рек. УМО / Ю.В. Байковский ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма, Каф. теории и методики приклад. и экстрем. видов спорта, Ассоц. горн. гидов, спасателей и пром. альпинистов. - М.: Вертикаль: Анита-пресс, 2005. - 252 с.: ил.
3. Байковский Ю.В. Теория и методика тренировки в горных видах спорта : (альпинизм, скалолазание, ледолазание, ски-альпинизм, горный туризм, велотуризм, водный туризм, спелеология, каякинг, каньонинг, бэйскаймбинг, фрирайд) : учеб.-метод. пособие / Ю.В. Байковский ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма, Каф. теории и методики приклад. видов спорта и экстрем. деятельности. - М.: ТВТ Дивизион, 2010. - 303 с.: ил.
4. Кашевник Б.Л. Аварийно-спасательное снаряжение для работ на высоте с использованием основ и приемов техники альпинизма : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101 : рек. Умо в обл. физ. культуры и спорта /

Б.Л. Кашевник ; [под. ред. Ю.В. Байковского] ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма, Кафедра теории и методики приклад. видов спорта и экстрем. деятельности, ООО "Спаснаряжение". - М.: Вертикаль, 2008. - 183 с.: ил.

6. Федотов Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 032100 : доп. Умо вузов РФ по образованию в обл. физ. культура / Ю.Н. Федотов, И.Е. Востоков ; [под ред. В.А. Таймазова]. - [2-е изд., испр. и доп.]. - М.: Сов. спорт, 2008. - 463 с.: ил.

б) Дополнительная литература:

1. Альпинизм / Под. общ. ред. И. И. Антоновича. - Киев: Вища шк., 1981. - 343 с.: ил.
2. Байковский Ю.В. Психология альпинистских групп. - Элиста: Джангар, 1992. - 136 с.: ил.

4. Вяткин Л.А. Туризм и спортивное ориентирование : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физ. культура" : рек. УМО по специальностям пед. образования / Л.А. Вяткин, Е.Н. Сидорчук. - 3-е изд., стер. - М.: Academia, 2008. - 208 с.: ил.

6. Захаров П.П. Инструктору альпинизма / Захаров П.П. - [3-е изд., перераб. и доп.]. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 277 с.: ил.

7. Кравчук Т.А. Спортивные походы : Норматив. акты: Метод. рекомендации для студентов всех форм обучения, педагогов доп. образования, инструкторов по спорт.-оздоров. туризму / Кравчук Т.А., Зданович И.А.; СибГАФК. - Омск: СибГАФК, 2002. - 71 с.: ил.

8. Кузнецов В.С. Учебное пособие по изучению и использованию методов выполнения высоко-верхолазных работ с применением специальной осанастки и страховочных средств / Кузнецов Владимир Семенович. - Симферополь: Таврия, 2004. - 235 с.

9. Макогонов А.Н. Научные и методические основы туризма в горной и пустынной местности / Макогонов Александр Николаевич. - Алматы: КазАСТ, 2002. - 281 с.: ил.

10. Мартынов А.И. Безопасность и надежность в альпинизме / А.И. Мартынов, И.А. Мартынов. - М.: СпортАкадемПресс, 2003. - 281 с.: ил.

11. Мартынов А.И. Промальп : Промышленный альпинизм / А.И. Мартынов. - М.: ТВТ Дивизион, 2004. - 266 с.: ил.

13. Мартынов А.И. Психология альпинизма / А.И. Мартынов. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 258 с.: ил.

14. Начальная подготовка альпинистов. Ч. 1: Введение / ред. Захаров П.П. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: СпортАкадемПресс, 2003. - 294 с.: ил.

15. Начальная подготовка альпинистов. Ч. 2: Методика обучения / под. общ. ред. П.П.Захарова. - Изд. 2-е, перераб. и доп. - М.: СпортАкадемПресс, 2003. - 292 с.: ил.

16. Окслэйд К. Скалолазание / К. Окслэйд ; [пер. с англ. Н. Полетаевой]. - М.: Мнемозина, 2009. - 32 с.: ил.

17. Спортивная подготовка. Ч. 1 / под общ. ред. Захарова П.П. - М.: ТВТ Дивизион, 2008. - 269 с.: ил.

18. Спортивная подготовка. Ч. 2 / под общ. ред. Захарова П.П. - М.: ТВТ Дивизион, 2008. - 205 с.: ил.

19. Спортивный горный туризм : Наш "ПРОЕКТ" : Орг., подгот. туристов к спортив. путешествиям в горах, практика подгот., тренировка / авт.-сост. Л.А. Максимов. - [М.]: [б. и.], [2011]. - 707 с.: ил.

20. Справочник туриста / [сост. В.В. Онищенко]. - Харьков: Фолио, 2007. - 351 с.: ил.

21. Хаттинг Г. Альпинизм : Техника восхождений, ледолазания, скалолазания : базовое рук. / Гарт Хаттинг ; [пер. с англ. К. Ткаченко]. - М.: Гранд-фаир, 2006. - 158 с.: ил.

22. Хаттинг Г. Скалолазание : базовое рук. по снаряжению и техн. оснащению / Гарт Хаттинг ; [пер. с англ. К. Ткаченко]. - М.: Гранд-фаир, 2006. - 96 с.: ил.

23. Хилл П. Альпинизм : техн. приемы : междунар. справ. / Пит Хилл ; [пер. с англ. Ю. Гольдберга]. - М.: Гранд-фаир, 2008. - 271 с.: ил.
24. Хилл П. Навыки альпинизма : курс тренировок / Пит Хилл, Стюарт Джонстон. - М.: Гранд-фаир, 2005. - 191 с.: ил., табл.
25. Хилл П. Навыки альпинизма : курс тренировок = The mountain skills training Handbook / Пит Хилл, Стюарт Джонстон = Pete Hill, Stuart Johnston ; [пер. с англ. К. Ткаченко]. - 2-е изд., испр. - М.: Гранд-фаир, 2008. - 190 с.: ил.
26. Шуберт П. Безопасность в горах : снаряжение. Страховка : [пер. с нем.] = Sicherheit am Berg / Пит Шуберт, Пеппи Штюкль. - М.: ТВТ Дивизион, 2008. - 164 с.: ил.в)

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Интернет сайты государственных учреждений по спорту:

1. <http://www.minsport.gov.ru/> - Министерство спорта РФ;
2. <http://www.olympic.ru/> - Олимпийский комитет России;
3. <http://knnvs.com/> - Комитет национальных и неолимпийских видов спорта России.

Ассоциации, союзы, федерации по горным видам спорта:

4. <http://www.alpfederation.ru> - Федерация альпинизма России;
5. <http://c-f-r.ru> - Федерация скалолазания России;
6. <http://www.tssr.ru> - Федерация спортивного туризма России.

Спортивные медицинские сайты:

7. <http://medicinesport.ru/> - Спорт и медицина. Технологии спорта

Наиболее популярные сайты по горным видам спорта:

8. <http://www.mountain.ru> - крупнейший российский ресурс, посвященный горам;
 9. <http://www.vvv.ru> - экстремальный приключенческий портал;
 10. <http://www.8848.ru> – вся видеотека горных документальных фильмов;
 11. <http://www.vertimir.ru> - журнал «Вертикальный мир» - все горные и экстремальные виды спорта;
 12. <https://www.risk.ru> - журнал о горах, экспедициях, проектах, людях;
 13. <http://www.extremal.ru> - объединенный туристский сервер России;
 14. <http://www.skitalets.ru> - сервер для туристов и путешественников;
- г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения общетехнологических задач. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796.
Прикладные программные средства		
2.	Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности 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

	<p>-Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook</p>	<p>составе: Редактор текстовый, Редактор табличный, Редактор деловой графики и презентаций Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</p>
3.	Adobe Acrobat DC	<p>Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>
4.	WinRAR (WinZip)	<p>Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>
5.	Dr.Web	<p>Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

- 7.1. Материально-техническое обеспечение дисциплины предполагает наличие компьютерной техники с целью презентации материалов и принтеров для распечатки тестовых и практических заданий для студентов.
- 7.2. Учебные пособия, лекции, видеофильмы, видеозаписи.
- 7.3. Наличие оборудования и снаряжения для проведения практических занятий и формирования умений и навыков:
 - 7.4. альпинистские веревки;
 - 7.5. карабины;
 - 7.6. оттяжки;
 - 7.7. зажимы кулачкового типа;
 - 7.8. индивидуальные страховочные системы;
 - 7.9. тормозные устройства;
 - 7.10. репшнуры;
 - 7.11. ледорубы;
 - 7.12. кошки;
 - 7.13. каски;
 - 7.14. скальные туфли;
 - 7.15. транспортные мешки;
 - 7.16. рюкзаки;
 - 7.17. палатки;
 - 7.18. спальные мешки;

7.19. карематы.

Перечень кабинетов, лабораторий, мастерских и других помещений:

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, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Скальный тренажер (скалодром).
4. Помещение для хранения, ремонта инвентаря и оборудования для занятий горными видами спорта.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (горные виды спорта)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 4 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности.

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

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачет.*

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество Баллов
1	Посещение занятий	12
2	Контроль освоения практических навыков: <ol style="list-style-type: none"> 1. Организация и проведение занятий горным видам спорта 2. Основы технико-тактической подготовки в горных видах спорта на начальном этапе обучения 3. Формирования индивидуальных двигательных качеств, общая физическая подготовка в горных видах 4. Организация и проведение соревнований по скалолазанию 	12 12 12 12
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	20
4	Сдача дифференцированного зачета (рубежный контроль)	20
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных

занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Незачет		Зачет			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (горные виды спорта)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 4 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности.

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

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачет.*

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. Техника и тактика передвижения по линейной опоре, техника SRT, совершенствование	10
	2. Меры обеспечения безопасности в техники SRT	10
	3. Основы технико-тактической подготовки в горных видах спорта на этапе спортивного совершенствования	10
	4. Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий	10
	5. Организация и проведение соревнований	10
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	20
4	Сдача дифференцированного зачета (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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (горные виды спорта)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 4 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности.

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

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачет.*

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	12
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Безопасность при взаимодействии связок альпинистов 2. Тактика организации восхождений в альпинизме 3. Тактика, организация и проведение поисково-спасательных мероприятий в горах 4. Тактика организация и спортивного прохождения вертикальных пещер	12 12 12 12
3	Микрозачет по физической подготовке	20
4	Сдача дифференцированного зачета (промежуточный 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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности.

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

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	12
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Безопасность при взаимодействии связок альпинистов 2. Тактика организации восхождений в альпинизме 3. Тактика, организация и проведение поисково-спасательных мероприятий в горах 4. Тактика организация и спортивного прохождения вертикальных пещер	12 12 12 12
3	Микрозачет по физической подготовке	20
4	Сдача дифференцированного зачета (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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (горные виды спорта)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, 4 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности.

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	12
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Классификация альпинистских и скалолазных маршрутов 2. Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий 3. Ориентирование в горной местности 4. Передвижение группы на сложном скальном рельефе	12 12 12 12
3	Микрозачет по физической подготовке	20
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 прикладных видов спорта и экстремальной
деятельности**

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

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (горные виды спорта)»

Направление подготовки: 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.

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 тренировочных занятий по горным видам спорта 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):
заочная форма обучения**

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (горные виды спорта)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Меры обеспечения безопасности при занятиях горными видами спорта	1-2	8	100		Дифференцированный зачет
2.	Техника и тактика передвижения по различным видам горного рельефа		2	34		
1.	Организация и проведение занятий горным видам спорта	3-4	4	38		Дифференцированный зачет
2.	Основы технико-тактической подготовки в горных видах спорта на начальном этапе обучения		4	30		
3.	Формирования индивидуальных двигательных качеств, общая физическая подготовка в горных видах		4	30		
4.	Организация и проведение соревнований по скалолазанию		4	30		
1	Техника и тактика передвижения по линейной опоре, техника SRT, совершенствование	5-6	6	64		Дифференцированный зачет
2.	Меры обеспечения безопасности в техники SRT		2	8		
3.	Основы технико-тактической подготовки в горных видах спорта на этапе спортивного совершенствования		4	20		

4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		2	8		
5.	Организация и проведение соревнований		2	28		
1	Безопасность при взаимодействии связок альпинистов	7-8	8	80		Дифференцированный зачет
2.	Тактика организации восхождений в альпинизме			16		
3.	Тактика, организация и проведение поисково-спасательных мероприятий в горах		4	16		
4.	Тактика организация и спортивного прохождения вертикальных пещер		4	16		
1	Безопасность при взаимодействии связок альпинистов	9-10	22	67	9	Экзамен
2.	Тактика организации восхождений в альпинизме		2	4		
3.	Тактика, организация и проведение поисково-спасательных мероприятий в горах		2	16		
4.	Тактика организация и спортивного прохождения вертикальных пещер		6	16		
Всего: 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 фехтования, современного пятиборья,
восточных боевых искусств**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (горные
виды спорта)»**

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
Теории и методики прикладных видов
спорта и экстремальной деятельности
(наименование)
Протокол № 36 от «22» мая 2017 г.

Составитель:

Сыроежин Андрей Сергеевич, старший преподаватель кафедры ТИМ
прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (горные виды спорта)» – обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по горным видам спорта и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (горные виды спорта)» 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 горных видах 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, аналогичные горным видам спорта и др.. Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
	наименование			

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 горных видах спорта; – методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке альпинистов. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по горным видам спорта; – применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки альпинистов. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по горным видам спорта с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры; – навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке альпинистов. 	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 горных видах спорта. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по горным видам спорта. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по горным видам спорта с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры. 	3-4		
ОПК-3	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в горных видах спорта на начальном и тренировочном этапах подготовки. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в горных видах спорта 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 горных видах спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в горных видах спорта с учетом особенностей, 	7-8		

	занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.			
ОПК-5	<i>Знать:</i> – основы правильной техники выполнения основных соревновательных упражнений в горных видах спорта <i>Уметь:</i> – анализировать технику выполнения упражнений в горных видах спорта	1-2		
	<i>Уметь:</i> – анализировать тактику в горных видах спорта.	3-4		
	<i>Владеть:</i> – навыками определения уровня работоспособности спортсменов в горных видах спорта.	5-6		
	<i>Владеть:</i> – навыками определения уровня специализированных качеств у спортсменов в горных видах спорта	7-8		
ОПК-8	<i>Уметь:</i> – выполнять функции младших судей по скалолазанию.	1-2		
	<i>Владеть:</i> – навыками организации и проведения соревнований в отдельных горных видах спорта	3-4		
	<i>Владеть:</i> – современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей, занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в горных видах спорта	5-6		
	<i>Уметь:</i> – разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в горных видах спорта	7-8		
ПК-10	<i>Владеть:</i> – навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по горным видам спорта	5-6		
ПК-11	<i>Уметь:</i> – владеть техникой работы с альпинистским снаряжением	5-6		
	<i>Владеть:</i> – умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий горных видах спорта	7-8		
ПК-14	<i>Владеть:</i> – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий по горным видам спорта	1-2		

	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль на занятиях различными горными видами спорта.	3-4		
	<i>Владеть:</i> умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности – оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.	5-6		
ПК-15	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль на занятиях горными видами спорта.	3-4		
	<i>Владеть:</i> умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности – оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.	7-8		

4. Структура и содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (горные виды спорта)»

4.1 Очная форма обучения

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

Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (горные виды спорта)»	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: 234 часа (6,5 зачетных единиц)	1-2	52	182		Дифференцированный зачет
1.	Меры обеспечения безопасности при занятиях горными видами спорта		12	62		
1.1	Снаряжение для альпинизма, спелеологии, промышленного альпинизма. Средства защиты от падения с высоты		4	10		

1.2	Вязка узлов. Звенья страховочной цепи			10		
1.3	Страховочный тренажер. Виды и организация самостраховки, страховки на страховочном тренажере. Обеспечения безопасности на различных видах горного рельефа		8	42		
2.	Техника и тактика передвижения по различным видам горного рельефа		10	30		
2.1	Передвижение по скальному рельефу. Основные правила тренировок на естественных скалах и скальных тренажерах		10	30		
3.	Основы технико-тактической подготовки в горных видах спорта на начальном этапе обучения		10	30		
3.1	Основы технико-тактической подготовки в альпинизме		10	30		
4.	Формирования индивидуальных двигательных качеств, общая физическая подготовка в горных видах		10	30		
4.1	Общая и специальная физическая подготовка		10	30		
5.	Организация и проведение соревнований по скалолазанию		10	30		
5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по скалолазанию		10	30		
II курс	Всего:126 часов (3,5 зачетных единиц)	3-4	60	66		Дифференцированный зачет
1	Техника и тактика передвижения по линейной опоре, техника SRT, совершенствование		20	12		
1.1	Общие представления о Технике Одинарной Верёвки (SRT). Способы страховки		4	8		

1.2	Техника передвижения по линейной опоре. Вертикальные перила. Различные способы передвижения		10			
1.3	Использования различных спусковых устройств. Отработка навыков спуска по вертикальным перилам		6	4		
2.	Меры обеспечения безопасности в техники SRT		10	8		
2.1	Методика обеспечения безопасности в технике SRT		10	8		
3.	Основы технико-тактической подготовки в горных видах спорта на этапе спортивного совершенствования		20	12		
3.1	Занятия по анализу тактики в альпинизме, скалолазании, спелеологии		4	4		
3.2	Методики обучения горным видам спорта		16	8		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		4	8		
4.1	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке в горных видах спорта		4	8		
5.	Организация и проведение соревнований		6	26		
5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судий по спортивному туризму		6	26		
III курс	Всего:126 часов (3,5 зачетных единиц)	5-6	60	66		Дифференцированный зачет
1	Безопасность при взаимодействии связок альпинистов		24	18		
1.1	Взаимная страховка. Основные формы безопасности взаимодействия альпинистов		2	6		

1.2	Приёмы динамической страховки на учебном скалолазном тренажере		2	4		
1.3	Использования различных страховочных устройств при различных видах страховки			8		
1.4	Техника передвижения в вертикальных участках. Основные правила тренировок на вертикальных веревках (навеске)		20			
2.	Тактика организации восхождений в альпинизме			16		
2.1	Тактика организации восхождений. Составление тактического плана			16		
3.	Тактика, организация и проведение поисково-спасательных мероприятий в горах		20	16		
3.1	Методика подготовки спасателя в альпинизме		10	8		
3.2	Организация и проведение поисковых мероприятий и спасательных работ в горах		10	8		
4.	Тактика организация и спортивного прохождения вертикальных пещер		16	16		
4.1	Тактика организации спелеологических экспедиций восхождений. Составление тактического плана		16	16		
IV курс	Всего:234 часа (6,5 зачетных единиц)	7-8	60	165	9	Экзамен
1	Безопасность при взаимодействии связок альпинистов		20	109		
1.1	Взаимная страховка. Основные формы безопасности взаимодействия альпинистов		8	8		
1.2	Приёмы динамической страховки на учебном скалолазном тренажере		8	96		

1.3	Использования различных страховочных устройств при различных видах страховки		4	5		
1.4	Техника передвижения в вертикальных участках. Основные правила тренировок на вертикальных веревках (навеске)		2	8		
2.	Тактика организации восхождений в альпинизме		2	8		
2.1	Тактика организации восхождений. Составление тактического плана		20	20		
3.	Тактика, организация и проведение поисково-спасательных мероприятий в горах		20	20		
3.1	Методика подготовки спасателя в альпинизме		18	28		
3.2	Организация и проведение поисковых мероприятий и спасательных работ в горах		4	4		
4.	Тактика организация и спортивного прохождения вертикальных пещер		4	4		
4.1	Тактика организации спелеологических экспедиций восхождений. Составление тактического плана		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 (горные виды спорта)»

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля))

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

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

Вопросы для устного ответа:

1. Страховочное снаряжение для занятий альпинизмом.
2. Страховочное снаряжение для занятий спелеологией.
3. Страховочное снаряжение для занятий промышленным альпинизмом.
4. Звенья страховочной цепи: нагрузка на звенья страховочной цепи, надежность точек страховки.
5. Применение и назначение узлов в горных видах спорта.
6. Вязка узлов основных узлов, применяемых в горных видах спорта на время. Различные варианты завязывания основных узлов, применяемых в горных видах спорта.
7. Обеспечение безопасности на скальном рельефе.
8. Обеспечение безопасности на снежном рельефе.
9. Обеспечение безопасности на ледовом рельефе.
10. Обеспечение безопасности на осыпных и травянистых склонах.
11. Обеспечение безопасности при взаимодействии связок альпинистов: взаимная страховка.
12. Попеременная и одновременная страховка.
13. Отработка приемов динамической страховки на учебном тренажере, при использовании статической, динамической и статодинамической веревки.
14. Использование индивидуальной страховочной системы, для обеспечения безопасности.
15. Использование амортизаторов для динамической страховки.
16. Техника передвижения по скальному рельефу.
17. Различия в тренировках на естественном и искусственном скальном рельефе.
18. Техника передвижения по вертикальному ледовому рельефу.
19. Техника передвижения по горизонтальному ледовому рельефу: прохождение открытых и закрытых ледников.
20. Различия в тренировках на естественном и искусственном ледовом рельефе.
21. Техника передвижения по вертикальным перилам.
22. Техника передвижения по горизонтальным перилам.
23. Основные правила закрепления вертикальных и горизонтальных перил.

Нормативные требования для студентов первого курса:

	Мужчины	Женщины

№ пп	Упражнение	оценка			оценка		
		пять	четыре	три	пять	четыре	три
1	Бег 100 метров (сек.)	12,00	12,30	13	13	13,30	14
2	Кросс 3000 метров (мин.)	10,00	11,00	11,50	11,40	12,40	13,10
3	Прыжок в длину с места с двух ног (м.)	2,50	2,30	2,10	2,20	2,10	1,95
4	Подтягивание открытым хватом (раз)	18	16	14	-	-	-
5	Отжимание от скамейки (раз)	-	-	-	30	27	25
6	Плавание 100 метров (мин.)	1,45	1,55	2,05	2,05	2,30	3,00

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

Вопросы для устного ответа:

1. Составление тактического плана восхождения.
2. Категорийность горных туристских маршрутов и методика их организации.
3. Различие стилей восхождения (альпийский, гималайский, осадный) и их применение в зависимости от маршрута и района, в котором совершается восхождение.
4. Методика совершения соло восхождения.
5. Составление тактического плана спелеоэкспедиции.
6. Техника передвижения связок на сложном скальном рельефе.
7. Основы технической подготовки в альпинизме.
8. Основы технической подготовки в спортивной спелеологии.
9. Основы технической подготовки в скалолазании.
10. Общая физическая подготовка, при занятиях горными видами спорта: правила составления микро-, мезо- и макроциклов.
11. Особенности специальной физической подготовки при занятиях: альпинизмом, горным туризмом, спелеологией, скалолазанием, ледолазанием.
12. Развитие скоростно-силовых способностей в горных видах спорта.
13. Развитие гибкости в горных видах спорта.
14. Развитие общей и специальной выносливости в горных видах спорта.
15. Обеспечение безопасности при работе на одинарной веревке.
16. Правила подбора снаряжения, при использовании техники SRT.
17. Способы передвижения по вертикальным перилам, при использовании техники SRT.

18. Применение различных спусковых устройств.
19. Организация навески в соответствии с методикой обеспечения безопасности.
20. Организация искусственных точек опоры.
21. Применение отклонителей (дивейторов) и протекторов для повышения безопасности прохождения маршрута.
22. Методика прохождения промежуточных точек крепления, узла, протектора и отклонителя.

Нормативные требования для студентов второго курса:

№ пп	Упражнение	Мужчины			Женщины		
		оценка			оценка		
		пять	четыре	три	пять	четыре	три
1	Бег 100 метров (сек.)	11,50	12,20	12,50	12,50	13,20	13,50
2	Кросс 3000 метров (мин.)	9,50	10,50	11,40	11,30	12,30	13,00
3	Прыжок в длину с места с двух ног (м.)	2,60	2,40	2,20	2,30	2,20	2,05
4	Подтягивание открытым хватом (раз)	19	17	15	-	-	-
5	Отжимание от скамейки (раз)	-	-	-	31	28	26
6	Плавание 100 метров (мин.)	1,35	1,45	1,55	1,55	2,20	2,50

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

Вопросы для устного ответа:

1. Структура МЧС и региональных спасательных отрядов.
2. Организация поисково-спасательных работ силами одной группы.
3. Организация поисково-спасательных работ и взаимодействие групп в составе альпмероприятия.
4. Функции начальника спасательного отряда в альпмероприятии.
5. Организация поисково-спасательных работ в пещерах.
6. Транспортировка пострадавшего в горной местности.
7. Транспортировка пострадавшего в пещерах.
8. Методика поиска, попавших в лавину: применение биперов, лавинных зондов, лавинных шнуров.

9. Особенности подготовки спелеоспасателя.
10. Правила категорирования альпинистских, туристских и спелеологических маршрутов.
11. Уровни сложности скалолазных маршрутов по американской, британской, французской, UIAA, саксонской, австралийской, финской, норвежской и бразильской системам.
12. Классификация маршрутов в боулдеринге.
13. Различие в спортивных дисциплинах и маршрутах по скалолазанию (боулдеринг, скорость, трудность).
14. Характеристики естественных полостей (пещер): вертикальные, горизонтальные, лабиринтовые, обводненные и комбинированные.
15. Ориентирование, с использованием компаса, определение азимута.
16. Ориентирование, с использованием топографических карт, схем и описания маршрута.
17. Особенности ориентирования в средне- и высокогорье.
18. Ориентирование в пещерах: применение оборудования для подземного ориентирования.
19. Структура руководящих органов в альпинизме. Федерация альпинизма России.
20. Система альпинистских лагерей в СССР и РФ.
21. Клубные формы работы в альпинизме и спелеологии.
22. Система УТС в альпинизме и спелеологии.
23. Правила безопасности при организации биваков в средне- и высокогорье.
24. Организация базового лагеря в средне- и высокогорье.
25. Организация питания при совершении туристских походов в высокогорье.
26. Организация питания в базовом лагере во время проведения альпмероприятия.
27. Организация бытовых условий при постановке базового лагеря, бивака.

Нормативные требования для студентов третьего курса:

№ пп	Упражнение	Мужчины			Женщины		
		оценка			оценка		
		пять	четыре	три	пять	четыре	три
1	Бег 100 метров (сек.)	11,40	12,10	12,40	12,40	13,10	13,40
2	Кросс 3000 метров (мин.)	9,40	10,40	11,30	11,20	12,20	12,50
3	Прыжок в длину с места с двух ног (м.)	2,70	2,50	2,30	2,40	2,30	2,15
4	Подтягивание открытым хватом (раз)	20	18	16	-	-	-
5	Отжимание от скамейки (раз)	-	-	-	32	29	27

6	Плавание 100 метров (мин.)	1,25	1,35	1,45	1,45	2,10	2,40
---	----------------------------	------	------	------	------	------	------

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

1. Страховочное снаряжение для занятий альпинизмом.
 2. Страховочное снаряжение для занятий спелеологией.
 3. Страховочное снаряжение для занятий промышленным альпинизмом.
 4. Звенья страховочной цепи: нагрузка на звенья страховочной цепи, надежность точек страховки.
 5. Применение и назначение узлов в горных видах спорта.
 6. Вязка узлов основных узлов, применяемых в горных видах спорта на время.
- Различные варианты завязывания основных узлов, применяемых в горных видах спорта.
7. Обеспечение безопасности на скальном рельефе.
 8. Обеспечение безопасности на снежном рельефе.
 9. Обеспечение безопасности на ледовом рельефе.
 10. Обеспечение безопасности на осыпных и травянистых склонах.
 11. Обеспечение безопасности при взаимодействии связок альпинистов: взаимная страховка.
 12. Попеременная и одновременная страховка.
 13. Отработка приемов динамической страховки на учебном тренажере, при использовании статической, динамической и статодинамической веревки.
 14. Использование индивидуальной страховочной системы, для обеспечения безопасности.
 15. Использование амортизаторов для динамической страховки.
 16. Техника передвижения по скальному рельефу.
 17. Различия в тренировках на естественном и искусственном скальном рельефе.
 18. Техника передвижения по вертикальному ледовому рельефу.
 19. Техника передвижения по горизонтальному ледовому рельефу: прохождение открытых и закрытых ледников.
 20. Различия в тренировках на естественном и искусственном ледовом рельефе.
 21. Техника передвижения по вертикальным перилам.
 22. Техника передвижения по горизонтальным перилам.
 23. Основные правила закрепления вертикальных и горизонтальных перил.
 24. Составление тактического плана восхождения.
 25. Категорийность горных туристских маршрутов и методика их организации.
 26. Различие стилей восхождения (альпийский, гималайский, осадный) и их применение в зависимости от маршрута и района, в котором совершается восхождение.
 27. Методика совершения соло восхождения.
 28. Составление тактического плана спелеоэкспедиции.
 29. Техника передвижения связок на сложном скальном рельефе.
 30. Основы технической подготовки в альпинизме.
 31. Основы технической подготовки в спортивной спелеологии.
 32. Основы технической подготовки в скалолазании.
 33. Общая физическая подготовка, при занятиях горными видами спорта: правила составления микро-, мезо- и макроциклов.
 34. Особенности специальной физической подготовки при занятиях: альпинизмом, горным туризмом, спелеологией, скалолазанием, ледолазанием.

35. Развитие скоростно-силовых способностей в горных видах спорта.
36. Развитие гибкости в горных видах спорта.
37. Развитие общей и специальной выносливости в горных видах спорта.
2. Обеспечение безопасности при работе на одинарной веревке.
3. Правила подбора снаряжения, при использовании техники SRT.
4. Способы передвижения по вертикальным перилам, при использовании техники SRT.
5. Применение различных спусковых устройств.
6. Организация навески в соответствии с методикой обеспечения безопасности.
7. Организация искусственных точек опоры.
8. Применение отклонителей (дивейторов) и протекторов для повышения безопасности прохождения маршрута.
9. Методика прохождения промежуточных точек крепления, узла, протектора и отклонителя.
10. Структура МЧС и региональных спасательных отрядов.
11. Организация поисково-спасательных работ силами одной группы.
12. Организация поисково-спасательных работ и взаимодействие групп в составе альпмероприятия.
13. Функции начальника спасательного отряда в альпмероприятии.
14. Организация поисково-спасательных работ в пещерах.
15. Транспортировка пострадавшего в горной местности.
16. Транспортировка пострадавшего в пещерах.
17. Методика поиска, попавших в лавину: применение биперов, лавинных зондов, лавинных шнуров.
18. Особенности подготовки спелеоспасателя.
19. Правила категорирования альпинистских, туристских и спелеологических маршрутов.
15. Уровни сложности скалолазных маршрутов по американской, британской, французской, UIAA, саксонской, австралийской, финской, норвежской и бразильской системам.
16. Классификация маршрутов в боулдеринге.
17. Различие в спортивных дисциплинах и маршрутах по скалолазанию (боулдеринг, скорость, трудность).
18. Характеристики естественных полостей (пещер): вертикальные, горизонтальные, лабиринтовые, обводненные и комбинированные.
19. Ориентирование, с использованием компаса, определение азимута.
20. Ориентирование, с использованием топографических карт, схем и описания маршрута.
21. Особенности ориентирование в средне- и высокогорье.
22. Ориентирование в пещерах: применение оборудования для подземного ориентирования.
23. Структура руководящих органов в альпинизме. Федерация альпинизма России.
24. Система альпинистских лагерей в СССР и РФ.
25. Клубные формы работы в альпинизме и спелеологии.
26. Система УТС в альпинизме и спелеологии.
28. Правила безопасности при организации биваков в средне- и высокогорье.
29. Организация базового лагеря в средне- и высокогорье.
30. Организация питания при совершении туристских походов в высокогорье.
31. Организация питания в базовом лагере во время проведения альпмероприятия.
32. Организация бытовых условий при постановке базового лагеря, бивака.

Нормативные требования для студентов четвертого курса:

№ пп	Упражнение	Мужчины			Женщины		
		оценка			оценка		
		пять	четыре	три	пять	четыре	три
1	Бег 100 метров (сек.)	11,30	12,00	12,30	12,30	13,00	13,30
2	Кросс 3000 метров (мин.)	9,30	10,30	11,20	11,10	12,10	12,40
3	Прыжок в длину с места с двух ног (м.)	2,80	2,60	2,40	2,50	2,40	2,25
4	Подтягивание открытым хватом (раз)	21	19	17	-	-	-
5	Отжимание от скамейки (раз)	-	-	-	33	30	28
6	Плавание 100 метров (мин.)	1,15	1,25	1,35	1,35	2,00	2,30

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

а) Основная литература:

1. Байковский Ю.В. Факторы, определяющие тренировку спортсмена в условиях высокогорья и среднегорья : монография / Ю.В. Байковский, Т.В. Байковская. – М.: ТВТ Дивизион, 2010. – 278 с.
2. Байковский Ю.В. Классификация и особенности формирования горных неолимпийских видов спорта : альпинизм, скалолазание, ледолазание, ски-альпинизм, горн. туризм, велотуризм, водный туризм, спелеология, каякинг, каньонинг, бэйскаймбинг, фрирайд : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по спец. 032101 : рек. УМО / Ю.В. Байковский ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма, Каф. теории и методики приклад. и экстрем. видов спорта, Ассоц. горн. гидов, спасателей и пром. альпинистов. - М.: Вертикаль: Анита-пресс, 2005. - 252 с.: ил.
3. Байковский Ю.В. Теория и методика тренировки в горных видах спорта : (альпинизм, скалолазание, ледолазание, ски-альпинизм, горный туризм, велотуризм, водный туризм, спелеология, каякинг, каньонинг, бэйскаймбинг, фрирайд) : учеб.-метод. пособие / Ю.В. Байковский ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма, Каф. теории и методики приклад. видов спорта и экстрем. деятельности. - М.: ТВТ Дивизион, 2010. - 303 с.: ил.
4. Кашевник Б.Л. Аварийно-спасательное снаряжение для работ на высоте с использованием основ и приемов техники альпинизма : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101 : рек. Умо в обл. физ. культуры и спорта /

Б.Л. Кашевник ; [под. ред. Ю.В. Байковского] ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма, Кафедра теории и методики приклад. видов спорта и экстрем. деятельности, ООО "Спаснаряжение". - М.: Вертикаль, 2008. - 183 с.: ил.

6. Федотов Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 032100 : доп. Умо вузов РФ по образованию в обл. физ. культура / Ю.Н. Федотов, И.Е. Востоков ; [под ред. В.А. Таймазова]. - [2-е изд., испр. и доп.]. - М.: Сов. спорт, 2008. - 463 с.: ил.

б) Дополнительная литература:

1. Альпинизм / Под. общ. ред. И. И. Антоновича. - Киев: Вища шк., 1981. - 343 с.: ил.
2. Байковский Ю.В. Психология альпинистских групп. - Элиста: Джангар, 1992. - 136 с.: ил.

4. Вяткин Л.А. Туризм и спортивное ориентирование : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физ. культура" : рек. УМО по специальностям пед. образования / Л.А. Вяткин, Е.Н. Сидорчук. - 3-е изд., стер. - М.: Academia, 2008. - 208 с.: ил.

6. Захаров П.П. Инструктору альпинизма / Захаров П.П. - [3-е изд., перераб. и доп.]. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 277 с.: ил.

7. Кравчук Т.А. Спортивные походы : Норматив. акты: Метод. рекомендации для студентов всех форм обучения, педагогов доп. образования, инструкторов по спорт.-оздоров. туризму / Кравчук Т.А., Зданович И.А.; СибГАФК. - Омск: СибГАФК, 2002. - 71 с.: ил.

8. Кузнецов В.С. Учебное пособие по изучению и использованию методов выполнения высотно-верхолазных работ с применением специальной осанастки и страховочных средств / Кузнецов Владимир Семенович. - Симферополь: Таврия, 2004. - 235 с.

9. Макогонов А.Н. Научные и методические основы туризма в горной и пустынной местности / Макогонов Александр Николаевич. - Алматы: КазАСТ, 2002. - 281 с.: ил.

10. Мартынов А.И. Безопасность и надежность в альпинизме / А.И. Мартынов, И.А. Мартынов. - М.: СпортАкадемПресс, 2003. - 281 с.: ил.

11. Мартынов А.И. Промальп : Промышленный альпинизм / А.И. Мартынов. - М.: ТВТ Дивизион, 2004. - 266 с.: ил.

13. Мартынов А.И. Психология альпинизма / А.И. Мартынов. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 258 с.: ил.

14. Начальная подготовка альпинистов. Ч. 1: Введение / ред. Захаров П.П. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: СпортАкадемПресс, 2003. - 294 с.: ил.

15. Начальная подготовка альпинистов. Ч. 2: Методика обучения / под. общ. ред. П.П.Захарова. - Изд. 2-е, перераб. и доп. - М.: СпортАкадемПресс, 2003. - 292 с.: ил.

16. Окслэйд К. Скалолазание / К. Окслэйд ; [пер. с англ. Н. Полетаевой]. - М.: Мнемозина, 2009. - 32 с.: ил.

17. Спортивная подготовка. Ч. 1 / под общ. ред. Захарова П.П. - М.: ТВТ Дивизион, 2008. - 269 с.: ил.

18. Спортивная подготовка. Ч. 2 / под общ. ред. Захарова П.П. - М.: ТВТ Дивизион, 2008. - 205 с.: ил.

19. Спортивный горный туризм : Наш "ПРОЕКТ" : Орг., подгот. туристов к спортив. путешествиям в горах, практика подгот., тренировка / авт.-сост. Л.А. Максимов. - [М.]: [б. и.], [2011]. - 707 с.: ил.

20. Справочник туриста / [сост. В.В. Онищенко]. - Харьков: Фолио, 2007. - 351 с.: ил.

21. Хаттинг Г. Альпинизм : Техника восхождений, ледолазания, скалолазания : базовое рук. / Гарт Хаттинг ; [пер. с англ. К. Ткаченко]. - М.: Гранд-фаир, 2006. - 158 с.: ил.

22. Хаттинг Г. Скалолазание : базовое рук. по снаряжению и техн. оснащению / Гарт Хаттинг ; [пер. с англ. К. Ткаченко]. - М.: Гранд-фаир, 2006. - 96 с.: ил.

23. Хилл П. Альпинизм : техн. приемы : междунар. справ. / Пит Хилл ; [пер. с англ. Ю. Гольдберга]. - М.: Гранд-фаир, 2008. - 271 с.: ил.
24. Хилл П. Навыки альпинизма : курс тренировок / Пит Хилл, Стюарт Джонстон. - М.: Гранд-фаир, 2005. - 191 с.: ил., табл.
25. Хилл П. Навыки альпинизма : курс тренировок = The mountain skills training Handbook / Пит Хилл, Стюарт Джонстон = Pete Hill, Stuart Johnston ; [пер. с англ. К. Ткаченко]. - 2-е изд., испр. - М.: Гранд-фаир, 2008. - 190 с.: ил.
26. Шуберт П. Безопасность в горах : снаряжение. Страховка : [пер. с нем.] = Sicherheit am Berg / Пит Шуберт, Пеппи Штюкль. - М.: ТВТ Дивизион, 2008. - 164 с.: ил.в)

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Интернет сайты государственных учреждений по спорту:

1. <http://www.minsport.gov.ru/> - Министерство спорта РФ;
2. <http://www.olympic.ru/> - Олимпийский комитет России;
3. <http://knnvs.com/> - Комитет национальных и неолимпийских видов спорта России.

Ассоциации, союзы, федерации по горным видам спорта:

4. <http://www.alpfederation.ru> - Федерация альпинизма России;
5. <http://c-f-r.ru> - Федерация скалолазания России;
6. <http://www.tssr.ru> - Федерация спортивного туризма России.

Спортивные медицинские сайты:

7. <http://medicinesport.ru/> - Спорт и медицина. Технологии спорта

Наиболее популярные сайты по горным видам спорта:

8. <http://www.mountain.ru> - крупнейший российский ресурс, посвященный горам;
 9. <http://www.vvv.ru> - экстремальный приключенческий портал;
 10. <http://www.8848.ru> – вся видеотека горных документальных фильмов;
 11. <http://www.vertimir.ru> - журнал «Вертикальный мир» - все горные и экстремальные виды спорта;
 12. <https://www.risk.ru> - журнал о горах, экспедициях, проектах, людях;
 13. <http://www.extremal.ru> - объединенный туристский сервер России;
 14. <http://www.skitalets.ru> - сервер для туристов и путешественников;
- г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения общетехнологических задач. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796.
Прикладные программные средства		
2.	Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности 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

	<ul style="list-style-type: none"> -Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook 	<p>составе:</p> <p>Редактор текстовый, Редактор табличный, Редактор деловой графики и презентаций Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</p>
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.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

- 7.1. Материально-техническое обеспечение дисциплины предполагает наличие компьютерной техники с целью презентации материалов и принтеров для распечатки тестовых и практических заданий для студентов.
- 7.2. Учебные пособия, лекции, видеофильмы, видеозаписи.
- 7.3. Наличие оборудования и снаряжения для проведения практических занятий и формирования умений и навыков:
 - 7.4. альпинистские веревки;
 - 7.5. карабины;
 - 7.6. оттяжки;
 - 7.7. зажимы кулачкового типа;
 - 7.8. индивидуальные страховочные системы;
 - 7.9. тормозные устройства;
 - 7.10. репшнуры;
 - 7.11. ледорубы;
 - 7.12. кошки;
 - 7.13. каски;
 - 7.14. скальные туфли;
 - 7.15. транспортные мешки;
 - 7.16. рюкзаки;
 - 7.17. палатки;
 - 7.18. спальные мешки;

7.19. карематы.

Перечень кабинетов, лабораторий, мастерских и других помещений:

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, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Скальный тренажер (скалодром).
4. Помещение для хранения, ремонта инвентаря и оборудования для занятий горными видами спорта.

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (горные виды спорта)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности.

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

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

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. Меры обеспечения безопасности при занятиях горными видами спорта 2. Техника и тактика передвижения по различным видам горного рельефа 3. Основы технико-тактической подготовки в горных видах спорта на начальном этапе обучения 4. Формирования индивидуальных двигательных качеств, общая физическая подготовка в горных видах 5. Организация и проведение соревнований по скалолазанию	1-4 недели 5-8 недели 9-13 недели 20-25 недели 31-35 недели	10 10 10 10 10
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	42 неделя	20
4	Сдача дифференцированного зачета (промежуточный контроль)	43-44 недели	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

3	Презентация по теме пропущенного занятия	5
---	--	---

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (горные виды спорта)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методике прикладных видов спорта и экстремальной деятельности.

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. Техника и тактика передвижения по линейной опоре, техника SRT, совершенствование 2. Меры обеспечения безопасности в технике SRT 3. Основы технико-тактической подготовки в горных видах спорта на этапе спортивного совершенствования 4. Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий 5. Организация и проведение соревнований	1-2 недели 11-15 недели 20-21 недели 34-35 недели 36-39 недели	10 10 10 10 10
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	39 неделя	20
4	Сдача дифференцированного зачета (промежуточный контроль)	45 неделя	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (горные виды спорта)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности.

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. Безопасность при взаимодействии связок альпинистов 2. Тактика организации восхождений в альпинизме 3. Тактика, организация и проведение поисково-спасательных мероприятий в горах 4. Тактика организация и спортивного прохождения вертикальных пещер	3-12 недели 16-17 недели 28-34 недели 35-36 недели	15 15 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	38 неделя	20
4	Сдача дифференцированного зачета (промежуточный контроль)	44-45 недели	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных

занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену.

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (горные виды спорта)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности.

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	12
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Классификация альпинистских и скалолазных маршрутов 2. Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий 3. Ориентирование в горной местности 4. Техника передвижение связок на сложном скальном рельефе 5. Спасательные мероприятия на сложном скальном рельефе силами малой группы 6. Соло транспортировка пострадавшего на сложном скальном рельефе	1-7 недели 8-15 недели 21-24 недели 29-30 недели 34-38 недели	8 8 8 8 8
3	Микрозачет по физической подготовке	39 неделя	20
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, сдав экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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



Институт спорта и физического воспитания

**Кафедра теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной
деятельности**

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

«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование (горные виды спорта)»

(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: *среднее профессиональное образование (подготовка специалистов среднего звена)/ бакалавриат, магистратура, подготовка кадров высшей квалификации*

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 освоения дисциплины (модуля): обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по горным видам спорта и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке

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

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (горные виды спорта)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Меры обеспечения безопасности при занятиях горными видами спорта	1-2	12	62		Дифференцированный зачет
2.	Техника и тактика передвижения по различным видам горного рельефа		10	30		
3.	Основы технико-тактической подготовки в горных видах спорта на начальном этапе обучения		10	30		
4.	Формирования индивидуальных двигательных качеств, общая физическая подготовка в горных видах		10	30		
5.	Организация и проведение соревнований по скалолазанию		10	30		
1	Техника и тактика передвижения по линейной опоре, техника SRT, совершенствование	3-4	20	12		Дифференцированный зачет
2.	Меры обеспечения безопасности в техники SRT		10	8		
3.	Основы технико-тактической подготовки в горных видах спорта на этапе спортивного совершенствования		20	12		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		4	8		
5.	Организация и проведение соревнований		6	26		

1	Безопасность при взаимодействии связок альпинистов	5-6	24	18		Дифференцированный зачет
2.	Тактика организации восхождений в альпинизме			16		
3.	Тактика, организация и проведение поисково-спасательных мероприятий в горах		20	16		
4.	Тактика организация и спортивного прохождения вертикальных пещер		16	16		
1	Классификация альпинистских и скалолазных маршрутов	7-8	20	109	9	Экзамен
2.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		2	8		
3.	Ориентирование в горной местности		20	20		
4.	Передвижение группы на сложном скальном рельефе		18	28		
Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)			240	291	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 гребного и парусного спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование
(гребной и парусный спорт)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 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 – 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 гребного и парусного спорта

(наименование)

Протокол № 15 от «11» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена

на основании решения заседания кафедры

Тим гребного и парусного спорта

(наименование)

Протокол № от «»201 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена

на основании решения заседания кафедры

ТиМ гребного и парусного спорта

(наименование)

Протокол № от «»20 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена

на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № ___ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Михайлова Т.В. кпн., профессор, зав. кафедрой Т и М гребного и парусного спорта; Долгова Е.В. кпн. доцент, профессор кафедры Т и М гребного и парусного спорта; Епифанов К.Н. кпн. доцент кафедры Т и М гребного и парусного спорта; Крылов Л.Ю. старший преподаватель кафедры.

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

Рецензент:

Баталов А.Г. кпн., профессор кафедры Теории и методики лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ.

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование» – обеспечить освоение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров для реализации индивидуальных и профессиональных знаний, умений и навыков в осуществлении различных видов профессиональной деятельности специалистов по гребному и парусному спорту: педагогической, тренерской, методической, организационной. Совершенствование общефизической и специальной подготовленности и на этой основе формирование комплекса практических умений и навыков, необходимых будущим специалистам в их самостоятельной профессионально-педагогической деятельности.

2. Место дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (гребной и парусный спорт)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (гребной и парусный спорт)» относится к профессиональному циклу вариативной части (ООП) бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта».

Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра, обусловлено необходимостью формирования у выпускников современных взглядов, при решении сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в области гребного и парусного спорта.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология, Интернет-технологии в спорте, безопасность жизнедеятельности, восстановление в спорте,

врачебный контроль, и др. Данная дисциплина предшествует прохождению спортивно-педагогических практик.

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (гребной и парусный спорт)» ориентирована на запросы детско-юношеского спорта, спорта массовых разрядов, адаптивного и кондиционного спорта, а также на рекреационную и оздоровительную физическую культуру.

Особенность изучаемой дисциплины состоит в том, что акцент сделан на развитие и совершенствование индивидуальной физической подготовленности, овладение практическими умениями и навыками, обеспечивающими реализацию общепрофессиональных и профессиональных компетенций в реальной профессиональной практической деятельности. С учетом этого освоение курса включает подготовку к выполнению требований по профессионально-специализированной физической подготовке.

3. Перечень планируемых результатов обучения 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> - 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 образовательного стандарта.</p> <p><i>Уметь:</i> - применять в профессиональной деятельности</p>	1-8		1-10

	положения дидактики и теории и методики физической культуры; - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и 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 специфика базовых видов спорта.			
	<i>Знать:</i> - основы методики физической культуры и спорта; - принципы и методы обучения в гребном и парусном спорте; - медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся;- требования стандартов спортивной подготовки в гребном и парусном спорте к проведению занятий с данным контингентом.	1-8		1-10
	<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 гребном и парусном спорте с учетом особенностей занимающихся в группах начальной подготовки и требований образовательных стандартов.			
	<i>Владеть:</i> - <i>Владеть:</i> - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в гребном и парусном спорте с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта и спортивной подготовки по виду спорта.			
ОПК-3				
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.	1-8		1-10
	<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.			

	<i>Владеть:</i> - навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев.			
ОПК-8	<p><i>Знать:</i> знать правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта; - документы планирования и проведения соревнований; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - обязанности организаторов и судей соревнований; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.</p> <p><i>Уметь:</i> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; -- - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.</p> <p><i>Владеть:</i> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.</p>	1-8		1-10
ПК-10	<p><i>Знать:</i> - теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; - методики отбора и спортивной ориентации в гребном и парусном спорте; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.</p> <p><i>Уметь:</i> эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - определять предрасположенность к занятиями определенными видами спорта; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.</p> <p><i>Владеть:</i> - умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психологических особенностей занимающихся</p>	1-8		1-10
ПК-11	<p><i>Знать:</i> -федеральный стандарт спортивной подготовки по гребному и парусному спорту, примерные планы</p>	1-8		1-10

	<p>подготовки по виду спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание тренировочного процесса на этапах детско-юношеского и массового спорта; - методы планирования тренировочного процесса. 			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий. 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта; - навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности. 			
ПК-14	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики спортивной тренировки в гребном и парусном спорте; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в гребном и парусном спорте. 	1-8		1-10
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия. 			
	<p><i>Владеть:</i> - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство; - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений. Техничко-тактическими действиями.</p>			
ПК-15	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; - эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки. 	1-8		1-10
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности 			

<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности; - средствами и методами сохранения и поддержания спортивной формы. 			
---	--	--	--

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4 зачетных единиц, 144 академических часа.**

Заочная форма обучения 1 курс

№	Разделы дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Изучение и совершенствование техники в избранных видах спортивной деятельности	1	4	66		
2	Тема 1.1.Изучение и совершенствование техники гребли на судах с уключинным устройством	1	1	22		
3	Тема 1.2. Изучение и совершенствование техники гребли на безуключинных судах	1	1	22		
4	Тема 1.3.Изучение и совершенствование техники парусного спорта.	1	2	22		
5	Раздел 2. Овладение навыками оценки уровня технического мастерства в избранном виде спорта.	2	4	36		
6	Тема 2.1.Овладение навыками оценки уровня технического мастерства в гребном спорте.	2		12		

7	Тема 2.2.Овладение навыками оценки уровня технико-тактического мастерства в парусном спорте.	2		12		
8	Тема 2.3. Совершенствование специальных физических и психических качеств гребцов и яхтсменов.	2	4	12		
9	Раздел 3. Физкультурно-спортивная деятельность в гребном и парусном спорте.	2	2	32		
10	Тема 3.1. Подготовка гребного и парусного инвентаря к учебно-тренировочным занятиям.	2		8		
11	Тема 3.2.Организация и формы проведения УТЗ. Проведение разминки перед занятиями различной направленности.	2	2	8		
12	Тема 3.3.Ведение дневника тренировок и учет тренировочных нагрузок в гребном и парусном спорте.	2		8		
13	Тема 3.4.Судейство соревнований по гребному и парусному спорту.	2		8		
Итого часов: 144		1-2	10	134		Зачет

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4 зачетных единиц, 144 академических часов.**

Заочная форма обучения 2 курс

№	Разделы дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом студентов (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 4. Совершенствование технико-тактического мастерства в избранном виде спорта	3	8	64		

2	Тема 4.1.Совершенствование технико-тактического мастерства в избранном виде гребного спорта	3	4	32		
3	Тема 4.2.Совершенствование технико-тактического мастерства в парусном спорте	3	4	32		
4	Раздел 5. Совершенствование профессионально-педагогических навыков воспитания, обучения и тренировки спортсменов	4	8	64		
5	Тема 5.1. Повышение уровня развития основных физических и психических качеств спортсменов	4	2	22		
6	Тема 5.2.Приобретение и совершенствование навыков обучения технике гребного и парусного спорта	4	4	22		
7	Тема 5.3.Организация тренировочного процесса. Средства и методы тренировки. Планирование тренировочной нагрузки.	4	2	20		
Итого часов: 144		3-4	16	128		Зачет

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4 зачетных единиц, 144 академических часов.**

Заочная форма обучения 3 курс

№	Разделы дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом студентов (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 6. Педагогическая деятельность тренера по гребному и парусному спорту	5-6	16	128		

2	Тема 6.1. Педагогическая характеристика деятельности тренера по гребному и парусному спорту	5-6	4	32		
3	Тема 6.2. Особенности организации работы тренера в ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ, УОР	5-6	4	32		
4	Тема 6.3. Совершенствование профессионально-педагогических навыков работы с молодыми спортсменами. Особенности отбора.	5-6	4	32		
5	Тема 6.4. Совершенствование технического мастерства с использованием технических средств.	5-6	4	32		
Итого часов: 144		5-6	16	128		Зачет

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4 зачетных единиц, 144 академических часа.**

Заочная форма обучения 4 курс

№	Разделы дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 7. Подготовка спортсменов высокой квалификации	7-8	8	64		
2	Тема 7.1. Особенности организации и управления подготовкой спортсменов высокой квалификации	7-8	4	32		

3	Тема 7.2. Совершенствование спортивного мастерства гребцов и яхтсменов высокой квалификации	7-8	4	32		
4	Раздел 8. Организация судейства соревнований	7-8	6	40		
5	Тема 8.1. Организация судейства соревнований по гребле на байдарках и каноэ	7-8	2	12		
6	Тема 8.2. Организация судейства соревнований по гребле на академических судах	7-8	2	12		
7	Тема 8.3. Организация судейства соревнований по парусному спорту	7-8	2	16		
8	Раздел 9. Физкультурно-оздоровительная деятельность	7-8	2	24		
9	Тема 9.1. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием гребного инвентаря.	7-8	1	12		
10	Тема 9.2. Материально-техническое обеспечение физкультурно-оздоровительной, учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	7-8	1	12		
Итого часов: 144		7-8	16	128		Зачет

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4 зачетных единиц, 144 академических часов.**

Заочная форма обучения 5 курс

№	Разделы дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	

1	Раздел 10. Физкультурно-оздоровительная деятельность	9-10	32	103		
2	Тема 10.1. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием гребного инвентаря.	9-10	16	50		
3	Тема 10.2. Материально-техническое обеспечение физкультурно-оздоровительной, учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	9-10	16	53		
Итого часов: 144		9-10	32	103	9	Экзамен

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **7 зачетных единиц, 234 академических часов.**

Очная форма обучения 1курс 1-2 семестр

№	Разделы дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Изучение и совершенствование техники в избранных видах спортивной деятельности	1	26	82		
2	Тема 1.1. Изучение и совершенствование техники гребли на судах с уключинным устройством	1	8	26		
3	Тема 1.2. Изучение и совершенствование техники гребли на безуключинных судах	1	8	26		
4	Тема 1.3. Изучение и совершенствование техники парусного спорта.	1	10	30		

5	Раздел 2. Овладение навыками оценки уровня технического мастерства в избранном виде спорта.	2	12	50		
6	Тема 2.1. Овладение навыками оценки уровня технического мастерства в гребном спорте.	2	4	15		
7	Тема 2.2. Овладение навыками оценки уровня технико-тактического мастерства в парусном спорте.	2	4	15		
8	Тема 2.3. Совершенствование специальных физических и психических качеств гребцов и яхтсменов.	2	4	20		
9	Раздел 3. Физкультурно-спортивная деятельность в гребном и парусном спорте.	2	14	50		
10	Тема 3.1. Подготовка гребного и парусного инвентаря к учебно-тренировочным занятиям.	2	4	15		
11	Тема 3.2. Организация и формы проведения УТЗ. Проведение разминки перед занятиями различной направленности.	2	4	15		
12	Тема 3.3. Ведение дневника тренировок и учет тренировочных нагрузок в гребном и парусном спорте.	2	2	10		
13	Раздел 3.4. Судейство соревнований по гребному и парусному спорту.	2	4	10		
Итого часов: 234		1-2	52	182		Зачет

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4 зачетные единицы, 126 академических часов.**

Очная форма обучения 2 курс 3-4 семестр

№	Разделы дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 4. Совершенствование технико-тактического мастерства в избранном виде спорта	3	30	33		
2	Тема 4.1. Совершенствование технико-тактического мастерства в избранном виде гребного спорта	3	18	18		
3	Тема 4.2. Совершенствование технико-тактического мастерства в парусном спорте	3	12	15		
4	Раздел 5. Совершенствование профессионально-педагогических навыков воспитания, обучения и тренировки спортсменов	4	30	33		
5	Тема 5.1. Повышение уровня Развития основных физических и психических качеств спортсменов	4	10	13		
6	Тема 5.2. Приобретение и совершенствование навыков обучения технике гребного и парусного спорта	4	10	10		
7	Тема 5.3. Организация тренировочного процесса. Средства и методы тренировки. Планирование тренировочной нагрузки	4	10	10		
Итого часов: 126		3-4	60	66		Зачет

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4 зачетные единицы, 126 академических часов.**

Очная форма обучения 3 курс5-6 семестр

№	Разделы дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 6. Педагогическая деятельность тренера по гребному и парусному спорту	5-6	60	66		
2	Тема 6.1. Педагогическая характеристика деятельности тренера по гребному и парусному спорту	5	10	18		
3	Тема 6.2. Особенности организации работы тренера в ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ, УОР	5	20	16		
4	Тема 6.3.Совершенствование профессионально-педагогических навыков работы с молодыми спортсменами. Особенности отбора.	6	20	16		
5	Тема 6.4.Совершенствование технического мастерства с использованием технических средств.	6	10	16		
Итого часов: 126		5-6	60	66		Зачет

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **7 зачетных единиц, 234 академических часов.**

Очная форма обучения 4 курс 7-8 семестр

№	Разделы дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 7. Подготовка спортсменов высокой квалификации	7	30	96		
2	Тема 7.1. Особенности организации и управления подготовкой спортсменов высокой квалификации.	7	10	46		
3	Тема 7.2. Совершенствование спортивного мастерства гребцов и яхтсменов высокой квалификации.	7	20	50		
4	Раздел 8. Организация судейства соревнований	8	20	49		
5	Тема 8.1. Организация судейства соревнований по гребле на байдарках и каноэ	8	6	16		
6	Тема 8.2. Организация судейства соревнований по гребле на академических судах	8	6	16		
7	Тема 8.3. Организация судейства соревнований по парусному спорту	8	8	17		
8	Раздел 9. Физкультурно-оздоровительная деятельность	8	10	20		
9	Тема 9.1. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием гребного инвентаря.	8	6	10		

10	Тема 9.2. Материально-техническое обеспечение физкультурно-оздоровительной, учебно-тренировочной, соревновательной деятельности	8	4	10		
Итого часов: 234		7-8	60	165	9	Экзамен

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости. Промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости. В том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю). Приложение к рабочей программе дисциплины (модуля).

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

Примерный перечень вопросов к зачету 1 курс.

1. Анализ тренировочного процесса, обработка данных личного дневника тренировок.
2. Характеристика тренировочных нагрузок по дневнику тренировочных нагрузок спортсмена.
3. Разминка, подготовительная часть занятия, постановка цели и задач учебно-тренировочного занятия по гребному или парусному спорту.
4. Смета расходов на проведение одного из соревнований по гребному или парусному спорту.
5. Педагогические наблюдения тренировочного процесса в гребном или парусном спорте.
6. Использование инструментальных методик в тренировочном процессе гребцов и яхтсменов.
7. Техника гребли на судах с уключинным устройством.
8. Техника гребли на безуключинных судах.
9. Техника и тактика парусного спорта (класс судов на выбор).
10. Требования к обеспечению безопасности спортсменов на открытой

воде.

11. Основные этапы совершенствования гребного, парусного инвентаря.
12. Основные положения правил соревнований по гребному и парусному спорту.
13. Структура урока-занятия, характеристика его частей.
14. Судейство соревнований по гребному и парусному спорту.
15. Средства и методы совершенствований физических качеств гребцов и яхтсменов.

Примерный перечень вопросов к зачету 2 курс.

1. Общая и специальная физическая подготовка гребцов и яхтсменов (на выбор).
2. Контроль за технической подготовленностью гребцов и яхтсменов.
3. Кинематические характеристики гребкового цикла.
4. Динамические характеристики гребка.
5. Пространственно-временные характеристики гребка.
6. Методика тестирования усилий прикладываемых к лопасти весла в цикле гребка в уключинных судах.
7. Методика тестирования усилий прикладываемых к лопасти весла в цикле гребка в безуключинных судах.
8. Методические приемы начального обучения техники гребли.
9. Разработкой планов-конспектов учебно-тренировочных занятий.
10. Подготовка гребного инвентаря (лодки для спринта и марафона) в зависимости от погодных условий).
11. Выбор и подбор гребного или парусного инвентаря.
12. Основы обучения двигательному действию в гребном или парусном спорте.
13. Закономерности образования двигательного навыка.
14. Формы организации и проведения занятий в гребном и парусном спорте.
15. Планирование тренировочных нагрузок в годичном цикле подготовки

(принципы и положения).

Примерный перечень вопросов к зачету 3 курс.

1. Комплексная оценка физической и технической подготовленности.
2. Тестирование в гребном спорте (тренажер Concept-2).
3. Оценка технической подготовки по анализу скорости прохождения отдельных отрезков дистанции.
4. Варианты тактики прохождения дистанций в гребном спорте.
5. Разработка документов планирования и проведения соревнований.
6. Требования к обеспечению безопасности спортсменов на воде.
7. Последовательность обучения в гребном и парусном спорте.
8. Методика комплексного использования словесных, наглядных и практических методов обучения.
9. Комплексная оценка профессиональной физической и технической подготовленности.
10. Особенности отбора в гребном и парусном спорте.
11. Критерии отбора одаренных спортсменов в гребном и парусном спорте.
12. Принципы обучения и воспитания в гребном и парусном спорте.
13. Организация работы тренера в ДЮСШ и УОР.
14. Педагогическая деятельность тренера в гребном и парусном спорте.
15. Совершенствование профессионально-педагогических навыков в работе с молодыми спортсменами.

Примерный перечень вопросов к экзамену 4 курс.

1. Оценка технико-тактического мастерства гребцов и яхтсменов высшей квалификации.
2. Разработка документов планирования и проведения соревнований.
5. Основные положения правил соревнований по гребному и парусному спорту.
6. Разработка документов планирования и проведения соревнований.
7. Материально-техническое обеспечение гребного и парусного спорта.

8. Этап спортивного совершенствования и долголетия в спорте.
9. Гребной и парусный спорт как средство физкультурно-оздоровительной деятельности.
10. Управление подготовкой высококвалифицированных спортсменов.
11. Контроль эффективности физической работоспособности спортсменов высокой квалификации.
12. Способы, средства и методы восстановления организма спортсмена после тренировочных нагрузок различной интенсивности.
13. Совершенствование спортивного мастерства гребцов и яхтсменов высокой квалификации.
14. Виды подготовки в гребном и парусном спорте.
15. Спортивные сооружения и оснащение в гребном и парусном спорте.

Примерный перечень вопросов к экзамену 5 курс (заочное обучение).

1. Материально-техническое обеспечение гребного и парусного спорта.
2. Этап спортивного совершенствования и долголетия в спорте.
3. Гребной и парусный спорт как средство физкультурно-оздоровительной деятельности.
4. Управление подготовкой высококвалифицированных спортсменов.
5. Контроль эффективности физической работоспособности спортсменов высокой квалификации.
6. Способы, средства и методы восстановления организма спортсмена после тренировочных нагрузок различной интенсивности.
7. Спортивные сооружения и оснащение в гребном и парусном спорте.
8. Основные этапы совершенствования гребного, парусного инвентаря.
9. Судейство соревнований по гребному и парусному спорту
10. Физкультурно-оздоровительная деятельность в гребном и парусном спорте..

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

а) Основная литература:

1. Академическая гребля / ред. Хербергера Э. - 4-е изд. перераб. – М.: ФИС, 1979.- 183с. Ил.
2. Беркутов А.Н. Техника гребли и методика обучения: учеб.-метод.пособие: ЭМС РГУФКСМиТ, М.: - 2007.- 19с.
3. Бурлаков И.Р., Неминуший Г.П. Специализированные сооружения для водных видов спорта: учеб. Пособие для студ. акад. и инст. физич.культуры/ - М.: Спортакадем Пресс, 2002.- 285с.: ил.
4. Гребной спорт: Учебник для студ. высш. пед. заведений/Т.В. Михайлова, А.Ф. Комаров, Е.В. Долгова, И.С. Епищев - М.: Издательский центр «Академия», 2006- 400с.
5. Демьянов И.Я. Все о гребле / Демьянов И.Я.- Спб.: Лимбус Пресс, 2000.
6. Долгова Е.В., Михайлова Т.В. Техника безопасности на занятиях гребным спортом. Правила плавания по водным путям России. Методическая разработка для студентов РГУФК.- М.: РГУФК, 2004.
7. Егоренко Л.А. Организация и проведение соревнований в гребном спорте: учеб.пособие для студентов вузов/ С.-Петерб. гос. ун-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта - Спб. 2006- 93с.: табл.
8. Егоренко Л.А. Особенности занятий греблей с лицами среднего, старшего и пожилого возраста: учеб.пособие для студентов вузов/ С.-Петерб. гос. ун-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта - Спб. 2006- 51с.: табл.
9. Комаров А.Ф. Эволюция гребного инвентаря и техники гребли в академических судах: метод.разраб. для студентов ГЦОЛИФК / Комаров А.Ф./ М.. 1991 – 40с.
10. Михайлова Т.В., Беркутов А.Н. Гребля академическая: примерные

программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, СДЮШОР и ШВСМ.-М., 2004.

б) Дополнительная литература:

1. Акименко В.И. Технологии подготовки в парусном спорте / В. И. Акименко – М.: Моркнига, 2010. – 311 с.
2. Бонд Б. Справочник яхтсмена. Пер. с англ. – Л.: Судостроение, 1989. -336с.
3. Брейден Т. Хождение под парусом. Настольная книга яхтсмена.- пер. с англ. – М.: Гранд фаир, 2005.- 318с.: ил.
4. Гладстоун Б. Настройка гоночной яхты / Б. Гладстоун – М.: Аякс-Пресс, 2008. – 216 с.
5. Гладстоун Б. Тактика парусных гонок / Б. Гладстоун – М.: Аякс-Пресс, 2008. – 240 с.ил.
6. Гребля академическая: примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ. СДЮШОР и ШВСМ/составители Михайлова Т.В, Беркутов А.Н.. – М.: 2004.
7. Гребля на байдарках и каноэ: Примерная программа для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ/ Составитель: Каверин В.Ф.- М.: Советский спорт, 2004.
8. Дасс Р. Маневры под парусом /Дасс Р., Э Краузе: (пер. с нем.)/ - М.: Аякс-пресс, 2007- 140с. ил.
9. Денк Р. Школа паруса в вопросах и ответах / Р. Денк – М.: Аякс-Пресс, 2014. – 128 с.
10. Деянова А. В. Парусный спорт. Методика начального обучения в классе яхт «Оптимист» / А. В. Деянова – М.: ВФПС, 2013. – 104 с.
11. Комаров А.Ф. Совершенствование спортивной тренировки в гребном спорте. – М.: ГЦОЛИФК, 1981.
12. Кужель Ю.А. Парусный спорт и туризм. – М.: АСТ Астрель. 2001, - 224с.
13. Лифанов А.А., Салахияев Р.Р., Фомина Е.В. Методика преподавания и обучения гребным видам спорта в вузе. Учебно-методическое пособие.- Казань, КФУ, 2015- 52с.

14. Ларин Ю. А. Спортивная подготовка яхтсменов / Ю. А. Ларин – Ростов-на-Дону: Феникс, 2005. – с.
15. Логинов В.И. Яхтенное дело.- М.: Элмор, 2005.- 872с.
16. Нечаев А.В. Моделирование тренировочных нагрузок для развития выносливости юных гребцов-академистов посредством бега / А.В. Нечаев // Теория и практика физ. культуры. - 2014. - N 2. - С. 44.
17. Правила парусных гонок 2017-2020: офиц. текст. – М.: ВФПС, 2017.
18. Слимейкер Р. Серьезные тренировки для спортсменов на выносливость : [пер. с англ.] / Роб Слимейкер, Рэй Браунинг. - [Испр. изд.]. - [Мурманск]: Тулома, 2013. - 324 с.: ил.
19. Слэтер Ф. Гонки «Оптимистов» (пер.с англ.)- М.: Аякс-Пресс. 2008- 95с.
20. Томилин К. Г. Парусный спорт. Годичный цикл подготовки квалифицированных гонщиков / К. Г, Томилин, Т. В. Михайлова, М. М. Кузнецова – М.: Физическая Культура, 2008. – 218 с.
21. Томилин К.Г. Водные виды рекреации: учеб. пособие для студ. ин-та физ. культуры:, М-во образования РФ – Сочи: РИО СГУТ иКД, 2004-149с.ил.
22. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта парусный спорт [федер. стандарт: утвержден приказом Минспорта России от 30 августа 2013 г. N 696 по состоянию на 15 января 2015 г]. – 20 с.
23. Шуппе И. Парусный спорт – М.: АСТ Астрель.2005- 143с.ил.

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

1. Казанцев В.В. Поход выходного дня – скорее идол, чем венец творения?! Зачем «походу выходного дня» с детьми его «выходной» статус??? http://madut.narod.ru/ak_bibl/kazanc/kazanc1.html
2. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. http://skitalets.ru/books/med_kostor/index.htm

3. Лукоянов П.И. Самодельное туристическое снаряжение. <http://skitalets.ru/books/samodsnar/about.htm>
 4. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. http://skitalets.ru/books/organiz_popchik/index.htm <http://hibaratxt.narod.ru/organiz/index.html>
 5. Русский турист (Нормативные акты по спортивно-оздоровительному туризму в России), 2001
г. <http://hibaratxt.narod.ru/doc/rusturist/index.html>
 6. Шаховец В.В. Памятка спасателя. Руководство к действиям спасателей в оказании первой медицинской помощи. <http://extrotur.narod.ru/text/pamspas.htm>
 7. Шимановский В.Ф. Переправы вброд через водные преграды. <http://skitalets.ru/books/brod.exe>
 8. Штюрмер Ю.А. Карманный справочник туриста. <http://hibaratxt.narod.ru/karemansprav/index.html> http://skitalets.ru/books/sprav_shtrum/index.htm <http://www.outdoors.ru/book/sptur/index.php>
 9. Штюрмер Ю.А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. http://skitalets.ru/books/shturm_opasnosti/index.htm
 10. www.rowing39.ru
 11. www.rowingrussia.ru
 12. www.kayak-canoer.ru
 13. spb-greblya.ru
 14. wwslalom.ru
 15. moscanoe.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 – MicrosoftOfficeStandard.
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 «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru
- 4.

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, индивидуальных¹ и групповых² консультаций скомплектом аудиторной мебели, ученической доской.
1. Учебно-методическая литература: учебники, учебные пособия, научная и специальная литература (методический кабинет кафедры).

2. Специальная периодическая литература и другие периодические информационные материалы (методический кабинет кафедры).
3. Учебно-методические материалы, подготовленные преподавателями кафедры (методический кабинет кафедры).
4. Гребной инвентарь кафедры гребного и парусного спорта (академические суда, байдарки, каноэ, слаломные надувные суда) слайды, подушка для каноэ. Спасательные средства для учебно-тренировочных занятий, казанка (поплавки, балласт)
5. Экспонаты музея РГУФКСМиТ.
6. Учебные фильмы (сайт РГУФКСМиТ) и видео материалы Олимпийских Игр, Чемпионатов мира и Европы по гребному и парусному спорту, водному слалому (методический кабинет кафедры).
7. Диск CD- ROM, ООО " Кордис Медиа" по заказу Федерации гребного спорта РФ, М.:, 2002.
8. Чертов А. Электронный учебник «Гребля на байдарках» 2010. Таганрог.
9. Уравновешенность и устойчивость к стрессу. Аутогенная тренировка. РАО, 2007.
10. Мультимедийный учебник «Биомеханика гребли» В. Клешнева, 1999-2007 гг.
11. Мультимедийный учебник А.Н. Беркутов «Академическая гребля»
12. Видеозаписи Олимпийских игр Рио-2016г.
13. Видеозаписи соревнований по академической гребле между Кембриджским и Оксфордским университетами (2001-2016 гг.)
14. Видеозаписи этапов Кубка Мира по гребле на байдарках и каноэ (2003-2016 гг.)
15. Видеозаписи этапов Кубка Мира по академической гребле (2003-2016 гг.)
16. Видеозаписи международных парусных регат (2003- 2016 гг.)

Научная аппаратура:

- электронный комплекс В. Клешнева «Электронный тренер»

Регистрация темпа, ритма, скорости, усилия на весле, передача усилия на экран монитора и регистрация формы кривых, кинематические и динамические характеристики, временные и пространственные параметры ГМС.

- навигационный приемник GarminForerunner 305 HR (3 шт.)
 - Гребной эргометр, гребные тренажеры Concept-2
- Монитор сердечного ритма Polar 800 Multi (5 комплектов)
- Дыхательный тренажер «PowerBreathe» СПОРТ (5 комплектов)
- Многофункциональный секундомер
- Видеокамера «Panasonic»

А также использование научной аппаратуры НИИ Спорта РГУФКСМиТ
Компьютерный класс оргтехника:

- Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г
- Компьютер офисный
- Ноутбук, принтер, сканер.

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 гребного и парусного спорта

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

**«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование
(гребной и парусный спорт)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

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 – 2017 г.

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

2. Семестр освоения дисциплины (модуля): 1-8 семестр очная и 1-10 семестры – заочная форма обучения.

3. Цель освоения дисциплины (модуля):

Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование» – обеспечить освоение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта». Реализация индивидуальных и профессиональных знаний, умений и навыков в осуществлении различных видов профессиональной деятельности специалистов по гребному и парусному спорту: педагогической, тренерской, методической, организационной. Совершенствование общефизической и специальной подготовленности и на этой основе формирование комплекса практических умений и навыков, необходимых будущим специалистам в их самостоятельной профессионально-педагогической деятельности.

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

В результате освоения дисциплины (модуля) должны быть сформированы общепрофессиональные и профессиональные компетенции.

Обучающийся освоивший дисциплину (модуль) должен обладать следующими **компетенциями (ОК):**

- 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).

**5. Краткое содержание дисциплины (модуля):
Заочная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр-курс	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Изучение и совершенствование техники в избранных видах спортивной деятельности	1-2	4	66		Зачет
2	Раздел 2. Овладение навыками оценки уровня технического мастерства в избранном виде спорта.	1-2	4	36		
3	Раздел 3. Физкультурно-спортивная деятельность в гребном и парусном спорте.	1-2	2	32		
4	Раздел 4. Совершенствование технико-тактического мастерства в избранном виде спорта	3	8	64		Зачет
5	Раздел 5. Совершенствование профессионально-педагогических навыков воспитания, обучения и тренировки спортсменов	4	8	64		
6.	Раздел 6. Педагогическая деятельность тренера по гребному и парусному спорту	5-6	16	128		Зачет
7	Раздел 7. Подготовка спортсменов высокой квалификации	7-8	8	64		Зачет
8	Раздел 8. Организация судейства соревнований	7-8	6	40		
9	Раздел 9. Физкультурно-оздоровительная деятельность.	7-8	2	24		
10	Раздел 10. Физкультурно-оздоровительная деятельность.	9-10	32	103	9	Экзамен
Итого часов: 720		1-10	90	621	9	

**5. Краткое содержание дисциплины (модуля):
Очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия практические	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Изучение и совершенствование техники в избранных видах спортивной деятельности	1	26	82		Зачет
2	Раздел 2. Овладение навыками оценки уровня технического мастерства в избранном виде спорта.	2	12	50		
3	Раздел 3. Физкультурно-спортивная деятельность в гребном и парусном спорте.	2	14	50		
4	Раздел 4. Совершенствование технико-тактического мастерства в избранном виде спорта	3	30	33		Зачет
5	Раздел 5. Совершенствование профессионально-педагогических навыков воспитания, обучения и тренировки спортсменов	4	30	33		
6.	Раздел 6. Педагогическая деятельность тренера по гребному и парусному спорту	5-6	60	66		Зачет
7	Раздел 7. Подготовка спортсменов высокой квалификации	7	30	96	9	Экзамен
8	Раздел 8. Организация судейства соревнований	8	20	49		
9	Раздел 9. Физкультурно-оздоровительная деятельность.	8	10	20		
Итого часов: 720		1-8	232	479	9	

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование» для обучающихся ИСиФВ 1 курса, 5 группы направления подготовки/специальности «Физическая культура» (профилю) «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»

Очная/заочная формы обучения 2016 г.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гребного и парусного спорта.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 курс 1-2 семестр – очная; 1 курс 1-2 семестр – заочная форма обучения.

Форма промежуточной аттестации: *Зачет - 2 семестр*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ³	Максимальное количество баллов на оценку (5-4-3)
1	<i>Выполнение практического задания №1 по разделу 1 «Демонстрация техники в смежных видах гребного и парусного спорта»</i>	2-10 неделя	15-12-9
2	<i>Выполнение практического задания №2 по разделу 3: «Гребной инвентарь и его подготовка к учебно-тренировочным занятиям»</i>	12-15 неделя	15-12-9
3	<i>Выполнение практического задания №3 по разделу 2: «Визуальная оценка техники гребных видов спорта и парусного спорта»</i>	24-30 неделя	15-12-9
4	<i>Выполнение практического задания №4 по разделу 3 «Проведение учебно-тренировочного занятия»</i>	32-35 неделя	15-12-9
5	<i>Отчет по ведению дневника спортивных тренировок.</i>	<i>В течение 1-2 семестра</i>	10-5-3
5	<i>Посещение занятий (1 занятие - 0,4 балла - очная) (1 занятие- 1 балла заочная форма обучения)</i>	<i>В течение семестра</i>	10
	Сдача зачета	43 неделя	20 -15-10
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустившим занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Выполнение практического задания №3 по разделу 2: «Визуальная оценка техники гребных видов спорта»</i>	15
2	<i>Выполнение практического задания №3 по разделу 2: «Визуальная оценка техники парусного спорта»</i>	15
3	<i>Написание реферата по теме: «Методика организации и судейства соревнований в гребном или парусном виде спорта» (на выбор)</i>	10
4	<i>Написание реферата по теме: «Совершенствование физических качеств в гребных и парусных видах спорта» (на выбор)</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.

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 51 баллов, в противном случае студент не допускается к зачету. Обучающийся имеет возможность, сдать зачет на «удовлетворительно», «хорошо» или «отлично» (10- 15- 20 баллов) и 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» для обучающихся ИСиФВ 2 курса, 5 группы направления подготовки/специальности «Физическая культура» (профилю) «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»

Очная/заочная формы обучения 2016 г.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гребного и парусного спорта.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 курс 3-4 семестр – очная; 2 курс 3-4 семестр – заочная форма обучения.

Форма промежуточной аттестации: *Зачет – 4 семестр*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ⁴	Максимальное количество баллов на оценку (5-4-3)
1	<i>Выполнение практического задания №1 раздел 4: «Оценка технического мастерства в гребном спорте» Тестирование Сопсерт-2. Сдача нормативов.</i>	2-10 неделя	15-12-9
2	<i>Выполнение практического задания №2 по разделу 5: «Воспитание основных физических качеств» гребцов и яхтсменов» Тестирование. Сдача нормативов.</i>	12-15 неделя	15-12-9
3	<i>Написание реферата по теме: «Совершенствование физических качеств в гребных и парусных видах спорта» (на выбор)</i>	24-30 неделя	15-12-9
4	<i>Выполнение практического задания № 3 по разделу 5 «Проведение учебно-тренировочного занятия»</i>	32-35 неделя	15-12-9
5	<i>Отчет по ведению дневника спортивных тренировок.</i>	<i>В течение 3-4 семестра</i>	10-5-3
5	<i>Посещение занятий (1 занятие - 0,4 балла - очная) (1 занятие - 1 балла заочная форма обучения)</i>	<i>В течение семестра</i>	10
	Сдача зачета	43 неделя	20 -15-10
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустившим занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение практического задания №1 раздел 4: «Оценка технического мастерства в гребном спорте» Тестирование Concept-2. Сдача нормативов.	15
2	Выполнение практического задания №2 по разделу 5: «Воспитание основных физических качеств» гребцов и яхтсменов» Тестирование. Сдача нормативов.	15
3	Отчет по ведению дневника спортивных тренировок.	10
4	Написание реферата по теме: «Методика обучения технике в гребных и парусных видах спорта» (на выбор)	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.

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 51 баллов, в противном случае студент не допускается к зачету. Обучающийся имеет возможность, сдать зачет на «удовлетворительно», «хорошо» или «отлично» (10- 15- 20 баллов) и 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» для обучающихся ИСиФВ 3 курса, 5 группы направления подготовки/специальности «Физическая культура» (профилю) «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»

Очная/заочная формы обучения 2016 г.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методике гребного и парусного спорта.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 курс 5-6 семестр – очная; 3 курс 5-6 семестр – заочная форма обучения.

Форма промежуточной аттестации: Зачет – 6 семестр

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ⁵	Максимальное количество баллов на оценку (5-4-3)
1	Выполнение практического задания №1: «Оценка технического мастерства в гребном спорте» Тестирование Консерт-2. Сдача нормативов.	2-10 неделя	15-12-9
2	Выполнение практического задания №2: «Оценка функциональной подготовленности гребцов и яхтсменов» Тестирование. Сдача нормативов.	12-15 неделя	15-12-9
3	Написание реферата по теме: «Методика организации и судейства соревнований в гребном и парусном спорте» (на выбор)	24-30 неделя	15-12-9
4	Выполнение практического задания № 3 «Совершенствование физических качеств» гребцов и яхтсменов» Проведение учебно-тренировочного занятия	32-35 неделя	15-12-9
5	Отчет «Анализ технического мастерства высококвалифицированных спортсменов» (по видеозаписи)	В течение 5-6 семестра	10-5-3
5	Посещение занятий (1 занятие - 0,4 балла - очная) (1 занятие - 1 балла заочная форма обучения)	В течение семестра	10
	Сдача зачета	43 неделя	20 -15-10
	ИТОГО		100 баллов

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение практического задания №1 раздел 4: «Оценка технического мастерства в гребном спорте» Тестирование Concept-2. Сдача нормативов.	15
2	Выполнение практического задания №2 по разделу 5: «Воспитание основных физических качеств» гребцов и яхтсменов» Тестирование. Сдача нормативов.	15
3	Написание реферата по теме: «Методика отбора в гребной и парусный спорт» (на выбор)	10
4	Написание реферата по теме: «Методика обучения технике в гребных и парусных видах спорта» (на выбор)	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.

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 51 баллов, в противном случае студент не допускается к зачету. Обучающийся имеет возможность, сдать зачет на «удовлетворительно», «хорошо» или «отлично» (10- 15- 20 баллов) и 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» для обучающихся ИСиФВ 4 курса, 5 группы направления подготовки/специальности «Физическая культура» (профилю) «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»

Очная/заочная формы обучения 2016 г.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методике гребного и парусного спорта.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 курс 7-8 семестр – очная; 4 курс 7-8 семестр – заочная форма обучения.

Форма промежуточной аттестации: Экзамен – 8 семестр-очная.; Зачет- 8 семестр заочная форма обучения

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) ^б	Максимальное количество баллов на оценку (5-4-3)
1	<i>Выполнение практического задания №1: «Оценка технического мастерства в гребном спорте» Тестирование Концерт-2. Сдача нормативов.</i>	2-10 неделя	15-12-9
2	<i>Выполнение практического задания №2: «Оценка функциональной подготовленности гребцов и яхтсменов» Тестирование. Сдача нормативов.</i>	12-15 неделя	15-12-9
3	<i>Написание реферата по теме: «Методика организации и судейства соревнований в гребном и парусном спорте» (на выбор)</i>	24-30 неделя	15-12-9
4	<i>Выполнение практического задания № 3 «Средства гребного и парусного спорта на занятиях оздоровительной направленности» Проведение учебно-тренировочного занятия</i>	32-35 неделя	15-12-9
5	<i>Отчет «Анализ выступлений высококвалифицированных спортсменов» (по протоколам соревнований)</i>	<i>В течение 5-6 семестра</i>	10-5-3
5	<i>Посещение занятий (1 занятие - 0,4 балла - очная) (1 занятие - 2 балла заочная форма обучения)</i>	<i>В течение семестра</i>	10
	Сдача экзамена/зачета	43 неделя	20 -15-10
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустившим занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Выполнение практического задания №1 раздел 4: «Оценка технического мастерства в гребном спорте» Тестирование Concept-2. Сдача нормативов.</i>	15
2	<i>Выполнение практического задания №2 «Оценка функциональной подготовленности гребцов и яхтсменов» Тестирование. Сдача нормативов.</i>	15
3	<i>Написание реферата по теме: «Методика проведения занятий оздоровительной направленности с использованием средств гребного и парусного спорта»</i>	10
4	<i>Написание реферата по теме: «Результаты и анализ выступлений высококвалифицированных гребцов и яхтсменов на мировой арене» (на выбор)</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.

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

К экзамену/зачету допускается студент, набравший не менее 51 баллов, в противном случае студент не допускается к экзамену/зачету. Обучающийся имеет возможность, сдать экзамен/зачет на «удовлетворительно», «хорошо» или «отлично» (10- 15- 20 баллов) и 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» для обучающихся ИСиФВ 5 курс, 5 группы направления подготовки/специальности «Физическая культура» (профилю) «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»

Заочная форма обучения 2016 г.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гребного и парусного спорта.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 курс 9 - 10 семестр – заочная форма обучения.

Форма промежуточной аттестации: Экзамен – 10 семестр

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ⁷	Максимальное количество баллов на оценку (5-4-3)
1	<i>Выполнение практического задания №1: «Оценка технического мастерства в гребном спорте» Тестирование Концерт-2. Сдача нормативов.</i>	2-10 неделя	15-12-9
2	<i>Выполнение практического задания №2: «Оценка функциональной подготовленности гребцов и яхтсменов» Тестирование. Сдача нормативов.</i>	12-15 неделя	15-12-9
3	<i>Написание реферата по теме: «Методика организации и судейства соревнований в гребном и парусном спорте» (на выбор)</i>	24-30 неделя	15-12-9
4	<i>Выполнение практического задания № 3 «Средства гребного и парусного спорта на занятиях оздоровительной направленности» Проведение учебно-тренировочного занятия</i>	32-35 неделя	15-12-9
5	<i>Отчет «Анализ выступлений высококвалифицированных спортсменов» (по протоколам соревнований)</i>	<i>В течение 5-6 семестра</i>	10-5-3
5	<i>Посещение занятий (1 занятие - 0,4 балла - очная) (1 занятие - 2 балла заочная форма обучения)</i>	<i>В течение семестра</i>	10
	Сдача экзамена	43 неделя	20 -15-10
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустившим занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Выполнение практического задания №1 раздел 4: «Оценка технического мастерства в гребном спорте» Тестирование Концерт-2. Сдача нормативов.</i>	15
2	<i>Выполнение практического задания №2 «Оценка функциональной подготовленности гребцов и яхтсменов» Тестирование. Сдача нормативов.</i>	15
3	<i>Написание реферата по теме: «Методика проведения занятий оздоровительной направленности с использованием средств гребного и парусного спорта»</i>	10
4	<i>Написание реферата по теме: «Результаты и анализ выступлений высококвалифицированных гребцов и яхтсменов на мировой арене» (на выбор)</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.

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 51 баллов, в противном случае студент не допускается к экзамену. Обучающийся имеет возможность, сдать экзамен на «удовлетворительно», «хорошо» или «отлично» (10- 15- 20 баллов) и 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

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование
(греко-римская 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:

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

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

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

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (греко-римская борьба)»: обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий по греко-римской борьбе и поддержание их спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (греко-римская 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 греко-римской борьбы виды спорта и др.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	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 греко-римской 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 греко-римской борьбе.	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 антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в греко-римской борьбе	5 6		
ПК-11	Уметь: - разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в греко-римской борьбе	5 6		
	Владеть: - навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по греко-римской борьбе	7 8		
ПК-14	Уметь: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта (греко-римская 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 (греко-римская 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 (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (греко- римская борьба)»	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 греко-римской борьбе.			12	62		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по греко-римской борьбе.			4	10		
1.2	Подготовка мест занятий по греко-римской борьбе и изучение инструкций по технике безопасности.				10		
1.3	Занятия греко-римской 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 греко-римской 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		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий по греко-римской борьбе.			20	12		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной части занятий по греко-римской борьбе.			4	8		
1.2	Занятия греко-римской борьбой по программе начальной углубленной спортивной специализации.			10			
1.3	Самоконтроль в процессе занятий по греко-римской 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 греко-римской борьбы.			4	4		
3.2	Методики обучения в греко-римской 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 греко-римской борьбе.			6	26		
III курс	Всего: 126 часов (3,5 зачетных единиц).	5-6		60	66		Дифференцированный зачет

1.	Организация и проведение занятий по греко-римской борьбе.			24	18		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами спортивных школ по греко-римской борьбе.			2	6		
1.2	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах спортивных школ по греко-римской борьбе			2	4		
1.3	Изучение структуры и организации работы спортивных школ по греко-римской борьбе.				8		
1.4	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий по греко-римской борьбе			20			
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.			20	16		
3.1	Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в греко-римской борьбе.			10	8		
3.2	Хронометраж занятий по греко-римской борьбе.			10	8		
4.	Организация и проведение соревнований			16	16		
4.1	Формирование навыков судейства в качестве судей по греко-римской борьбе.			16	16		
IV курс	Всего: 234 часа (3,5 зачетных единиц).	7-8		60	165	9	Экзамен
1.	Организация и проведение занятий по греко-римской борьбе.			20	109		
1.1	Проведение занятий с группами спортивного совершенствования по греко-римской 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 греко-римской борьбе.			2	8		
3.	Управление процессом спортивной подготовки.			20	20		
3.1	Навыки определения уровня специальных качеств в греко-римской борьбе.			20	20		
4.	Организация и проведение соревнований			18	28		
4.1	Разработка и написание положения о соревнованиях по греко-римской борьбе.			4	4		
4.2	Составление сметы на проведение соревнований по греко-римской борьбе.			4	4		
4.3	Организация и проведение соревнований в греко-римской 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 (греко-римская борьба)»

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. 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 греко-римской борьбе.
2. Основы применения общеразвивающих упражнений в подготовительной части занятий по греко-римской борьбе.
3. Основы применения акробатических упражнений в подготовительной части занятий по греко-римской борьбе.
4. Основы применения беговых и игровых упражнений в подготовительной части занятий по греко-римской борьбе.
5. Основы применения специально-подготовительных упражнений в подготовительной части занятий по греко-римской 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 греко-римской борьбы в стойке из группы прогибом.
10. Основы правильной техники выполнения базовых приемов греко-римской борьбы в стойке из группы подворотом.
11. Основы правильной техники выполнения базовых приемов греко-римской борьбы в стойке из подкласса переводы.
12. Основы правильной техники выполнения базовых приемов греко-римской борьбы в стойке из групп наклоном и поворотом.
13. Основы правильной техники выполнения базовых приемов греко-римской борьбы в стойке из групп вращением, сбиванием и скручиванием.
14. Основы правильной техники выполнения базовых приемов греко-римской борьбы в стойке из подкласса сваливания.
15. Основы правильной техники выполнения базовых приемов греко-римской борьбы в партере из подкласса броски.
16. Основы правильной техники выполнения базовых приемов греко-римской борьбы в партере из подкласса перевороты. Основы правильной техники выполнения базовых приемов греко-римской борьбы в партере из подкласса удержания.
17. Показ и анализ техники греко-римской борьбы в стойке из подгруппы броски.
18. Показ и анализ техники греко-римской борьбы в стойке из подгруппы переводы.
19. Показ и анализ техники греко-римской борьбы в стойке из подгруппы сваливания.
20. Показ и анализ техники греко-римской борьбы в партере из подгруппы броски.
21. Показ и анализ техники греко-римской борьбы в партере из подгруппы перевороты.
22. Показ и анализ техники греко-римской 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 греко-римской борьбе.
2. Основы применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по греко-римской борьбе.

3. Основы применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по греко-римской борьбе.
4. Основы применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по греко-римской борьбе.
5. Особенности применения упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по греко-римской борьбе.
6. Особенности применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по греко-римской борьбе.
7. Особенности применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по греко-римской борьбе.
8. Особенности применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по греко-римской борьбе.
9. Навыки использования упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по греко-римской 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 греко-римской 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 греко-римской борьбе, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.
12. Навыки использования упражнений растяжение в заключительной части занятий по греко-римской 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 греко-римской 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 греко-римской борьбе на начальном этапе.
2. Разработка программы спортивной подготовки по греко-римской борьбе на этапе начальной углубленной спортивной специализации.
3. Особенности реализации программы спортивной подготовки по греко-римской борьбе на начальном этапе.
4. Особенности реализации программы спортивной подготовки по греко-римской борьбе на этапе начальной углубленной спортивной специализации.
5. Навыки планирования тренировочных занятий по греко-римской борьбе с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе многолетней подготовки.
6. Навыки планирования занятий по греко-римской борьбе с учетом особенностей занимающихся на этапе начальной углубленной спортивной специализации.
7. Навыки проведения тренировочных занятий по греко-римской борьбе с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе подготовки.
8. Навыки проведения тренировочных занятий по греко-римской борьбе с учетом особенностей занимающихся на этапе начальной углубленной спортивной специализации.
9. Определение уровня работоспособности борцов.
10. Выполнение функции арбитра при проведении соревнований по греко-римской борьбе.
11. Выполнение функции секретаря при проведении соревнований по греко-римской борьбе.
12. Применение методики по определению антропометрических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в греко-римской борьбе
13. Применение методики по определению физических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в греко-римской борьбе.
14. Применение методики по определению психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в греко-римской 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 греко-римской 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 греко-римской 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 греко-римской борьбе.
15. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в греко-римской борьбе.
16. Оценка результатов индивидуальной спортивной деятельности за период обучения в вузе.
17. Особенности тестирования работоспособности спортсменов в греко-римской борьбе на этапе спортивного совершенствования.
18. Разработать положение о соревнованиях по греко-римской борьбе.
19. Выполнение функции руководителя ковра при проведении соревнований по греко-римской борьбе.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (греко-римская 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 (греко-римская борьба) : метод. указания, задания и учеб. материал для самостоят. работы студентов, обучающихся по направлению подгот. 034300.62 : [утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ"] / [Игуменов В.М. [и др.]] ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2016. - 72 с.

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

б. Дополнительная:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

–*программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. Операционная система – Microsoft Windows.

2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.

3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

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

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 (греко-римская 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 греко-римской борьбе. 2. Подготовка мест занятий по греко-римской борьбе и изучение инструкций по технике безопасности 3. Занятия греко-римской борьбой по программе начальной подготовки. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности 5. Занятия по анализу техники греко-римской борьбы. 6. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке борцов греко-римского 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 (греко-римская 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 греко-римской борьбе. 2. Занятия греко-римской борьбой по программе этапа начальной углубленной спортивной специализации. 3. Самоконтроль в процессе занятий греко-римской борьбой. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке борцов. 5. Занятия по анализу тактики греко-римской борьбы. 6. Методики обучения в греко-римской 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 (греко-римская 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 греко-римской борьбе. 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах по греко-римской борьбе в СШ. 3. Изучение структуры и организации работы СШ по греко-римской 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 греко-римской 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
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 (греко-римская 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 греко-римской борьбе. 2. Сохранение и поддержание спортивной формы борцов греко-римского стиля. 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности борцов. 8. Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе спортивного совершенствования по греко-римской 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
(греко-римская борьба)»**
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *очная*
Год набора 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 греко-римской 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 (греко-римская 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 греко-римской 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 греко-римской 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 греко-римской 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 греко-римской 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 (МОДУЛЯ)
«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование
(греко-римская 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 «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:

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

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

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

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (греко-римская борьба)»: обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий по греко-римской борьбе и поддержание их спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (греко-римская 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 греко-римской борьбы виды спорта и др.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
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 греко-римской 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 греко-римской 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 греко-римской борьбе			8
ПК-11	Уметь: - разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в греко-римской борьбе			8
	Владеть: - навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по греко-римской борьбе			9 10
ПК-14	Уметь: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта (греко-римская 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 (греко-римская 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 (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (греко- римская борьба)»	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		Дифференцирован- ный зачет
1.	Организация и проведение занятий по греко-римской борьбе.		8	100		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по греко-римской борьбе.		2	20		
1.2	Подготовка мест занятий по греко-римской борьбе и изучение инструкций по технике безопасности.		2	10		
1.3	Занятия греко-римской 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		Дифференцирован- ный зачет
1.	Организация и проведение занятий по греко-римской борьбе.		4	38		
1.1	Занятия греко-римской борьбой по программе начальной подготовки		4	38		
2.	Освоение методики технико- тактической подготовки борцов.		4	30		

2.1	Занятия по анализу техники греко-римской 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 греко-римской борьбе.		6	64		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной части занятий по греко-римской борьбе.		2	8		
1.2	Занятия греко-римской борьбой по программе начальной углубленной спортивной специализации.		2	52		
1.3	Самоконтроль в процессе занятий по греко-римской 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 греко-римской борьбы.		2	10		
3.2	Методики обучения в греко-римской 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 греко-римской борьбе.		2	28		
IV курс	Всего: 144 часа (4 зачетных единицы)	7-8	16	128		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий по греко-римской борьбе.		8	80		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами спортивных школ по греко-римской борьбе.		2	6		
1.2	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах спортивных школ по греко-римской борьбе		2	4		
1.3	Изучение структуры и организации работы спортивных школ по греко-римской борьбе.			8		
1.4	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий по греко-римской 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 греко-римской борьбе.		2	8		
3.2	Хронометраж занятий по греко-римской борьбе.		2	8		
4.	Организация и проведение соревнований		4	16		
4.1	Формирование навыков судейства в качестве судей по греко-римской борьбе.		4	16		

V курс	Всего: 126 часов (3,5 зачетных единиц).	9-10	32	103	9	Экзамен
1.	Организация и проведение занятий по греко-римской борьбе.		22	67		
1.1	Проведение занятий с группами спортивного совершенствования по греко-римской 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 греко-римской борьбе.		2	4		
3.	Управление процессом спортивной подготовки.		2	16		
3.1	Навыки определения уровня специальных качеств в греко-римской борьбе.		2	16		
4.	Организация и проведение соревнований		6	16		
4.1	Разработка и написание положения о соревнованиях по греко-римской борьбе.		2	4		
4.2	Составление сметы на проведение соревнований по греко-римской борьбе.		2	4		
4.3	Организация и проведение соревнований в греко-римской 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 (греко-римская борьба)»

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. 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 греко-римской борьбе.

2. Основы применения общеразвивающих упражнений в подготовительной части занятий по греко-римской борьбе.

3. Основы применения акробатических упражнений в подготовительной части занятий по греко-римской борьбе.

4. Основы применения беговых и игровых упражнений в подготовительной части занятий по греко-римской борьбе.

5. Основы применения специально-подготовительных упражнений в подготовительной части занятий по греко-римской 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 греко-римской борьбы в стойке из группы прогибом.

2.Основы правильной техники выполнения базовых приемов греко-римской борьбы в стойке из группы подворотом.

3.Основы правильной техники выполнения базовых приемов греко-римской борьбы в стойке из подкласса переводы.

4. Основы правильной техники выполнения базовых приемов греко-римской борьбы в стойке из групп наклоном и поворотом.

5.Основы правильной техники выполнения базовых приемов греко-римской борьбы в стойке из групп вращением, сбиванием и скручиванием.

6.Основы правильной техники выполнения базовых приемов греко-римской борьбы в стойке из подкласса сваливания.

7.Основы правильной техники выполнения базовых приемов греко-римской борьбы в партере из подкласса броски.

8.Основы правильной техники выполнения базовых приемов греко-римской борьбы в партере из подкласса перевороты. Основы правильной техники выполнения базовых приемов греко-римской борьбы в партере из подкласса удержания.

9.Показ и анализ техники греко-римской борьбы в стойке из подгруппы броски.

10.Показ и анализ техники греко-римской борьбы в стойке из подгруппы переводы.

11.Показ и анализ техники греко-римской борьбы в стойке из подгруппы сваливания.

12.Показ и анализ техники греко-римской борьбы в партере из подгруппы броски.

13.Показ и анализ техники греко-римской борьбы в партере из подгруппы перевороты.

14.Показ и анализ техники греко-римской 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 греко-римской борьбе.

2. Основы применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по греко-римской борьбе.

3. Основы применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по греко-римской борьбе.

4. Основы применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по греко-римской борьбе.

5. Особенности применения упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по греко-римской борьбе.

6. Особенности применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по греко-римской борьбе.

7. Особенности применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по греко-римской борьбе.
8. Особенности применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по греко-римской борьбе.
9. Навыки использования упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по греко-римской 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 греко-римской 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 греко-римской борьбе, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.
12. Навыки использования упражнений растяжение в заключительной части занятий по греко-римской 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 греко-римской 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 греко-римской борьбе на начальном этапе.
2. Разработка программы спортивной подготовки по греко-римской борьбе на этапе начальной углубленной спортивной специализации.
3. Особенности реализации программы спортивной подготовки по греко-римской борьбе на начальном этапе.
4. Особенности реализации программы спортивной подготовки по греко-римской борьбе на этапе начальной углубленной спортивной специализации.
5. Навыки планирования тренировочных занятий по греко-римской борьбе с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе многолетней подготовки.
6. Навыки планирования занятий по греко-римской борьбе с учетом особенностей занимающихся на этапе начальной углубленной спортивной специализации.
7. Навыки проведения тренировочных занятий по греко-римской борьбе с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе подготовки.
8. Навыки проведения тренировочных занятий по греко-римской борьбе с учетом особенностей занимающихся на этапе начальной углубленной спортивной специализации.
9. Определение уровня работоспособности борцов.
10. Выполнение функции арбитра при проведении соревнований по греко-римской борьбе.
11. Выполнение функции секретаря при проведении соревнований по греко-римской борьбе.
12. Применение методики по определению антропометрических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в греко-римской борьбе
13. Применение методики по определению физических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в греко-римской борьбе.
14. Применение методики по определению психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в греко-римской 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 греко-римской 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 греко-римской 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 греко-римской борьбе.
15. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в греко-римской борьбе.
16. Оценка результатов индивидуальной спортивной деятельности за период обучения в вузе.
17. Особенности тестирования работоспособности спортсменов в греко-римской борьбе на этапе спортивного совершенствования.
18. Разработать положение о соревнованиях по греко-римской борьбе.
19. Выполнение функции руководителя ковра при проведении соревнований по греко-римской борьбе.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (греко-римская 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 (греко-римская борьба) : метод. указания, задания и учеб. материал для самостоят. работы студентов, обучающихся по направлению подгот. 034300.62 : [утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ"] / [Игуменов В.М. [и др.]] ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш.

проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2016. - 72 с.

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

б. Дополнительная:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

–*программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. Операционная система – Microsoft Windows.

2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.

3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru

2. Национальный цифровой ресурс «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 (греко-римская 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 греко-римской борьбе. 2. Подготовка мест занятий по греко-римской борьбе и изучение инструкций по технике безопасности 3. Занятия греко-римской 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 (греко-римская 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 греко-римской борьбой по программе начальной подготовки. 2. Занятия по анализу техники греко-римской борьбы. 3. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке борцов греко-римского 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, 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 (греко-римская 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 греко-римской борьбе. 2. Занятия греко-римской борьбой по программе этапа начальной углубленной спортивной специализации. 3. Самоконтроль в процессе занятий греко-римской борьбой. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке борцов. 5. Занятия по анализу тактики греко-римской борьбы. 6. Методики обучения в греко-римской 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	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 (греко-римская 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 греко-римской борьбе. 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах по греко-римской борьбе в СШ. 3. Изучение структуры и организации работы СШ по греко-римской 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 греко-римской борьбе. 8. Формирование навыков судейства в качестве арбитра.	5 5 5 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, 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 (греко-римская 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 греко-римской борьбе. 2. Сохранение и поддержание спортивной формы борцов греко-римского стиля. 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности борцов. 4. Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе спортивного совершенствования по греко-римской 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
(греко-римская борьба)»**
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *заочная*
Год набора 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 греко-римской 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 (греко-римская 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 греко-римской борьбе.	1-2	8	100		Дифференцированный зачет
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств борцов		2	34		
3.	Организация и проведение занятий по греко-римской 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 греко-римской борьбе.		5-6	6		
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 греко-римской борьбе.	7-8		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 греко-римской 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
(дзюдо)»**

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 «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:

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

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

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

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

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

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

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (дзюдо)» 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 дзюдоистов 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 дзюдо			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 дзюдо.			5 6 8
	Владеть: - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.			9 10

ПК-10	Владеть: - современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в дзюдо			8
ПК-11	Уметь: - разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в дзюдо			8
	Владеть: - навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по дзюдо			9 10
ПК-14	Уметь: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта (дзюдо) 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 (дзюдо)»

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 (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (дзюдо)»	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		Дифференцирован- ный зачет
1.	Организация и проведение занятий по дзюдо.		8	100		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по дзюдо.		2	20		
1.2	Подготовка мест занятий по дзюдо и изучение инструкций по технике безопасности.		2	10		
1.3	Занятия дзюдо по программе начальной подготовки.		4	70		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств дзюдоистов.		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		Дифференцирован- ный зачет
1.	Организация и проведение занятий по дзюдо.		4	38		
1.1	Занятия дзюдо по программе начальной подготовки		4	38		
2.	Освоение методики технико- тактической подготовки дзюдоистов.		4	30		
2.1	Занятия по анализу техники дзюдоистов.		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 дзюдо.		6	64		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной части занятий по дзюдо.		2	8		
1.2	Занятия дзюдо по программе начальной углубленной спортивной специализации.		2	52		
1.3	Самоконтроль в процессе занятий по дзюдо		2	4		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств дзюдоистов.		2	8		
2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке.		2	8		
3.	Освоение методик технико-тактической подготовки дзюдоистов.		4	20		
3.1	Занятия по анализу тактики дзюдоистов.		2	10		
3.2	Методики обучения в дзюдо.		2	10		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.		2	8		
4.1	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке дзюдоистов.		2	8		
5.	Организация и проведение соревнований.		2	28		

5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей по дзюдо.		2	28		
IV курс	Всего: 144 часа (4 зачетных единицы)	7-8	16	128		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий по дзюдо.		8	80		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами спортивных школ по дзюдо.		2	6		
1.2	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах спортивных школ по дзюдо		2	4		
1.3	Изучение структуры и организации работы спортивных школ по дзюдо.			8		
1.4	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий по дзюдо		4	62		
2.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.			16		
2.1	Разработка годового плана на этапах предварительной подготовки и начальной спортивной специализации дзюдоистов			16		
3.	Управление процессом спортивной подготовки.		4	16		
3.1	Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в дзюдо.		2	8		
3.2	Хронометраж занятий по дзюдо.		2	8		
4.	Организация и проведение соревнований		4	16		
4.1	Формирование навыков судейства в качестве судей по дзюдо.		4	16		
V курс	Всего: 126 часов (3,5 зачетных единиц).	9-10	32	103	9	Экзамен

1.	Организация и проведение занятий по дзюдо.		22	67		
1.1	Проведение занятий с группами спортивного совершенствования по дзюдо.		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 дзюдо.		2	4		
3.	Управление процессом спортивной подготовки.		2	16		
3.1	Навыки определения уровня специальных качеств дзюдоиста.		2	16		
4.	Организация и проведение соревнований		6	16		
4.1	Разработка и написание положения о соревнованиях по дзюдо.		2	4		
4.2	Составление сметы на проведение соревнований по дзюдо.		2	4		
4.3	Организация и проведение соревнований в дзюдо.		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 (дзюдо)»

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. 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 дзюдо.
2. Основы применения общеразвивающих упражнений в подготовительной части занятий по дзюдо.
3. Основы применения акробатических упражнений в подготовительной части занятий по дзюдо.
4. Основы применения беговых и игровых упражнений в подготовительной части занятий по дзюдо.
5. Основы применения специально-подготовительных упражнений в подготовительной части занятий по дзюдо.
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 дзюдоистов.
8. Навыки использования упражнений из других видов спорта в подготовительной части занятий по дзюдо.
9. Навыки использования упражнений из игровых видов спорта в подготовительной части занятий по дзюдо.
10. Навыки использования упражнений из спортивной гимнастики в подготовительной части занятий по дзюдо.
11. Навыки использования упражнений из акробатики в подготовительной части занятий по дзюдо.
12. Навыки использования упражнений из восточных единоборств в подготовительной части занятий по дзюдо.
13. Навыки использования упражнений из легкой атлетики в подготовительной части занятий по дзюдо.
14. Навыки использования упражнений из гребного спорта в подготовительной части занятий по дзюдо.
15. Навыки использования упражнений тяжелой атлетики в подготовительной части занятий по дзюдо.
16. Использование средств из спортивных игр в общефизической подготовке дзюдоистов.
17. Использование средств из восточных единоборств в общефизической подготовке дзюдоистов.
18. Использование средств из гребного спорта в общефизической подготовке дзюдоистов.
19. Использование средств из легкой атлетики в общефизической подготовке дзюдоистов.
20. Использование средств из спортивной гимнастики в общефизической подготовке дзюдоистов.
21. Использование средств из лыжного спорта в общефизической подготовке дзюдоистов.
22. Использование средств из кроссфита в общефизической подготовке дзюдоистов.
23. Использование средств из велоспорта в общефизической подготовке дзюдоистов.

24.Использование средств из конькобежного спорта в общефизической подготовке дзюдоистов.

25.Использование средств из гиревого спорта в общефизической подготовке дзюдоистов.

26.Использование средств из тяжелой атлетики в общефизической подготовке дзюдоистов.

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 дзюдоистов в стойке.
- 2.Основы правильной техники выполнения базовых приемов дзюдоистов в партере
- 3.Показ и анализ техники дзюдоистов в стойке
- 4.Показ и анализ техники дзюдоистов в партере.
- 5.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 дзюдо.
2. Основы применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по дзюдо.
3. Основы применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по дзюдо.
4. Основы применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по дзюдо.
5. Особенности применения упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по дзюдо.
6. Особенности применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по дзюдо.
7. Особенности применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по дзюдо.
8. Особенности применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по дзюдо.
- 9.Навыки использования упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по дзюдо, 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 дзюдо, 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 дзюдо, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.
12. Навыки использования упражнений растяжение в заключительной части занятий по дзюдо, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.
13. Навыки использования упражнений на расслабление в заключительной части занятий по дзюдо, 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 партере
16. Особенности выполнения функций бокового судьи.
17. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в стойке из подкласса броски.
18. Осуществление самоконтроля на занятиях по дзюдо.
19. Осуществление самоконтроля между занятиями различной направленности по дзюдо.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Разработка программы спортивной подготовки по дзюдо на начальном этапе.
2. Разработка программы спортивной подготовки по дзюдо на этапе начальной углубленной спортивной специализации.
3. Особенности реализации программы спортивной подготовки по дзюдо на начальном этапе.
4. Особенности реализации программы спортивной подготовки по дзюдо на этапе начальной углубленной спортивной специализации.
5. Навыки планирования тренировочных занятий по дзюдо с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе многолетней подготовки.
6. Навыки планирования занятий по дзюдо с учетом особенностей занимающихся на этапе начальной спортивной специализации.
7. Навыки проведения тренировочных занятий по дзюдо с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе подготовки.
8. Навыки проведения тренировочных занятий по дзюдо с учетом особенностей занимающихся на этапе начальной углубленной спортивной специализации.
9. Определение уровня работоспособности дзюдоистов.
10. Выполнение функции арбитра при проведении соревнований по дзюдо.
11. Выполнение функции секретаря при проведении соревнований по дзюдо.
12. Применение методики по определению антропометрических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в дзюдо
13. Применение методики по определению физических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в дзюдо.
14. Применение методики по определению психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в дзюдо.
15. Разработка годового плана подготовки дзюдоистов на тренировочном этапе многолетней подготовки (начальной специализации).
16. Разработка годового плана подготовки дзюдоистов на этапе начальной углубленной спортивной специализации.
17. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в дзюдо.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Разработка тренировочной программы подготовки дзюдоистов на этапе спортивного совершенствования.
2. Планирование тренировочных занятий в дзюдо 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 дзюдоистов по ОФП с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
6. Проведение тренировочных занятий дзюдоистов по СФП с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
7. Определение уровня специализированных качеств у дзюдоистов в средних весовых категориях.
8. Определение уровня специализированных качеств у дзюдоистов в тяжелых весовых категориях.
9. Определение уровня специализированных качеств у дзюдоистов в легких весовых категориях
10. Разработка подготовительного периода годового плана подготовки дзюдоистов на этапе спортивного совершенствования.
11. Разработка соревновательного периода годового плана подготовки дзюдоистов на этапе спортивного совершенствования.
12. Разработка переходного периода годового плана подготовки дзюдоистов 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 дзюдо.
15. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в дзюдо.
16. Оценка результатов индивидуальной спортивной деятельности за период обучения в вузе.
17. Особенности тестирования работоспособности спортсменов в дзюдо на этапе спортивного совершенствования.
18. Разработать положение о соревнованиях по дзюдо.
19. Выполнение функции руководителя ковра при проведении соревнований по дзюдо.

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

а) Основная литература:

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

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

- 1) учебник «Спортивная борьба».- «ФиС».- 1978. – 289с.

в) программное обеспечение и Интернет-ресурсы

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

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

-Сайт CELA - <http://www.cela-wrestling.org>
- Медиацентр РГУФКСМиТ - <http://tv.sportedu.ru/category/vserossiiskii-reestr-vidov-sporta/greko-rimskaya-borba>

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. Операционная система – Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

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

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

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

2.Учебные аудитории № 36 и 36 А, для проведения занятий лекционного типа и семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской. спортивные залы № 32 для проведения практических занятий.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (дзюдо)» 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 дзюдо. 2. Подготовка мест занятий по дзюдо и изучение инструкций по технике безопасности 3. Занятия дзюдо 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 (дзюдо)» 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 дзюдо по программе начальной подготовки. 2. Занятия по анализу техники дзюдоистов. 3. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке дзюдоистов греко-римского 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 (дзюдо)» 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 дзюдо. 2. Занятия дзюдо по программе этапа начальной углубленной спортивной специализации. 3. Самоконтроль в процессе занятий дзюдо. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке дзюдоистов. 5. Занятия по анализу тактики дзюдоистов. 6. Методики обучения в дзюдо. 7. Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке дзюдоистов. 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, 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 (дзюдо)» 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 дзюдо. 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах по дзюдо в СШ. 3. Изучение структуры и организации работы СШ по дзюдо. 4. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий. 5. Разработка годового плана подготовки дзюдоистов на тренировочном этапе. 6. Навыки определения уровня работоспособности дзюдоистов. 7. Хронометраж занятий по дзюдо. 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 (дзюдо)» 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 дзюдо. 2. Сохранение и поддержание спортивной формы дзюдоистов греко-римского стиля. 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности дзюдоистов. 4. Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе спортивного совершенствования по дзюдо. 5. Навыки определения уровня специализированных качеств у дзюдоистов. 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
(дзюдо)»**
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *заочная*
Год набора 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 дзюдо 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 (дзюдо)»	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 дзюдо.	1-2	8	100		Дифференцированный зачет
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств дзюдоистов		2	34		
3.	Организация и проведение занятий по дзюдо.	3-4	4	38		Дифференцированный зачет
4.	Освоение методики технико-тактической подготовки дзюдоистов.		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 дзюдо.	5-6	6	64		Дифференцированный зачет
8.	Формирование навыков совершенствования физических качеств дзюдоистов.		2	8		
9.	Освоение методик технико-тактической подготовки дзюдоистов.		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 дзюдо.	7-8	8	80		Дифференцированный зачет

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 дзюдо.	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
(дзюдо)»**

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.

Составители:

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

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

Дмитриев Роман Михайлович – доцент кафедры теории и методики
единоборств ФГБОУ ВО «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 дзюдо и поддержание их спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (дзюдо)» 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 дзюдо виды спорта и др.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	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 дзюдо	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 дзюдо.	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 дзюдо			
ПК-11	Уметь: - разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в дзюдо	5 6		
	Владеть: - навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по дзюдо	7 8		
ПК-14	Уметь: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта (греко-римская 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 (дзюдо)»

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 дзюдо»	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 дзюдо.			12	62		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по дзюдо.			4	10		
1.2	Подготовка мест занятий по дзюдо и изучение инструкций по технике безопасности.				10		
1.3	Занятия дзюдо по программе начальной подготовки.			8	42		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств дзюдоистов.			10	30		
2.1	Профессионально- педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности.			10	30		
3.	Освоение методики технико- тактической подготовки дзюдоистов.			10	30		
3.1	Занятия по анализу техники дзюдо.			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 арбитра.			10	30		
II курс	Всего: 126 часов (3,5 зачетных единиц).	3-4		60	66		Дифференцирован- ный зачет

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

1.1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами спортивных школ по дзюдо.			2	6		
1.2	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах спортивных школ по дзюдо			2	4		
1.3	Изучение структуры и организации работы спортивных школ по дзюдо.				8		
1.4	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий по дзюдо			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 дзюдо.				16		
3.	Управление процессом спортивной подготовки.			20	16		
3.1	Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в дзюдо.			10	8		
3.2	Хронометраж занятий по дзюдо.			10	8		
4.	Организация и проведение соревнований			16	16		
4.1	Формирование навыков судейства в качестве судей по дзюдо.			16	16		
IV курс	Всего: 234 часа (3,5 зачетных единиц).	7-8		60	165	9	Экзамен
1.	Организация и проведение занятий по дзюдо.			20	109		
1.1	Проведение занятий с группами спортивного совершенствования по дзюдо.			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 дзюдо.			2	8		
3.	Управление процессом спортивной подготовки.			20	20		
3.1	Навыки определения уровня специальных качеств в дзюдо.			20	20		
4.	Организация и проведение соревнований			18	28		
4.1	Разработка и написание положения о соревнованиях по дзюдо.			4	4		
4.2	Составление сметы на проведение соревнований по дзюдо.			4	4		
4.3	Организация и проведение соревнований в дзюдо.			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 (дзюдо)»

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. 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 дзюдо.

2. Основы применения общеразвивающих упражнений в подготовительной части занятий по дзюдо.
3. Основы применения акробатических упражнений в подготовительной части занятий по дзюдо.
4. Основы применения беговых и игровых упражнений в подготовительной части занятий по дзюдо.
5. Основы применения специально-подготовительных упражнений в подготовительной части занятий по дзюдо
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 дзюдоистов.
8. Навыки использования упражнений из других видов спорта в подготовительной части занятий по дзюдо.
9. Основы правильной техники выполнения базовых приемов дзюдо в стойке из группы прогибом.
10. Основы правильной техники выполнения базовых приемов дзюдо в стойке из группы бросков ногами.
11. Основы правильной техники выполнения базовых приемов дзюдо в стойке из подкласса бросков руками.
12. Основы правильной техники выполнения базовых приемов дзюдо в стойке из групп бросков с акцентом туловища.
13. Основы правильной техники выполнения базовых приемов дзюдо в стойке из групп бросков зацепом.
14. Основы правильной техники выполнения базовых приемов дзюдо в стойке из подкласса бросков подсечкой.
15. Основы правильной техники выполнения базовых приемов дзюдо в партере из подкласса удущений.
16. Основы правильной техники выполнения базовых приемов дзюдо в партере из подкласса болевых. Основы правильной техники выполнения базовых приемов дзюдо в партере из подкласса удержания.
17. Показ и анализ техники дзюдо в стойке из подгруппы броски руками.
18. Показ и анализ техники дзюдо в стойке из подгруппы ногами.
19. Показ и анализ техники дзюдо в стойке из подгруппы туловищем.
20. Показ и анализ техники дзюдо в партере из подгруппы удушения.
21. Показ и анализ техники дзюдо в партере из подгруппы перевороты.
22. Показ и анализ техники дзюдо в партере из подгруппы удержания.
23. Судейство соревнований в качестве арбитра.

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

6. Особенности применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по дзюдо.
7. Особенности применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по дзюдо.
8. Особенности применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по дзюдо.
9. Навыки использования упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по дзюдо, 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 дзюдо, 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 дзюдо, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.
12. Навыки использования упражнений растяжение в заключительной части занятий по дзюдо, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.
13. Навыки использования упражнений на расслабление в заключительной части занятий по дзюдо, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.
14. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке из подкласса броски руками.
15. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке из подкласса ногами.
16. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке из подкласса туловищем.
17. Анализ тактики выполнения технических действий в партере из подкласса удушения.
18. Анализ тактики выполнения технических действий в партере из подкласса болевые.
19. Анализ тактики выполнения технических действий в партере из подкласса удержания.
20. Особенности выполнения функций арбитра.
21. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в стойке из подкласса бросков руками.
22. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в стойке из подкласса бросков ногами.
23. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в стойке из подкласса туловищем.
24. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в партере из подкласса броски.
25. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в партере из подкласса удушения.
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 дзюдо на начальном этапе.
2. Разработка программы спортивной подготовки по дзюдо на учебно-тренировочном этапе.
3. Особенности реализации программы спортивной подготовки по дзюдо на начальном этапе.
4. Особенности реализации программы спортивной подготовки по дзюдо на учебно-тренировочном этапе.
5. Навыки планирования тренировочных занятий по дзюдо с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе многолетней подготовки.
6. Навыки планирования занятий по дзюдо с учетом особенностей занимающихся на учебно-тренировочном этапе многолетней подготовки.
7. Навыки проведения тренировочных занятий по дзюдо с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе подготовки.
8. Навыки проведения тренировочных занятий по дзюдо с учетом особенностей занимающихся на учебно-тренировочном этапе подготовки.
9. Определение уровня работоспособности дзюдоистов.
10. Выполнение функции арбитра при проведении соревнований по дзюдо.
11. Выполнение функции секретаря при проведении соревнований по дзюдо.
12. Применение методики по определению антропометрических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в дзюдо
13. Применение методики по определению физических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в дзюдо.
14. Применение методики по определению психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в дзюдо.
15. Разработка годового плана подготовки дзюдоистов на тренировочном этапе многолетней подготовки (начальной специализации).
16. Разработка годового плана подготовки дзюдоистов на учебно-тренировочном этапе многолетней подготовки (углубленной специализации).
17. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в дзюдо.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Разработка тренировочной программы подготовки дзюдоистов на этапе спортивного совершенствования.
2. Планирование тренировочных занятий в дзюдо 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 дзюдоистов по ОФП с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
6. Проведение тренировочных занятий дзюдоистов по СФП с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
7. Определение уровня специализированных качеств у дзюдоистов в средних весовых категориях.
8. Определение уровня специализированных качеств у дзюдоистов в тяжелых весовых категориях.
9. Определение уровня специализированных качеств у дзюдоистов в легких весовых категориях

10. Разработка подготовительного периода годового плана подготовки дзюдоистов на этапе спортивного совершенствования.
11. Разработка соревновательного периода годового плана подготовки дзюдоистов на этапе спортивного совершенствования.
12. Разработка переходного периода годового плана подготовки дзюдоистов 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 дзюдо.
15. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в дзюдо.
16. Оценка результатов индивидуальной спортивной деятельности за период обучения в вузе.
17. Особенности тестирования работоспособности спортсменов в дзюдо на этапе спортивного совершенствования.
18. Разработать положение о соревнованиях по дзюдо.
19. Выполнение функции руководителя ковра при проведении соревнований по дзюдо.

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

а) Основная литература:

а) основная литература:

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

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

- 1) учебник «Спортивная борьба».- «ФиС».- 1978. – 289с.

в) программное обеспечение и Интернет-ресурсы

- 2) Гожин В.В. Теоретические основы тактики в спортивных единоборствах: учебник для слушателей образоват. учреждений и подразделений дополнит. проф. образования / В.В. Гожин, О.Б. Малков. – М.: Физкультура и спорт, 2008. – 232 с.
- 3) Гожин В.В. Формирование состояния боевой готовности спортсмена-единоборца / В.В. Гожин, В.Л. Дементьев, С.В. Сизяев. – М.: Физическая культура, 2009. – 240 с.
- 4) Дементьев В.Л. Профессиональная тактико-техническая подготовка специалистов-тренеров по спортивной борьбе / В.Л. Дементьев. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 108 с.

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

Информационно-технологическое обеспечение учебной дисциплины «Теория и методика дзюдо», представляет собой педагогическую систему, включающую в себя разделы - информационный и технологический.

Информационный раздел обеспечивает содержательный аспект подготовки студента и предоставляет ему и педагогу учебной информации, способствующей достижению поставленных дидактических целей. В качестве информационной составляющей предлагается дидактическая система, в которую входят разделы информационного взаимодействия преподавателя и обучающегося.

В дидактический комплекс информационного обеспечения учебной дисциплины «Теория и методика дзюдо» включены: рабочая программа дисциплины; компьютеризированный учебник, включающий в себя электронные варианты курса лекций и альбом схем и наглядных пособий; информационно-справочная система, состоящая из глоссария качества образования и данных отраслевой библиотеки; компьютеризированная система оценки и контроля знаний обучающихся.

Электронный адрес отраслевой библиотеки РГУФКСМиТ

E-mail. SPORTLIB@UMAIL.RU

Компьютеризированная система оценки и контроля знаний студентов, осваивающих учебную дисциплину «Теория и методика дзюдо».

<http://dist.sportedu.ru:8081>

Одна из основных функций системы дистанционного обучения ОРБИТА - ОЛИМП 2000 (сетевая версия 3.0.) – проведение компьютерного тестирования знаний. Тестирование проводится в двух режимах: тренировка и контроль. Результаты контроля фиксируются в базе данных. Время на ответ и количество вопросов в тесте определяет преподаватель. Каждый ответ несет весовой коэффициент. Если сумма весовых коэффициентов равна 100, ответ считается правильным, менее 100 – неполным. Если при ответе был отмечен хотя бы один неправильный ответ – вес всех ответов на вопрос равен нулю (ответ неправильный). Итоговую оценку преподаватель выставляет в виртуальную зачетную книжку (менее 50% правильных ответов – неудовлетворительно, от 50% до 74% правильных ответов – удовлетворительно, от 75% до 89% правильных ответов – хорошо, от 90% до 100% правильных ответов - отлично).

В качестве составляющей, обеспечивающей процессуальную сторону подготовки студента рассматривается технологическое обеспечение, которое реализуется на основе применения в учебном процессе современных технологий обучения.

Технологическая карта процесса обучения студента представляет собой рода паспорт проекта будущего учебного процесса, в котором целостно и емко представлены главные его параметры, обеспечивающие успех обучения: диагностическое целеполагание, логическая структура, дозирование материала и контрольных заданий, описание дидактического процесса в виде пошаговой,

поэтапной последовательности действий педагога с указанием очередности применения соответствующих элементов дидактического комплекса, система контроля, оценки и коррекции.

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

- Сайт Федерации дзюдо России - <http://judo.ru/>

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

– программное обеспечение дисциплины (модуля):

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории № 36 и 36 А, для проведения занятий лекционного типа и семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской. спортивные залы № 32 для проведения практических занятий.

1.1. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

1.1.1. Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.

- 1.1.2. Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.
- 1.1.3. Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.
- 1.1.4. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.
- 1.1.5. Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.
- 1.1.6. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.
- 1.1.7. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.
- 1.1.8. Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.
- 1.1.9. Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.

7.6. Спортивный инвентарь

1. Кимоно

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

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

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

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

4. Учебные аудитории № 36 и 36 А, для проведения занятий лекционного типа и семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской. спортивные залы № 32 для проведения практических занятий.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (дзюдо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: 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 дзюдо. 2. Подготовка мест занятий по дзюдо и изучение инструкций по технике безопасности 3. Занятия дзюдо по программе начальной подготовки. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности 5. Занятия по анализу техники дзюдо. 6. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке дзюдоистов греко-римского стиля. 7. Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитра.	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	<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, 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 (дзюдо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: 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 дзюдо. 2. Занятия дзюдо по программе учебно-тренировочного этапа. 3. Самоконтроль в процессе занятий дзюдо. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке дзюдоистов. 5. Занятия по анализу тактики дзюдо. 6. Методики обучения в дзюдо. 7. Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке дзюдоистов. 8. Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитра.	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 (дзюдо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: 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 дзюдо. 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах по дзюдо в СШ. 3. Изучение структуры и организации работы СШ по дзюдо. 4. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий. 5. Разработка годового плана подготовки дзюдоистов на тренировочном этапе. 6. Навыки определения уровня работоспособности дзюдоистов. 7. Хронометраж занятий по дзюдо. 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 (дзюдо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: 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 дзюдо. 2. Сохранение и поддержание спортивной формы дзюдоистов греко-римского стиля. 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности дзюдоистов. 8. Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе спортивного совершенствования по дзюдо. 4. Навыки определения уровня специализированных качеств у дзюдоистов. 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
(дзюдо)»**
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *очная*
Год набора 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 дзюдо 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 (греко-римская 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 дзюдо.	1-2	12	62		Дифференцированный зачет
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств дзюдоистов		10	30		
3.	Освоение методики технико-тактической подготовки дзюдоистов.		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 дзюдо.	3-4	20	12		Дифференцированный зачет
7.	Формирование навыков совершенствования физических качеств дзюдоистов.		10	8		
8.	Освоение методик технико-тактической подготовки дзюдоистов.		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 дзюдо.	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 дзюдо.	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 (МОДУЛЯ)
«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование
(дзюдо)»**

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)*

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.

Составители:

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

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

Дмитриев Роман Михайлович – доцент кафедры теории и методики
единоборств ФГБОУ ВО «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 дзюдо и поддержание их спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (дзюдо)» 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 дзюдо виды спорта и др.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная ускоренная
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:			

	<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; 			
	<p>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.</p>			
ОПК-3	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики физической культуры и спорта; - принципы и методы обучения; - требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта. 			
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта; - разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки. 			5 6 7 8
	<p>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.</p>			
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. 			1 2
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать тактику в дзюдо 			3 4
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев. 			5 6 7 8
ОПК-8	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта; - обязанности организаторов и судей соревнования. 			
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять объективное судейство соревнований; - выполнять функции судей по дзюдо. 			3 4 5 6

	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований. 			7 8
ПК-10	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в дзюдо 			5 6
ПК-11	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в дзюдо 			5 6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по дзюдо 			7 8
ПК-14	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в соответствии с особенностями избранного вида спорта (греко-римская борьба) демонстрировать технику движений 			1 2
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство. 			3 4 5 6
ПК-15	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности. 			3 4
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 (дзюдо)»

4.1 Заочная ускоренная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет- **20 зачетных единиц, 720 академических часов** (экзамены – 9 часов, аудиторных занятий – 44 часа, самостоятельная работа – 667 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 дзюдо»	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		10	203		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий по дзюдо.			2	40		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по дзюдо.			2	8		
1.2	Подготовка мест занятий по дзюдо и изучение инструкций по технике безопасности.				12		
1.3	Занятия дзюдо по программе начальной подготовки.				20		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств дзюдоистов.			2	40		
2.1	Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности.			2	40		
3.	Освоение методики технико-тактической подготовки дзюдоистов.			2	40		
3.1	Занятия по анализу техники дзюдо.			2	40		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.			2	40		
4.1	Составление комплекса упражнений общефизической и оздоровительной направленности.			2	40		

5.	Организация и проведение соревнований.			2	43		
5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитра.			2	43		
II курс	Всего: 126 часов (3,5 зачетных единиц).	3-4		14	91		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий по дзюдо.			2	20		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной части занятий по дзюдо.			2	5		
1.2	Занятия дзюдо по программе тренировочного этапа.				5		
1.3	Самоконтроль в процессе занятий по дзюдо				10		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств дзюдоистов.			2	20		
2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке.			2	20		
3.	Освоение методик технико-тактической подготовки дзюдоистов.			4	20		
3.1	Занятия по анализу тактики дзюдо.			2	10		
3.2	Методики обучения в дзюдо.			2	10		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.			4	20		
4.1	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке дзюдоистов.			4	20		
5.	Организация и проведение соревнований.			2	11		
5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей по дзюдо.			2	11		
III курс	Всего: 126 часов (3,5 зачетных единиц).	5-6		10	131		Дифференцированный зачет

1.	Организация и проведение занятий по дзюдо.			4	35		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами спортивных школ по дзюдо.			2	10		
1.2	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах спортивных школ по дзюдо			2	10		
1.3	Изучение структуры и организации работы спортивных школ по дзюдо.				10		
1.4	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий по дзюдо				5		
2.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.			2	35		
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов на начальном и учебно-тренировочном этапах многолетней подготовки по дзюдо.			2	35		
3.	Управление процессом спортивной подготовки.			2	35		
3.1	Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в дзюдо.			2	15		
3.2	Хронометраж занятий по дзюдо.				20		
4.	Организация и проведение соревнований			2	26		
4.1	Формирование навыков судейства в качестве судей по дзюдо.			2	26		
IV курс	Всего: 234 часа (3,5 зачетных единиц).	7-8		10	206	9	Экзамен
1.	Организация и проведение занятий по дзюдо.			2	50		

1.1	Проведение занятий с группами спортивного совершенствования по дзюдо.				10		
1.2	Сохранение и поддержание спортивной формы			2	30		
1.3	Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности				10		
2.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.			2	50		
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов в группах спортивного совершенствования по дзюдо.			2	50		
3.	Управление процессом спортивной подготовки.			2	50		
3.1	Навыки определения уровня специальных качеств в дзюдо.			2	50		
4.	Организация и проведение соревнований			4	56		
4.1	Разработка и написание положения о соревнованиях по дзюдо.			2	10		
4.2	Составление сметы на проведение соревнований по дзюдо.			2	10		
4.3	Организация и проведение соревнований в дзюдо.				36		
Всего: 720 часов (20 зачетных единиц).				44	667	9	

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

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в

Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

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

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

Вопросы для устного ответа:

1. Основы применения строевых упражнений в подготовительной части занятий по дзюдо.
2. Основы применения общеразвивающих упражнений в подготовительной части занятий по дзюдо.
3. Основы применения акробатических упражнений в подготовительной части занятий по дзюдо.
4. Основы применения беговых и игровых упражнений в подготовительной части занятий по дзюдо.
5. Основы применения специально-подготовительных упражнений в подготовительной части занятий по дзюдо
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 дзюдоистов.
8. Навыки использования упражнений из других видов спорта в подготовительной части занятий по дзюдо.
9. Основы правильной техники выполнения базовых приемов дзюдо в стойке из группы прогибом.

10. Основы правильной техники выполнения базовых приемов дзюдо в стойке из группы бросков ногами.

11. Основы правильной техники выполнения базовых приемов дзюдо в стойке из подкласса бросков руками.

12. Основы правильной техники выполнения базовых приемов дзюдо в стойке из групп бросков с акцентом туловища.

13. Основы правильной техники выполнения базовых приемов дзюдо в стойке из групп бросков зацепом.

14. Основы правильной техники выполнения базовых приемов дзюдо в стойке из подкласса бросков подсечкой.

15. Основы правильной техники выполнения базовых приемов дзюдо в партере из подкласса удущений.

16. Основы правильной техники выполнения базовых приемов дзюдо в партере из подкласса болевых. Основы правильной техники выполнения базовых приемов дзюдо в партере из подкласса удержания.

17. Показ и анализ техники дзюдо в стойке из подгруппы броски руками.

18. Показ и анализ техники дзюдо в стойке из подгруппы ногами.

19. Показ и анализ техники дзюдо в стойке из подгруппы туловищем.

20. Показ и анализ техники дзюдо в партере из подгруппы удушения.

21. Показ и анализ техники дзюдо в партере из подгруппы перевороты.

22. Показ и анализ техники дзюдо в партере из подгруппы удержания.

23. Судейство соревнований в качестве арбитра.

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 дзюдо.

2. Основы применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по дзюдо.

3. Основы применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по дзюдо.

4. Основы применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по дзюдо.

5. Особенности применения упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по дзюдо.

6. Особенности применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по дзюдо.

7. Особенности применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по дзюдо.

8. Особенности применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по дзюдо.

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

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

13. Навыки использования упражнений на расслабление в заключительной части занятий по дзюдо, с учетом особенностей

занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

14. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке из подкласса броски руками.

15. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке из подкласса ногами.

16. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке из подкласса туловищем.

17. Анализ тактики выполнения технических действий в партере из подкласса удушения.

18. Анализ тактики выполнения технических действий в партере из подкласса болевые.

19. Анализ тактики выполнения технических действий в партере из подкласса удержания.

20. Особенности выполнения функций арбитра.

21. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в стойке из подкласса бросков руками.

22. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в стойке из подкласса бросков ногами.

23. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в стойке из подкласса туловищем.

24. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в партере из подкласса броски.

25. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в партере из подкласса удушения.

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 заочной ускоренной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Разработка программы спортивной подготовки по дзюдо на начальном этапе.
2. Разработка программы спортивной подготовки по дзюдо на учебно-тренировочном этапе.
3. Особенности реализации программы спортивной подготовки по дзюдо на начальном этапе.
4. Особенности реализации программы спортивной подготовки по дзюдо на учебно-тренировочном этапе.
5. Навыки планирования тренировочных занятий по дзюдо с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе многолетней подготовки.
6. Навыки планирования занятий по дзюдо с учетом особенностей занимающихся на учебно-тренировочном этапе многолетней подготовки.
7. Навыки проведения тренировочных занятий по дзюдо с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе подготовки.
8. Навыки проведения тренировочных занятий по дзюдо с учетом особенностей занимающихся на учебно-тренировочном этапе подготовки.
9. Определение уровня работоспособности дзюдоистов.
10. Выполнение функции арбитра при проведении соревнований по дзюдо.
11. Выполнение функции секретаря при проведении соревнований по дзюдо.
12. Применение методики по определению антропометрических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в дзюдо

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

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

15. Разработка годового плана подготовки дзюдоистов на тренировочном этапе многолетней подготовки (начальной специализации).

16. Разработка годового плана подготовки дзюдоистов на учебно-тренировочном этапе многолетней подготовки (углубленной специализации).

17. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в дзюдо.

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

Вопросы для устного ответа:

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

2. Планирование тренировочных занятий в дзюдо 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 дзюдоистов по ОФП с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.

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

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

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

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

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

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

12. Разработка переходного периода годового плана подготовки дзюдоистов 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 дзюдо.

15. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в дзюдо.

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

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

18. Разработать положение о соревнованиях по дзюдо.

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

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

а) Основная литература:

а) основная литература:

1) учебник для ВПО «Теория и практика дзюдо», авторов Шестакова В.Б., Ерегина С.В. – 2011.- «Советский спорт». – 324 с.;

2)Дзюдо. Система и борьба: учебник для СДЮШОР, спорт. фак-тов педагогических ин-тов, техникумов физ. культуры и училищ олимпийского резерва / Ю.А. Шулика [и др.]. – Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 800 с.

3) Никитушкин В.Г. Теория и методика юношеского спорта: учебник / В.Г. Никитушкин. – М.: Физическая культура, 2010. – 208 с.

4)Дзигаро Кано. Кодокан дзюдо / Дзигаро Кано. Учебник – Ростов н/Д: Изд-во Феникс, 2000. – 448 с.

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

1) учебник «Спортивная борьба».- «ФиС».- 1978. – 289с.

в) программное обеспечение и Интернет-ресурсы

2)Гожин В.В. Теоретические основы тактики в спортивных единоборствах: учебник для слушателей образоват. учреждений и подразделений дополнит. проф. образования / В.В. Гожин, О.Б. Малков. – М.: Физкультура и спорт, 2008. – 232 с.

3)Гожин В.В. Формирование состояния боевой готовности спортсмена-единоборца / В.В. Гожин, В.Л. Дементьев, С.В. Сизяев. – М.: Физическая культура, 2009. – 240 с.

4)Дементьев В.Л. Профессиональная тактико-техническая подготовка специалистов-тренеров по спортивной борьбе / В.Л. Дементьев. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 108 с.

5)Дементьев В.Л. Регулирование веса тела борца: учеб. пособие / В.Л. Дементьев, В.М. Игуменов, А.В. Шевцов. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 144 с.

б) Дементьев В.Л. Специализированные восприятия борца / В.Л. Дементьев, В.В. Гожин, А.Ю. Лушников. – М.: Физическая культура, 2011. – 288 с.

7) Дзюдо: базовая технико-тактическая подготовка. Для начинающих: учеб. пособие для ст-тов образоват. учреждений сред. проф. образования: доп. М-вом образования РФ / под общ. ред. Ю.А. Шулика, Я.К. Коблева. – Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 237 с.

8) Дзюдо: Методические материалы эксперимента, дополненная учебная программа для детей, подростков, молодежи, взрослых / авт.-сост.: Свищев И.Д. [и др.]. – М.: СпортУниверГрупп, 2004. – 82 с.

8) Дзюдо. Учебная программа для учреждений дополнительного образования / Авт.-сост. И.Д. Свищев [и др.]. – М.: Советский спорт, 2003. – 112 с.

9) Ерегина С.В. Дзюдо: программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / С.В. Ерегина, И.Д. Свищев, С.И. Соловейчик. – М.: Советский спорт, 2006. – 212 с.

10) Ерегина С.В. Дзюдо: программа для учреждений дополнительного образования и спортивных клубов / С.В. Ерегина, И.Д. Свищев, С.И. Соловейчик. – М.: Советский спорт, 2009. – 268 с.

11) Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л.П. Матвеев. – Киев: Олимпийская литература, 1999. – 318 с.

12) Туманян Г.С. Поэтапное освоение технико-тактических действий в спортивной борьбе: метод. разраб. для слушателей ВШТ, ФПК и ст-тов ГЦОЛИФК / Г.С. Туманян, В.Л. Дементьев. – М., 1990. – 40 с.

13) Туманян Г.С. Унифицированные критерии для оценки технико-тактической подготовленности борцов: метод. разраб. для студентов ГЦОЛИФК / Г.С. Туманян, Я.К. Коблев, В.Л. Дементьев; Гос. центр. ордена Ленина ин-т физ. культуры. – М.: ГЦОЛИФК, 1986. – 24 с.

11. Свищёв И.Д. Умения и их значимость у студентов при освоении учебной дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта»/ Галочкин Н.В., Чувилин В.А.- «Теория и практика прикладных видов спорта и экстремальной деятельности».-М., № 2(24). -2012.- С.42-46

12. Свищёв И.Д. Модульный подход в разработке учебной программы «Теория и методика избранного вида спорта»/И.Д. Свищёв.-«Теория и практика прикладных видов спорта и экстремальной деятельности».-М., № 1(23). -2012.- С.36-38

13. Свищёв И.Д. Компоненты моторно-двигательного интеллекта дзюдоиста/И.Д.Свищёв.-«Спортивный психолог».- М., №2.- 2012.- С.45-51.

14. Свищёв И.Д. «Интеграция научных знаний и спортивной практики в совершенствовании содержания конкретного вида единоборства»

15. Игуменов В.М. Анализ факторов подготовки единоборцев высокого класса/В.М.Игуменов.-Теория и практика физической культуры.-2015.- №12.- С.60-64.

Информационно-технологическое обеспечение учебной дисциплины «Теория и методика дзюдо», представляет собой педагогическую систему, включающую в себя разделы - информационный и технологический.

Информационный раздел обеспечивает содержательный аспект подготовки студента и предоставляет ему и педагогу учебной информации, способствующей достижению поставленных дидактических целей. В качестве информационной составляющей предлагается дидактическая система, в которую входят разделы информационного взаимодействия преподавателя и обучающегося.

В дидактический комплекс информационного обеспечения учебной дисциплины «Теория и методика дзюдо» включены: рабочая программа дисциплины; компьютеризированный учебник, включающий в себя электронные варианты курса лекций и альбом схем и наглядных пособий; информационно-справочная система, состоящая из глоссария качества

образования и данных отраслевой библиотеки; компьютеризированная система оценки и контроля знаний обучающихся.

Электронный адрес отраслевой библиотеки РГУФКСМиТ

E-mail. SPORTLIB@UMAIL.RU

Компьютеризированная система оценки и контроля знаний студентов, осваивающих учебную дисциплину «Теория и методика дзюдо».

<http://dist.sportedu.ru:8081>

Одна из основных функций системы дистанционного обучения ОРБИТА - ОЛИМП 2000 (сетевая версия 3.0.) – проведение компьютерного тестирования знаний. Тестирование проводится в двух режимах: тренировка и контроль. Результаты контроля фиксируются в базе данных. Время на ответ и количество вопросов в тесте определяет преподаватель. Каждый ответ несет весовой коэффициент. Если сумма весовых коэффициентов равна 100, ответ считается правильным, менее 100 – неполным. Если при ответе был отмечен хотя бы один неправильный ответ – вес всех ответов на вопрос равен нулю (ответ неправильный). Итоговую оценку преподаватель выставляет в виртуальную зачетную книжку (менее 50% правильных ответов – неудовлетворительно, от 50% до 74% правильных ответов – удовлетворительно, от 75% до 89% правильных ответов – хорошо, от 90% до 100% правильных ответов - отлично).

В качестве составляющей, обеспечивающей процессуальную сторону подготовки студента рассматривается технологическое обеспечение, которое реализуется на основе применения в учебном процессе современных технологий обучения.

Технологическая карта процесса обучения студента представляет собой рода паспорт проекта будущего учебного процесса, в котором целостно и емко представлены главные его параметры, обеспечивающие успех обучения: диагностическое целеполагание, логическая структура, дозирование материала и контрольных заданий, описание дидактического процесса в виде пошаговой, поэтапной последовательности действий педагога с указанием очередности

применения соответствующих элементов дидактического комплекса, система контроля, оценки и коррекции.

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

- Сайт Федерации дзюдо России - <http://judo.ru/>

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

– *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).

2. Учебные аудитории № 36 и 36 А, для проведения занятий лекционного типа и семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели,

ученической доской. спортивные залы № 32 для проведения практических занятий.

1.1. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

1.1.1. Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.

1.1.2. Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.

1.1.3. Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.

1.1.4. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.

1.1.5. Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.

1.1.6. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.

1.1.7. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.

1.1.8. Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.

1.1.9. Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.

7.6. Спортивный инвентарь

1. Кимоно

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

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

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

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

4. Учебные аудитории № 36 и 36 А, для проведения занятий лекционного типа и семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской. спортивные залы № 32 для проведения практических занятий.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (дзюдо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, направления подготовки Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной ускоренной 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 дзюдо. 2. Подготовка мест занятий по дзюдо и изучение инструкций по технике безопасности 3. Занятия дзюдо по программе начальной подготовки. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности 5. Занятия по анализу техники дзюдо. 6. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке дзюдоистов греко-римского стиля. 7. Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитра.	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	<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 (дзюдо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной ускоренной формы обучения

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 дзюдо. 2. Занятия дзюдо по программе учебно-тренировочного этапа. 3. Самоконтроль в процессе занятий дзюдо. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке дзюдоистов. 5. Занятия по анализу тактики дзюдо. 6. Методики обучения в дзюдо. 7. Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке дзюдоистов. 8. Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитра.	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	<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 (дзюдо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной ускоренной формы обучения

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 дзюдо. 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах по дзюдо в СШ. 3. Изучение структуры и организации работы СШ по дзюдо. 4. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий. 5. Разработка годового плана подготовки дзюдоистов на тренировочном этапе. 6. Навыки определения уровня работоспособности дзюдоистов. 7. Хронометраж занятий по дзюдо. 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, 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 (дзюдо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, направления подготовки Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной ускоренной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: 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 дзюдо. 2. Сохранение и поддержание спортивной формы дзюдоистов греко-римского стиля. 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности дзюдоистов. 8. Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе спортивного совершенствования по дзюдо. 4. Навыки определения уровня специализированных качеств у дзюдоистов. 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
(дзюдо)»**
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *заочная ускоренная*
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 дзюдо 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 ускоренная форма обучения

№	Разделы дисциплины (модули) «Теория и методика дзюдо»	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		10	203		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий по дзюдо.			2	40		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по дзюдо.			2	8		

1.2	Подготовка мест занятий по дзюдо и изучение инструкций по технике безопасности.				12		
1.3	Занятия дзюдо по программе начальной подготовки.				20		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств дзюдоистов.			2	40		
2.1	Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности.			2	40		
3.	Освоение методики технико-тактической подготовки дзюдоистов.			2	40		
3.1	Занятия по анализу техники дзюдо.			2	40		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.			2	40		
4.1	Составление комплекса упражнений общефизической и оздоровительной направленности.			2	40		
5.	Организация и проведение соревнований.			2	43		
5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитра.			2	43		
II курс	Всего: 126 часов (3,5 зачетных единиц).	3-4		14	91		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий по дзюдо.			2	20		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной части занятий по дзюдо.			2	5		
1.2	Занятия дзюдо по программе тренировочного этапа.				5		
1.3	Самоконтроль в процессе занятий по дзюдо				10		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств дзюдоистов.			2	20		

2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке.			2	20		
3.	Освоение методик технико-тактической подготовки дзюдоистов.			4	20		
3.1	Занятия по анализу тактики дзюдо.			2	10		
3.2	Методики обучения в дзюдо.			2	10		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.			4	20		
4.1	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке дзюдоистов.			4	20		
5.	Организация и проведение соревнований.			2	11		
5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей по дзюдо.			2	11		
III курс	Всего: 126 часов (3,5 зачетных единиц).	5-6		10	131		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий по дзюдо.			4	35		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами спортивных школ по дзюдо.			2	10		
1.2	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах спортивных школ по дзюдо			2	10		
1.3	Изучение структуры и организации работы спортивных школ по дзюдо.				10		
1.4	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий по дзюдо				5		

2.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.			2	35		
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов на начальном и учебно-тренировочном этапах многолетней подготовки по дзюдо.			2	35		
3.	Управление процессом спортивной подготовки.			2	35		
3.1	Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в дзюдо.			2	15		
3.2	Хронометраж занятий по дзюдо.				20		
4.	Организация и проведение соревнований			2	26		
4.1	Формирование навыков судейства в качестве судей по дзюдо.			2	26		
IV курс	Всего: 234 часа (3,5 зачетных единиц).	7-8		10	206	9	Экзамен
1.	Организация и проведение занятий по дзюдо.			2	50		
1.1	Проведение занятий с группами спортивного совершенствования по дзюдо.				10		
1.2	Сохранение и поддержание спортивной формы			2	30		
1.3	Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности				10		
2.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.			2	50		
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов в группах спортивного совершенствования по дзюдо.			2	50		
3.	Управление процессом спортивной подготовки.			2	50		
3.1	Навыки определения уровня специальных качеств в дзюдо.			2	50		

4.	Организация и проведение соревнований			4	56		
4.1	Разработка и написание положения о соревнованиях по дзюдо.			2	10		
4.2	Составление сметы на проведение соревнований по дзюдо.			2	10		
4.3	Организация и проведение соревнований в дзюдо.				36		
Всего: 720 часов (20 зачетных единиц).				44	667	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 фехтования, современного пятиборья,
восточных боевых искусств**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

(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.

Составители:

Калашников Юрий Борисович, к.п.н., профессор кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья и восточных боевых искусств РГУФКСМиТ

Ильенков Михаил Сергеевич, старший преподаватель кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья и восточных боевых искусств РГУФКСМиТ

Рецензент:

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

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Основные цели – формирование у студентов навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий по тхэквондо ИТФ 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 ИТФ)» 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 ИТФ 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 ИТФ.	4		5
	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта; - разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в тхэквондо ИТФ с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов.			
	Владеть: - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в тхэквондо ИТФ с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.	6		7
ОПК-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 ИТФ и по базовым видам спорта; - документы планирования и проведения соревнований; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - обязанности организаторов и судей соревнования; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.	1		2
	Уметь: - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.	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 ИТФ; - 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 ИТФ.			
	Владеть: умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в тхэквондо ИТФ 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 ИТФ; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в тхэквондо ИТФ.	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 ИТФ 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 туль (комплексные упражнения)	1	-	26	82		
1.1	Методика освоения техники выполнения туль	1	-	26	82		
Итого за 1 семестр: 108 часов (3 з.е.)				26	82		
2.	Основы методики обучения в тхэквондо	2	-	26	100		Зачет
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 туль (комплексные упражнения)	1		4	66		
1.1	Методика освоения техники выполнения туль	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 туль
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: раздельно-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 грантов 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. Ю.Б. Калашников, О.Б. Малков, Т.В. Калашникова, М.Ю. Калашников. Совершенствование технико-тактической подготовки в тхэквондо: учеб. пособие для институтов ИФК. – М.: Изд-во Физическая культура, 2013 -185 с.
2. Совершенствование тактической подготовки в единоборствах / Под общей редакцией профессора Ю.Б. Калашникова. – М.: Физическая культура, 2015. – 83 с.
3. Гожин В.В., Малков О.Б. Теоретические основы тактики в спортивных единоборствах: Учеб. для слушателей. – М.: ФиС, 2008. -232 с. (59011)
4. Тактико-технические характеристики поединка в спортивных единоборствах / Под редакцией А.Ф. Шарипова и О.Б. Малкова. – М.: Физкультура и Спорт, 2007. – 220 с.

б) Дополнительная литература:

1. Бойченко С.Д., Тышлер Д.А. Методика тактической подготовки фехтовальщика – Минск: Вышэйшая школа, 1983. – 173 с.
2. Бокс: учеб. для ин-тов физ. культуры / под общ. ред. И.П. Дегтярева. – М.: Физкультура и спорт, 1979. – 287 с.
3. Гил К. Искусство таэквондо. Ступень 1: К голубому поясу : Три ступени: Пер. с нем. / Гил К., Ким Чур Хван. - М.: Сов. спорт, 1991. - 176 с.: ил.
4. Гил К. Искусство таэквондо. Ступень 2: От голубого пояса-к черному : Три ступени: Пер. с нем. / Гил К., Ким Чур Хван. - М.: Сов. спорт, 1991. - 176 с.: ил.
5. Гил К. Искусство таэквондо. Ступень 3: От второго дана -к четвертому : Три ступени: Пер. с нем. / Гил К., Ким Чур Хван. - М.: Сов. спорт, 1991. - 192 с.: ил. Гил К. Основы тэквондо / Гил Константин. - М.: Гранд-Фаир, 2002. - 271 с.: ил.
6. Гиль К. Таэквон-до: Корейс. боевой вид спорта / Гиль К. - изд. испр. и доп. - Ростов н/Д: Феникс, 1998. - 223 с.: ил.
7. Джероян Г.О. Тактическая подготовка боксеров. – М.: Физкультура и спорт, 1970. – 110 с.
8. Ким С. Тэквондо: Ча Ен Рю - естественный путь / Ким Су. - М.: Гранд-Фаир, 2001. - 479 с.: ил.

9. Ли С.М. Современное тэквондо / Ли Сун Ман, Рике Гэтэйн. - М.: Гранд-Фаир, 2002. - 345 с.: ил.
10. Моделирование соревновательной деятельности в единоборствах: тактика таэквондо и дзюдо, основы тренировки. Вып. 1 : сб. науч.-метод. ст. / Под ред. Ю. Б. Калашникова; РГАФК. - М., 1999. - 101 с.: ил
11. Родионов А.В. Психология спортивного поединка. – М.: Физкультура и спорт, 1968, – 128 с.
12. Родионов А.В. Сопряженное возрастное развитие когнитивных и психомоторных качеств юных единоборцев / Родионов А.В. // Научные труды 1997 года / Под ред. С.Д. Неверковича и др.; ВНИИФК. - М., 1998. - С. 259-268.
13. Романенко В.В. Биомеханический анализ основных технических приемов, выполняемых ногами в таэквондо = Biomechanical analysis of the basic technique executed by foots in taekwondo / Романенко В.В. // Физическое воспитание студентов творческих специальностей / [под ред. Ермакова С.С.] ; М-во образования и науки Украины, Харьков. гос. акад. дизайна и искусств (Харьков. худож.-пром. ин-т). - Харьков, 2008. - N 1. - С. 44-49.
14. Романов В.М. Бой на дальней, средней и ближней дистанциях. – М.: Физкультура и спорт, 1979. – 189 с.
15. Соколов И.С. Основы таэквон-до / Соколов И.С. - М.: Сов. спорт, 1994. - 255 с.: ил.)
16. Спортивное фехтование: учеб. для вузов физ. культуры / под общ. ред. Д.А. Тышлера. – М. : ФОН, 1997. – 385 с.
17. Проблемы совершенствования технико-тактической подготовки в спортивных единоборствах : борьба, каратэ, тхэквондо, фехтование : сб. ст. / под общ. ред. А.Н. Блеера. - М.: Физическая культура, 2010. - 215 с.: ил.
18. Тхэквондо : Теория и методика : учеб. для СДЮШОР, спортив. фак. пед. ин-тов, техникумов физ. культуры и училищ олимп. резерва : доп. М-вом образования РФ : учеб. для студентов образов. учреждений среднего проф. образования. Т. 1: Спортив. единоборство / под ред. Ю.А. Шулики, Е.Ю. Ключникова. - Ростов н/Д: Феникс, 2007. - 797 с.: ил.
19. Тхэквондо: Сб.науч.ст. / Рос. гос. акад. физ. культуры. –М., 1998.
20. Теория спорта / под ред.проф. В.Н. Платонова. – Киев: Вища школа. Головное изд-во, 1987. – 424 с.
21. Тышлер Д.А. Тренировка фехтовальщика на саблях. – М.: Физкультура и спорт, 1961. –214 с.
22. Цой Хонг Хи. Энциклопедия тхэквон-до / Цой Хонг Хи. – М.: Международные отношения, 1991. – 765 с.
23. Эпов О.Г. Основы маневрирования в тхэквондо ВТФ : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / О.Г. Эпов. - М.: Физ. культура, 2009. - 162 с.: ил.
24. Эпов О.Г., Назаров Э.П. Уровень физической подготовки тхэквондистов высокого класса (статья). Здоровье и физическая культура: сборник научных трудов. Под общей ред. Д.п.н., проф. Губа В.П. – Смоленск:

СГИФК, 2002.-С, 25-27.

25. Эпов О.Г., Малков О.Б., Иванов В.А. Тактика провокационного маневрирования в тхэквондо (статья). Оценка соревновательной деятельности в единоборствах: материалы III Международной научно-практической конференции, посвящённой памяти профессора Чумакова Е.М. – М.: РИО РГУФК, 2003. – С. 112-116.
26. Ю.Б. Калашников, О.Б. Малков. Тхэквондо ИТФ. Программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. – М.: Физкультура и Спорт. – 2009. – 160 с.
27. Садовски Е. Исследование особенностей развития координационных способностей высококвалифицированных таэквондистов и кикбоксеров на основе компьютерных и аппаратных методов измерения / Е. Садовски // Физическое воспитание и здоровье молодежи : сб. науч. тр. / Междунар. ассоц. по спорт. моторике [и др.]; под ред. Анатолия Д. Скрипко, Владзимежа Старосты. - Варшава; Минск, 2002. - С. 99
28. Садовски Е. Направленные изменения структуры координационных способностей спортсменов в спортивных единоборствах / Садовски Е. // Сборник научных трудов ВНИИФК 2000 г. - М., 2001. - С. 332 .
29. Садовски Е. О ведущих координационных способностях в спортивных единоборствах / Садовски Е. // Современный олимпийский спорт и спорт для всех : 7 Междунар. науч. конгр. : Материалы конф., 24-27 мая 2003 г. - М., 2003. - Т. 3. - С. 230-231.
30. Турецкий Б.В. Поединок фехтовальщиков. – Киев: Здроров'я, 1985. – 71 с.
31. Тышлер Д.А. Мовшович А.Д., Тышлер Г.Д. Многолетняя тренировка юных фехтовальщиков: учеб. пособие. – М. : Деловая лига, 2002. – 254 с.
32. Фехтование: учеб. для ин-тов физ. культуры / под общ. ред К.Т. Булочко. – М.: Физкультура и спорт, 1967. – 431 с.

в) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

1. <http://www.itf-russia.com/> – Федерация тхэквондо ИТФ России
2. <http://www.taekwondo-moscow.ru/> – Московская федерация тхэквондо ИТФ
3. <http://www.taekwon-do.ru/> – Московская школа тхэквондо
4. <http://lib.sportedu.ru/> – Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту РГУФКСМиТ.
5. <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/> – Журная «Теория и практика физической культуры».
6. <http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/> – Журнал «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка».
7. <http://lib.sportedu.ru/Press/TPPEVS/> – Журнал «Теория и практика прикладных и экстремальных видов спорта».
8. <http://lib.sportedu.ru/Press/FVS/> – Журнал «Физическое воспитание студентов».

9. <http://lib.sportedu.ru/Annuals/> – Ежегодный сборник статей издательства ФКиС.

1. Школа тхэквондо: Техника спарринга
2. The Cutting Edge
3. Сериал: Школа тхэквондо
Формат: DVD (PAL) (Упрощенное издание) (Keep case)
Дистрибьютор: Vlad LISHBERGOV

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

7.1. Специализация ГиМ тхэквондо ИТФ, имеет лекционные аудитории, специализированный зал тхэквондо, компьютерный класс, восстановительный центр, множительную технику, технические средства, компьютеры.

7.2. Студенты кафедры могут пользоваться бассейном, тренажёрным залом, отраслевой библиотекой E-mail: SPORTLIB@UMAIL.RU/ Лабораторным оборудованием и техническими средствами НИИ Спорта РГУФКСМиТ:
– Спортивный зал УСЗК РГУФКСМиТ №29.

7.3. Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.
Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.
Ноутбук Aser – 2008 г. – 2 шт.
Принтер HP LaserJet 1320 – 2005 г.
Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.
Сканер EPSON 2480 – 2005 г.
Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.
Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.
Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.
Плеер DVD BVK – 2007 г.
Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.
Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.
Монитор сердечного ритма Polar S-610.
Оборудование и технические средства НИИ Спорта РГУФКСМиТ предназначены для исследования функционального состояния различных систем организма: сердечно-сосудистой, дыхательной, нервно-мышечной, а также высшей нервной деятельности и опорно-двигательного аппарата (тензометрические методики). С помощью оборудования и технических средств можно оценить физическое развитие спортсмена; уровень физической, технико-тактической, психологической подготовленности; уровень общей и специальной работоспособности.

Полученные параметры позволяют:

- оценить метаболические состояния организма спортсмена при различных режимах мышечной работы;
- установить значения аэробного порога, порога анаэробного обмена, МПК;
- провести диагностику уровня специальной работоспособности.

Спортивный инвентарь

1. Шлемы защитные;
2. Накладки (руки/ноги) ;
3. Протекторы двухсторонние;
4. Добки.
5. Мешки боксерские.
6. Лапы боксерские.
7. Шиты-подушки ударные.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (тхэквондо ИТФ)» 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 ИТФ. 2. Подготовка мест занятий по тхэквондо ИТФ и изучение инструкций по технике безопасности 3. Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности. 4. Занятия по анализу техники туль тхэквондо ИТФ. 5. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке тхэквондистов. 6. Обучение навыкам судейства боковых судей и судей при участниках соревнований тхэквондо ИТФ.	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	<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 ИТФ)» 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 ИТФ. 2. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке (спуртовая и интервальная тренировки). 3. Видеоанализ тактики соревновательных поединков тхэквондо ИТФ. 4. Современные методики обучения тактико-техническим структурам тхэквондо ИТФ. 5. Методика обучения комплексам упражнений по специальной физической подготовке тхэквондистов. 6. Обучение навыкам судейства рефери на площадке во время соревновательных поединков тхэквондо ИТФ.	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	Максимально е кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету (экзамену) допускается студент, набравший не менее 46 баллов (31 балла), имея возможность, сдать зачет (экзамен) на «отлично», получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся 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 ИТФ)» 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 ИТФ. 2. Изучение структуры и организации работы специализации тхэквондо ИТФ в ДЮСШ. 3. Разработка годового плана подготовки спортсменов учебно-тренировочных групп специализации тхэквондо ИТФ в ДЮСШ. 4. Методика тестирования спортсменов тхэквондо ИТФ на современном этапе. 5. Хронометраж учебно-тренировочных занятий по тхэквондо ИТФ. 6. Обучение навыкам судейства главного судьи площадки во время соревновательных поединков по тхэквондо ИТФ.	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 ИТФ)» 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 ИТФ. 2. Изучение структуры и организации работы специализации тхэквондо ИТФ в ДЮСШ. 3. Разработка годового плана подготовки спортсменов групп спортивного совершенствования специализации тхэквондо ИТФ в ДЮСШ. 4. Педагогический анализ занятий по тхэквондо ИТФ. 5. Хронометраж учебно-тренировочных занятий по тхэквондо ИТФ. 6. Обучение регламенту проведения соревнований по тхэквондо ИТФ. 7. Организация и проведение соревнований по керуги и туль.	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	Максимально е кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету (экзамену) допускается студент, набравший не менее 46 баллов (31 балла), имея возможность, сдав зачет (экзамен) на «отлично», получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (тхэквондо ИТФ)» 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 ИТФ. 2. Подготовка мест занятий по тхэквондо ИТФ и изучение инструкций по технике безопасности 3. Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности. 4. Занятия по анализу техники туль тхэквондо ИТФ. 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 ИТФ)» 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 ИТФ. 2. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке (спуртовая и интервальная тренировки). 3. Видеоанализ тактики соревновательных поединков тхэквондо ИТФ. 4. Современные методики обучения тактико-техническим структурам тхэквондо ИТФ. 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 ИТФ)» 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 ИТФ. 2. Изучение структуры и организации работы специализации тхэквондо ИТФ в ДЮСШ. 3. Разработка годового плана подготовки спортсменов учебно-тренировочных групп специализации тхэквондо ИТФ в ДЮСШ. 4. Методика тестирования спортсменов тхэквондо ИТФ на современном этапе. 5. Хронометраж учебно-тренировочных занятий по тхэквондо ИТФ.		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	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 ИТФ)» 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 ИТФ. 2. Изучение структуры и организации работы специализации тхэквондо ИТФ в ДЮСШ. 3. Разработка годового плана подготовки спортсменов групп спортивного совершенствования специализации тхэквондо ИТФ в ДЮСШ. 4. Педагогический анализ занятий по тхэквондо ИТФ. 5. Хронометраж учебно-тренировочных занятий по тхэквондо ИТФ.		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 ИТФ)» 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 ИТФ. 2. Обучение навыкам судейства рефери на площадке во время соревновательных поединков тхэквондо ИТФ. 3. Обучение навыкам судейства главного судьи площадки во время соревновательных поединков по тхэквондо ИТФ. 4. Обучение регламенту проведения соревнований по тхэквондо ИТФ. 5. Организация и проведение соревнований по керуги и туль.		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 методики фехтования, современного пятиборья,
восточных боевых искусств**

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

**Б1.В.ОД.11 «Спортивно-педагогическое совершенствование
(тхэквондо ИТФ)»**
(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 туль (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 туль (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	

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 (каратэдо)»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*
Год набора 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
Теории и методики фехтования, современного
пятиборья, восточных боевых искусств
Протокол № 29 от 19 апреля 2017 г.

Составитель:

Орлов Юрий Леонидович, к.п.н., доцент, заведующий кафедрой ТиМ фехтования,
современного пятиборья, восточных боевых искусств

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование(каратэдо)»

Целью освоения программы дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)» является совершенствование индивидуальной специальной физической, технико-тактической и интегральной подготовленности студентов, их профессионально-педагогических умений и навыков организации и проведения тренировочных занятий и судейства соревнований по каратэдо. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование(каратэдо)», далее –«СПС (каратэдо)», относится к профессиональному циклу вариативной части ООП бакалавриата ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка», и занимает одно из приоритетных мест среди дисциплин, обуславливающих профессиональную подготовку бакалавров, специализирующихся в различных направлениях каратэдо.

Программный материал дисциплины СПС (каратэдо) тесно связан с курсом дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)», который на основе междисциплинарных связей учебного плана расширяет диапазон информации, закрепляя и совершенствуя приобретенные умения и навыки.

Программный материал СПС реализуется в форме практических занятий и самостоятельной работы студентов (СРС) с учетом материально-технического обеспечения кафедры. В процессе обучения студенты поддерживают и совершенствуют физическую форму и технико-тактическое мастерство – основные компоненты подготовки спортсмена. Уровень индивидуальной специальной физической, технико-тактической и интегральной подготовленности студентов контролируется в конце каждого семестра в ходе выполнения ими специально разработанных зачетных требований и нормативов, а также их участия в официальных спортивных соревнованиях среди студентов. Формирование профессиональных компетенций завершается в процессе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

3. Перечень планируемых результатов обучения дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование(каратэдо)», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Наименование планируемых результатов обучения дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
1	2	3
ОПК-2	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий в каратэдо; – методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке каратэистов. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по каратэдо; – применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки каратэистов. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по каратэдо с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры; – навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке каратэистов. <hr/> <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в каратэдо. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по каратэдо. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по каратэдо с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры. 	1-2

ОПК-3	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в каратэдо на предварительном этапе подготовки. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в каратэдо с учетом особенностей занимающихся на предварительном этапе подготовки. 	3-4
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в каратэдо на начальном этапе подготовки. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в каратэдо с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе подготовки. 	5-6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в каратэдо на тренировочном этапе подготовки. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в каратэдо с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе подготовки. 	7-8
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в каратэдо на этапе совершенствования спортивного мастерства. <p>Владеть:</p> <p>навыками планирования и проведения тренировочных занятий в каратэдо с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p>	9-10
ОПК-5	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы правильной техники выполнения базовых приёмов каратэдо. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать технику выполнения базовых приёмов каратэдо. 	3-4
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать тактику проведения технических приёмов каратэдо 	5-6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня работоспособности спортсменов в каратэдо. 	7-8

	Владеть: – навыками определения уровня развития специализированных качеств у спортсменов в каратэдо.	9-10
ОПК-8	Знать: – правила соревнований по каратэдо WKF (версия 2017)	1-2
	Уметь: – выполнять функции секретаря при проведении соревнований по кумитэ и ката	3-4
	Уметь: – выполнять функции судьи на площадке по кумитэ.	5-6
	Уметь: – выполнять функции рефери по кумитэ.	7-8
	Владеть: – навыками организации и проведения соревнований в отдельных видах соревновательной деятельности – ката и кумитэ.	9-10
ПК-10	Владеть: – современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в каратэдо	7-8
ПК-11	Уметь: – разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в каратэдо	7-8
	Владеть: – навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства в каратэдо	9-10
ПК-14	Уметь: – осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий.	5-6
	Владеть: – средствами выразительной демонстрации техники КАТА и других соревновательных упражнений и технико-тактических действий.	7-8
	Владеть: – техникой каратэ в объёме требований, необходимых для сдачи квалификационных испытаний на 1 ДАН.	9-10
ПК-15	Уметь: – осуществлять самоконтроль на занятиях каратэдо.	5-6
	Владеть: – умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности и уменимоценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.	9-10

II курс		3-4	4	144	16	128		ДЗ
1	Совершенствование технического мастерства, специальных физических и психических качеств каратэистов, специализирующихся в ката		1	36	2	34		
2	Совершенствование технико-тактического мастерства, специальных физических и психических качеств каратэистов, специализирующихся в кумитэ		1	36	2	34		
3	Совершенствование знаний, умений и навыков обучения ката		0,5	18	2	16		
4	Совершенствование знаний, умений и навыков обучения кумитэ		0,5	18	2	16		
5	Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении учебно-тренировочных занятий в группах предварительной подготовки		0,5	18	4	14		
16	Совершенствование знаний, умений и навыков в судействе соревнований по ката		0,25	9	2	7		
17	Совершенствование знаний, умений и навыков в судействе соревнований по кумитэ		0,25	9	2	7		
Итоговый контроль								ДЗ
III курс		5-6	4	144	16	128		ДЗ
1	Совершенствование технического мастерства, специальных физических и психических качеств каратэистов, специализирующихся в ката		0,75	27	2	25		
2	Совершенствование технико-тактического мастерства, специальных физических и психических качеств каратэистов, специализирующихся в кумитэ		1	36	2	34		
3	Совершенствование знаний, умений и навыков обучения ката		0,5	18	2	16		
4	Совершенствование знаний, умений и навыков обучения кумитэ		0,5	18	2	16		
6	Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении учебно-тренировочных занятий в группах начальной спортивной подготовки		0,5	18	4	14		

9	Совершенствование знаний, умений и навыков в составлении комплексов общеразвивающих и специальных упражнений для проведения занятий по ОФП и СФП		0,25	9	2	7		
16	Совершенствование знаний, умений и навыков в судействе соревнований по ката		0,25	9	1	8		
17	Совершенствование знаний, умений и навыков в судействе соревнований по кумитэ		0,25	9	1	8		
Итоговый контроль								ДЗ
IV курс		7-8	4	144	16	128		ДЗ
1	Совершенствование технического мастерства, специальных физических и психических качеств каратэистов, специализирующихся в ката		1	36	2	34		
2	Совершенствование технико-тактического мастерства, специальных физических и психических качеств каратэистов, специализирующихся в кумитэ		1	36	2	34		
3	Совершенствование знаний, умений и навыков обучения ката		0,25	9	2	7		
4	Совершенствование знаний, умений и навыков обучения кумитэ		0,25	9	2	7		
7	Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении учебно-тренировочных занятий в группах углубленной спортивной подготовки		0,5	18	4	14		
10	Совершенствование знаний, умений и навыков разработки документов планирования учебно-тренировочной работы		0,25	9	1	8		
14	Совершенствование знаний, умений и навыков в регуляции психоэмоциональных состояний спортсмена и использовании методов психодиагностики		0,25	9	1	8		
16	Совершенствование знаний, умений и навыков в судействе соревнований по ката		0,25	9	1	8		

17	Совершенствование знаний, умений и навыков в судействе соревнований по кумитэ		0,25	9	1	8		
Итоговый контроль								ДЗ
V курс		9-10	4	144	32	103	9	Экзамен
1	Совершенствование технического мастерства, специальных физических и психических качеств каратэистов, специализирующихся в ката		0,5	18	4	14		
2	Совершенствование технико-тактического мастерства, специальных физических и психических качеств каратэистов, специализирующихся в кумитэ		0,5	18	4	14		
3	Совершенствование знаний, умений и навыков обучения ката		0,25	9	3	6		
4	Совершенствование знаний, умений и навыков обучения кумитэ		0,25	9	3	6		
8	Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении учебно-тренировочных занятий в группах совершенствования спортивного мастерства		0,5	18	4	14		
10	Совершенствование знаний, умений и навыков разработки документов планирования учебно-тренировочной работы		0,25	9	2	7		
11	Совершенствование знаний, умений и навыков в выборе средств и методов проведения тренировочных занятий со спортсменами различной квалификации		0,25	9	2	7		
12	Особенности психолого-педагогической деятельности тренера в работе со спортсменами различной квалификации		0,25	9	2	7		
13	Совершенствование знаний, умений и навыков в использовании основных методов отбора в сборные команды различного уровня		0,25	9	2	7		
15	Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении бесед и лекций		0,25	9	2	7		

16	Совершенствование знаний, умений и навыков в судействе соревнований по ката		0,25	9	2	7		
17	Совершенствование знаний, умений и навыков в судействе соревнований по кумитэ		0,25	9	2	7		
Итоговый контроль			0,25	9			9	экзамен
Всего за курс обучения:			20	720	90	621	9	

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

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)» (См. Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)»)

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)»

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

5.2.1.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Средства и методы развития специализированных проявлений быстроты в ката.
2. Средства и методы развития специализированных проявлений силы в ката.
3. Средства и методы развития специализированных проявлений координационных способностей в ката.
4. Отличительные особенности в технике выполнения приемов ката в СЁТОКАНРЮ, СИТО РЮ, ГОДЗЮ РЮ и ВАДО РЮ.
5. Средства и методы развития специализированных проявлений быстроты в кумитэ.
6. Средства и методы развития специализированных проявлений силы в кумитэ.
7. Средства и методы развития специализированных проявлений координационных способностей в кумитэ.
8. Средства и методы развития специализированных проявлений гибкости в кумитэ.
9. Средства и методы развития специализированных проявлений выносливости в кумитэ.
10. Общие средства и методы развития физических качеств, заимствованные из базовых видов спорта, применяемые в тренировке каратэдо.
11. Особенности применения физических упражнений в подготовительной части занятия по каратэдо.
12. Особенности применения физических упражнений в заключительной части занятия по каратэдо.
13. Методика составления комплекса общеразвивающих и специальных упражнений для проведения занятий по ОФП.
14. Квалификационные требования на 10 и 9 КЮ.
15. Правила судейства соревнований по ката и кумитэ WKF.

5.2.1.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: ДЗИТТЭ, САЙФА, ДЗЮРОКУ.

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

5.2.2.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Принципы и способы перемещений в каратэдо.
2. Средства и методы совершенствования техники перемещений в сочетаниях с атакующими и защитно-ответными действиями руками в каратэдо.
3. Средства и методы совершенствования техники атакующих действий руками и тактики их подготовки и проведения.
4. Средства и методы обучения технике выполнения одиночных атакующих действий руками и их серий.
5. Средства и методы обучения технике выполнения сочетаний ложных атак и финтов с атаками, имеющими цель нанесение эффективного удара.
6. Средства и методы обучения технике выполнения различных комбинаций защитно-ответных действий.
7. Средства и методы исправления ошибок в технике выполнения приёмов защитных и атакующих действий руками.
8. Способы применения комплекса методических приёмов, инвентаря и оборудования при обучении технике атакующих действий, используемых в спортивном кумитэ.
9. Применение метода срочной информации об эффективности выполняемых боевых действий и их оперативной коррекции.
10. Обязанности секретаря, судьи информатора и арбитра в соревнованиях по ката.
11. Обязанности секретаря, судьи информатора и арбитра в соревнованиях по кумитэ.
12. Принципы проведения подготовительной, основной и заключительной частей занятия в группах предварительной подготовки в каратэдо.
13. Нормативы по ОФП и методы тестирования занимающихся в группах предварительной подготовки в каратэдо.
14. Отличительные особенности в технике приемов ката группы *ИТОСУ ХА*.
15. Квалификационные требования на 8 и 7 КЮ.

5.2.2.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: ИТОСУ ХА РОХАЙ СЁДАН, ИТОСУ ХА РОХАЙ НИДАН, БАССАЙ ДАЙ.

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

5.2.3.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Средства и методы овладения техническим мастерством в ката.
2. Средства и методы овладения технико-тактическим мастерством в кумитэ.
3. Средства и методы совершенствования техники перемещений в сочетаниях с различными атакующими действиями ногами в каратэдо.
4. Средства и методы совершенствования техники атакующих действий ногами и тактики их подготовки и проведения.
5. Средства и методы совершенствования техники комбинаций атакующих действий руками и ногами, тактики их подготовки и проведения.
6. Тактика участия в соревнованиях по ката.
7. Тактика участия в соревнованиях по кумитэ.
8. Средства и методы анализа технико-тактического арсенала ведущих спортсменов.
9. Словесные, наглядные и практические методы, используемые при обучении ката и кумитэ.
10. Методы исправление ошибок в технике выполнения атакующих действий ногами.
11. Методика составления комплекса общеразвивающих и специальных упражнений для проведения занятий по СФП.
12. Обязанностей судьи на площадке в соревнованиях по ката и кумитэ.
13. Принципы, средства и методы проведения занятий в группах начальной спортивной подготовки в каратэдо.
14. Отличительные особенности в технике приемов ката группы *ХИГАОННА ХА* и *КАКУ ХО* (метод боя «белого журавля»).
15. Квалификационные требования на 6 и 5 КЮ.

5.2.3.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: СЭИЭНТИН, АОЯГИ, МЁДЗЁ.

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

5.2.4.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Средства и методы совершенствования техники выполнения различных сочетаний приёмов выведения из равновесия и бросков с ударами руками и ногами.

2. Средства и методы совершенствования сложных технико-тактических действий (опережающих, встречных и контратак, атак в сочетаниях с приёмами выведения из равновесия и бросками) и тактики их подготовки и проведения.

3. Методика проведения занятий с использованием специализированных комплексов упражнений.

4. Средства и методы контрольного тестирования уровня развития специальных качеств каратэистов.

5. Методика составления план-конспектов занятий по специальной физической и технико-тактической подготовке для каратэистов различной квалификации.

6. Методика составления планов групповых тренировок.

7. Методика составления планов индивидуальных тренировок.

8. Методика составления рабочих планов учебной и воспитательной работы.

9. Методы отбора юных спортсменов.

10. Средства и методы формирования таких психических качеств как: воля, оперативное мышление, оперативная память.

11. Средства и методы формирования таких психических качеств как: ощущение, восприятие, внимание.

12. Средства и методы совершенствования индивидуальных свойств личности и умения регулировать свое психическое состояние.

13. Обязанностей рефери в соревнованиях по ката и кумитэ.

14. Принципы, средства и методы проведения занятий в группах углублённой спортивной подготовки в каратэдо.

15. Квалификационные требования на 4 и 3 КЮ.

5.2.4.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: ДЗИИН, ТЭНСЁ, ИТОСУ ХА РОХАЙ САНДАН.

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

5.2.5.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Разработка тренировочной программы подготовки каратэистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

2. Принципы, средства и методы проведения занятий в группах совершенствования спортивного мастерства в каратэдо

3. Планирование тренировочных занятий в каратэ с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.

4. Проведение тренировочных занятий по ката с учетом особенностей каратэистов, занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.

5. Проведение тренировочных занятий по кумитэ с учетом особенностей каратэистов, занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.

6. Определение уровня специализированных качеств у каратэистов, выступающих в соревнованиях по ката.

7. Определение уровня специализированных качеств у каратэистов, выступающих в соревнованиях по ката.

8. Средства и методы совершенствования психических качеств, необходимых каратэисту, специализирующемуся в ката.

9. Средства и методы совершенствования психических качеств, необходимых каратэисту, специализирующемуся в кумитэ.

10. Методика разработки документов планирования учебно-тренировочной работы каратэистов.

11. Разработка подготовительного периода годового плана подготовки каратэистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

12. Разработка соревновательного периода годового плана подготовки каратэистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

13. Разработка переходного периода годового плана подготовки каратэистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

14. Учет взаимовлияния нагрузок в каратэдо при разработке годового плана подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства.

15. Организация и проведение соревнований в отдельных видах соревновательной деятельности – ката и кумитэ.

5.2.4.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: ДЗИОН, СИСОТИН, МАЦУМУРА ХА РОХАЙ, ПАППУРЭН.

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

а) Основная литература:

1. Коренберг В. Б. Основы спортивной кинезиологии: учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2005. – 232 с.
2. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и её прикладные аспекты. 4-е изд., испр. и доп. – СПб.: Издательство «Лань», 2005. – 384 с.: ил.
3. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать. М.: «Издательство Астрель», 2002. – 864с
4. Орлов Ю.Л. Анализ критериев и технология экспертной оценки участников аттестационных семинаров и соревнований по ката (статья). Оценка соревновательной деятельности в единоборствах. Материалы III международной научно-практической конференции. М.: РИО РГУФКСиТ, 2003. стр.74-107.
5. Орлов Ю.Л. Примерная учебная программа подготовки по традиционному и спортивному направлениям каратэ для детско-юношеских спортивных школ, учреждений дополнительного образования, физкультурно-оздоровительных и спортивных клубов. – М.: Физкультура и спорт, 2010.
6. Орлов Ю.Л. Курс лекций по теории и методике каратэдо. РГУФК. 2014-2017.
7. Орлов Ю.Л. Основы боевого дистанционного взаимодействия в каратэдо (статья). Актуальные вопросы подготовки спортсменов в спорте высших достижений. Материалы Всероссийской Интернет-конференции. – М.: «Светотон ЛТД», 2011. –С.132 -134.
8. Орлов Ю.Л. Терминология и классификация каратэдо. Проблемы совершенствования технико-тактической подготовки в спортивных единоборствах. Сборник статей. Под редакцией А.Н.Блеера. – М.: Физическая культура, 2010. стр. 94–111.
9. Орлов Ю.Л. Анализ двигательного состава и структуры атакующего действия в спортивном каратэ. Составители: В.В. Шиян, А.А. Передельский, В.А. Дамдинцурунов // Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 16-17 июня 2016 г./ РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК). – М.: Анта-Пресс, 2016. – С. 149-154
10. Орлов Ю.Л. Терминологическая систематизация атакующих действий в спортивном каратэ. Составители: В.В. Шиян, А.А. Передельский, В.А. Дамдинцурунов // Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 16-17 июня 2016 г./ РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК). – М.: Анта-Пресс, 2016. – С. 155-160
11. Орлов Ю.Л. Исследование составляющих успешности защитно-ответных действий в традиционном каратэ. Составитель В.В. Шиян // Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: Материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Москва, 16-17 июня 2017 г.) / Российский государственный университет

физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК). – М.: Анта-Пресс, 2017. – С. 193-204

12. Правила соревнований по каратэ, приняты ВКФ в 2017 г.

13. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.

б) Дополнительная литература:

1. Бишоп Марк. Окинавское каратэ: учителя, стили, тайные традиции и секретная техника школ воинского искусства / пер. с англ. А. Кратенкова. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 1999. – 304с.

2. Горбунов Г. Д. Психопедагогика в спорте. – М.: ФиС, 1986.

3. Горбылёв А. М. Японские воинские искусства. // «Додзё», 1997, № 1.

4. Горбылёв А. М. Великие мастера каратэ: Мацумура Сокоон, Хигаонна Канрё, УэтиКамбун. // «Додзё», 2002, № 1.

5. Горбылёв А. М. Секреты смертельного касания. // «Кэмпо», 1997, № 3.

6. Горбылёв А.М. Ката – коаны каратэ. //«Кэмпо», 1997, № 1.

7. Горбылёв А. М. Секреты ката Сантин // «Додзё», 2000, № 5

8. Горбылёв А. М. Опасности ката Сантин. // «Додзё», 2000, № 5.

9. Горбылёв А. М. Найханги – главное ката Томаритэ и Сюритэ. // «Додзё», 2001, № 6.

10. Горбылёв А. М. Становление Сито-рю каратэдо. М.: ООО «Будо-спорт», 2003.– 272 с.

11. Горбылёв А. М. Техника поражения уязвимых точек в дзюдо. // «Додзё», 2000, № 5.

12. Долгачев П. Ката Сантин в Годзю-рю. // «Додзё», 2000, № 5.

13. Дембо А. Г. Врачебный контроль в спорте. М.: Медицина, 1988.

14. Игнатов О. В. Силовая подготовка каратиста. // «Додзё», 2001, № 8.

15. Игнатов О.В. Гибкость и методы ее развития в боевых искусствах. // «Додзё», 2002, № 1.

16. Игнатов О. В. Выносливость и методы ее развития в контактных единоборствах. // «Додзё», 2002, № 2.

17. Кук Д. Ч. Сила каратэ. – МП «Паломник» - МП «Норд-Спорт», 1993. 208 с.

18. Мабуни Кэнва. Настрой занимающегося каратэ. // «Додзё», 2002, № 3.

19. Маряшин Ю. Е. Современное каратэ: Функциональная гимнастика. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2004. – 176 с.

20. Маряшин Ю. Е. О проблемах роста мастерства в каратэ. // «Додзё», 2004, № 1.

21. Мабуни Кэнва. Ката Сантин в Сито-рю. Перев. Горбылёв А.М. //

22. Мабуни Кэнва, НакасонэГэнва. Названия, виды и значение ката. Перевод с японского Алексея Горбылёва. // «Додзё», 2002, № 4.

23. Мабуни Кэнва, НакасонэГэнва. Снаряды для дополнительных упражнений (ходзёундогу) и методы тренировки (танрэнпо). // «Додзё», 2003, №№ 2-3.

Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. Учебник для студентов ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543с.

24. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки – М.: ФиС, 1977.
25. ОкадзакиХирото. Ката и реальный бой.// «Додзё», 2004, № 6.
26. ОкадзакиХирото. Примеры использования технических элементов ката Найфантин в реальном бою. // «Додзё», 2005, № 1.
27. ОкадзакиХирото. Давайте развивать способности детей с помощью каратэ. // «Додзё», 2005, № 1.
28. Орлов Ю. Л. Найфантин сёдан – учебник бросков каратэдо. // «Додзё», 2001, № 6.
29. Орлов Ю.Л. Комплекс контрольных упражнений, рекомендуемый для тестирования уровня специальной физической подготовленности занимающихся в ДЮСШ спортивным каратэ. Материалы научно-практической конференции преподавателей кафедры теории и методики единоборств: «Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам», часть II. – сост. проф. Игуменов В.М., Свищев И.Д. – М.: РГУФКСиТ – 2010. стр.22-30.
30. Орлов Ю.Л. Рекомендации по оптимизации деятельности отделений каратэ в ДЮСШ с учетом специфики восточных боевых единоборств и современных тенденций развития детско-юношеского спорта в РФ. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.54-61.
31. Орлов Ю.Л. Основные направления организации занятий каратэ в ДЮСШ с детьми дошкольного и младшего школьного возраста на этапе предварительной подготовки. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.50-54.
32. Орлов Ю.Л. Некоторые средства и методы комплексного развития и совершенствования быстроты атакующих действий у юных, занимающихся спортивным каратэ. Статья. Материалы научной конференции кафедры теории и методики единоборств РГУФКСМиТ: «Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам». Часть 2. – М.: «Принт Центр», 2012. – С.12-20.
33. Орлов Ю.Л., Вагин А.Ю. Анализ кинематических характеристик типовых способов выполнения прямого удара кулаком в традиционном каратэдо. Статья. Сборник трудов ученых РГУФКСМиТ. 2012.
34. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Специализированные методы развития сенсомоторных дизъюнктивных реагирований у юных спортсменов, занимающихся каратэ. Статья. Сборник трудов молодых ученых РГУФКСМиТ. 2012.
35. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Совершенствование двигательных реакций каратистов с использованием лазерного тренажера-стимулятора визуально-моторных реагирований. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2014. - № 2. – С.12-15
36. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Совершенствование дифференцировочной двигательной реакции у единоборцев с использованием лазерного тренажера-

стимулятора визуально-моторных реагирований. Экстремальная деятельность человека. – 2014. - № 3(32). – С.64-67

37. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Методика тренировки быстроты дизъюнктивных реагирований в каратэ с использованием лазерного тренажера-стимулятора визуально-моторных реагирований. Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2014. - № 5(111). – С.94-98

38. Орлов Ю.Л., Озимова И.В. Особенности направленности и содержания интегральной подготовки в спортивном каратэ (на примере восточного боевого единоборства КАРАТЭДО СИТО РЮ). Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.61-68.

39. РоямаХацуо. Техника ударов руками и методика их тренировки. // «Додзё», 2004, № 5.

40. РоямаХацуо. Техника ударов ногами и методика их тренировки. // «Додзё», 2004, № 6.

41. РоямаХацуо. Каратэдо и техника дыхания. // «Додзё», 2005, № 1.

42. Селуянов В.Н. Технология оздоровительной физической культуры / В.Н.Селуянов. – М.: СпортАкадемпресс, 2001. -331 с.

43. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 1. Пропедевтика.- М.:Советский спорт, 1997.–288с.: илл.

44. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 2. Кинезиология и психология. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.

45. Филимонов В. И. Теория и методика бокса. – М.: «ИНСАН», 2006, - 584 с.

46. Фунакоси Гитин. «Двадцать наставлений о пути каратэ» и их разъяснение. // «Додзё», 2005, №№ 1-2.

47. Харлампиев А.А., Тактика борьбы самбо. М., ФиС, 1958.

48. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 1. 2008 г.

49. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 2. 2009 г.

50. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 3. 2009 г.

51. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 4. 2009 г.

52. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 5. 2010 г.

53. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 6. 2011 г.

54. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 7. 2011 г.

55. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 8. 2012 г.

56. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 9. 2012 г.

57. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 10. 2013 г.

58. Чумаков Е.М. Физическая подготовка борцов. Учебное пособие. М., РГАФК, 1996.

59. Чумаков Е.М. Моделирование спортивной деятельности борца. Методическая разработка. Москва, 1986.

60. Чумаков Е.М., Ионов С.Ф. Индивидуальное планирование тренировки борца-самбиста. Методические рекомендации. Москва, 1986.

61. ЯмадаКоо. Каппо. Основные аспекты реанимации. //«Додзё», 2004, № 4.

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

<http://ruswkf.ru>

<http://wkf.net>

<http://europeankaratefederation.net>

http://setopen.sportdata.org/wkfranking/ranking_main.php

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– программное обеспечение дисциплины (модуля):

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения общетехнологических задач. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796.
Прикладные программные средства		
2.	Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro	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:

	-Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook	Редактор текстовый, Редактор табличный, Редактор деловой графики и презентаций Почтовая программа, организатор, планировщик задач.
3.	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
6.	Microsoft Office Access	Система управления базой данных. Устанавливается по мере необходимости использования в образовательном процессе.
7.	Microsoft Visio	Система обработки деловой графики, организационных схем. Устанавливается по мере необходимости.
8.	Microsoft Project	Система управления проектами работ. Устанавливается по мере необходимости.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

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

7.2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных¹ и (или) групповых² консультаций скомплектом аудиторной мебели, ученической доской.

7.3. Специализированный зал, оборудованный специальным покрытием (татами), снарядами и инвентарём.

7.4. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

7.4.1. Видеопроектор SanyoPLC-XU 58 – 2006 г.

7.4.2. Диктофон OLYMPUSWS-300M – 2007 г.

7.4.3. НоутбукAser Aspire 5100 series – 2008 г.

7.4.4. Принтер HPLaserJet 1320 – 2007 г.

7.4.5. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.

7.4.6. Копировальный аппарат CanonMF 4150 – 2007 г.

7.4.7. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.

7.4.8. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.

7.4.9. Плеер DVDBBK – 2007 г.

7.4.10. Принтер HPLaserJetP2015D – 2007 г.

7.4.11. Телевизор LCDSonyKDL-32U2000 – 2007 г.

7.4.12. Монитор сердечного ритма PolarS-610.

¹Указываются при наличии курсовых работ по дисциплине (модулю)

²Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)»
для студентов 1 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачёт*

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

№ п\п	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов
1	Контроль освоения практических навыков:	40
	1. Подготовка мест занятий по каратэдо и изучение инструкций по технике безопасности.	2
	2. Средства и методы развития специализированных проявлений гибкости в каратэдо.	5
	3. Средства и методы развития специализированных проявлений быстроты в каратэдо.	5
	4. Средства и методы развития специализированных проявлений координационных способностей в каратэдо.	5
	5. Средства и методы развития специализированных проявлений силы в каратэдо.	5
	6. Средства и методы развития специализированных проявлений выносливости в каратэдо.	5
	7. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности.	5
	8. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке каратэистов.	5
	9. Правила соревнований WKF.	3
2	Микро зачёт по общей физической подготовке	10
3	Оценка практической подготовленности в 1 семестре	15
4	Микро зачёт по специальной физической подготовке	10
5	Промежуточный контроль: дифференцированный зачёт	15
6	Посещение занятий	10
	Итого	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

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

IV. 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 (каратэдо)»
для студентов 2 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачёт*

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

№ п/п	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов
1	Контроль освоения практических навыков:	40
	1. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной, основной и заключительной частей занятия в группах предварительной подготовки в каратэдо.	5
	2. Средства и методы совершенствования техники перемещений в сочетаниях с атакующими и защитно-ответными действиями руками в каратэдо.	5
	3. Средства и методы совершенствования техники атакующих действий руками и тактика их подготовки и проведения.	5
	4. Средства и методы совершенствования техники защитно-ответных действий руками и тактика их подготовки и проведения.	5
	5. Средства и методы обучения технике выполнения одиночных атакующих действий руками и их серий.	5
	6. Средства и методы обучения технике выполнения сочетаний ложных атак и финтов с атаками, имеющими цель нанесение эффективного удара рукой.	5
	7. Проведение занятий по программе этапа предварительной подготовки в каратэдо	5
	8. Формирование навыков судейства соревнований по ката и кумитэ в качестве секретаря, судьи информатора и арбитра.	5
2	Микро зачёт по общей физической подготовке	10
3	Оценка практической подготовленности в 3 семестре	15
4	Микро зачёт по специальной физической подготовке	10
5	Промежуточный контроль: дифференцированный зачёт	15
6	Посещение занятий	10
	Итого	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К дифференцированному 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 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 (каратэдо)»
для студентов 3 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачёт*

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

№ п\п	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов
1	Контроль освоения практических навыков:	40
	1. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной, основной и заключительной частей занятия в группах начальной спортивной подготовки в каратэдо.	5
	2. Средства и методы совершенствования техники перемещений в сочетаниях с атакующими действиями ногами в каратэдо.	5
	3. Средства и методы совершенствования техники атакующих действий ногами и тактика их подготовки и проведения.	5
	4. Средства и методы совершенствования техники комбинаций атакующих действий руками и ногами, тактика их подготовки и проведения.	5
	5. Тактика участия в соревнованиях по ката и кумитэ.	5
	6. Применение словесных, наглядных и практических методов, используемых при обучении ката и кумитэ.	5
	7. Проведение занятий по программе этапа начальной спортивной подготовки в каратэдо.	5
	8. Формирование навыков судейства соревнований по ката и кумитэ в качестве судьи на площадке.	5
2	Микро зачёт по общей физической подготовке	10
3	Оценка практической подготовленности в 5 семестре	15
4	Микро зачёт по специальной физической подготовке	10
5	Промежуточный контроль: дифференцированный зачёт	15
6	Посещение занятий	10
	Итого	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К дифференцированному 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 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 (каратэдо)»
для студентов 4 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачет*

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

№ п/п	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов
1	Контроль освоения практических навыков:	40
	1. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной, основной и заключительной частей занятия в группах углублённой спортивной подготовки в каратэдо.	5
	2. Средства и методы совершенствования техники выполнения различных сочетаний приёмов выведения из равновесия и бросков с ударами руками и ногами.	5
	3. Средства и методы совершенствования сложных технико-тактических действий (опережающих, встречных и контратак, атак в сочетаниях с приёмами выведения из равновесия и бросками) и тактика их подготовки и проведения.	5
	4. Средства и методы формирования психических качеств в каратэдо.	5
	5. Средства и методы контрольного тестирования уровня развития специальных качеств каратэистов.	5
	6. Составление план-конспектов занятий по специальной физической и технико-тактической подготовке для каратэистов различной квалификации.	5
	7. Проведение занятий по программе этапа углублённой спортивной подготовки в каратэдо.	5
	8. Формирование навыков судейства соревнований по ката и кумитэ в качестве рефери.	5
2	Микро зачёт по общей физической подготовке	10
3	Оценка практической подготовленности в 7 семестре	15
4	Микро зачёт по специальной физической подготовке	10
5	Рубежный контроль: дифференцированный зачет	15
6	Посещение занятий	10
	Итого	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

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

IV. 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 (каратэдо)»
для студентов 4 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): *9-10 семестр*

Форма промежуточной аттестации: *экзамен*

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

№ п\п	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов
1	Контроль освоения практических навыков:	40
	1. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной, основной и заключительной частей занятия в группах совершенствования спортивного мастерства каратэдо.	5
	2. Разработка документов планирования учебно-тренировочной работы каратэистов. Составление рабочих планов учебной и воспитательной работы, планов групповых и индивидуальных тренировок	5
	3. Разработка подготовительного периода годового плана подготовки каратэистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.	5
	4. Разработка соревновательного периода годового плана подготовки каратэистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.	5
	5. Разработка переходного периода годового плана подготовки каратэистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.	5
	6. Проведение занятий по программе этапа совершенствования спортивного мастерства каратэдо.	5
	7. Методы отбора юных спортсменов.	5
	8. Организация и проведение соревнований в отдельных видах соревновательной деятельности – ката и кумитэ.	5
2	Микро зачёт по общей физической подготовке	10
3	Оценка практической подготовленности в 9 семестре	10
4	Микро зачёт по специальной физической подготовке	10
5	Рубежный контроль: экзамен	20
6	Посещение занятий	10
	Итого	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся 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

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



Институт спорта и физического воспитания

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

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

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: «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.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)» составляет **20** зачетных единиц.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)»: **1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10**

3. Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)»: совершенствование индивидуальной специальной физической, технико-тактической и интегральной подготовленности студентов, их профессионально-педагогических умений и навыков организации и проведения тренировочных занятий и судейства соревнований по каратэдо. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

4. Перечень планируемых результатов обучения дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)»:

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) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)», заочная форма обучения

№ раздела	Разделы дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)»	Курсы	ЗЕТ	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в академических часах)			
				Всего часов	Аудиторная	СРС	Контроль
1	Совершенствование технического мастерства, специальных физических и психических качеств каратэистов, специализирующихся в ката	1,2, 3,4, 5	4,25	153	12	141	-
2	Совершенствование технико-тактического мастерства, специальных физических и психических качеств каратэистов, специализирующихся в кумитэ	1,2, 3,4, 5	4,5	162	12	150	-
3	Совершенствование знаний, умений и навыков обучения ката	1,2, 3,4, 5	2	72	11	61	-
4	Совершенствование знаний, умений и навыков обучения кумитэ	1,2, 3,4, 5	2	72	11	61	-
5	Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении учебно-тренировочных занятий в группах предварительной подготовки	2	0,5	18	4	14	-
6	Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении учебно-тренировочных занятий в группах начальной спортивной подготовки	3	0,5	18	4	14	-
7	Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении учебно-тренировочных занятий в группах углубленной спортивной подготовки	4	0,5	18	4	14	-
8	Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении учебно-тренировочных занятий в группах совершенствования спортивного мастерства	5	0,5	18	4	14	-
9	Совершенствование знаний, умений и навыков в составлении комплексов общеразвивающих и специальных упражнений для проведения занятий по ОФП и СФП	3	0,25	9	2	7	-

10	Совершенствование знаний, умений и навыков разработки документов планирования учебно-тренировочной работы	4,5	0,5	18	3	15	-
11	Совершенствование знаний, умений и навыков в выборе средств и методов проведения тренировочных занятий со спортсменами различной квалификации	5	0,25	9	2	7	-
12	Особенности психолого-педагогической деятельности тренера в работе со спортсменами различной квалификации	5	0,25	9	2	7	-
13	Совершенствование знаний, умений и навыков в использовании основных методов отбора в сборные команды различного уровня	5	0,25	9	2	7	-
14	Совершенствование знаний, умений и навыков в регуляции психоэмоциональных состояний спортсмена и использовании методов психодиагностики	4	0,25	9	1	8	-
15	Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении бесед и лекций	5	0,25	9	2	7	-
16	Совершенствование знаний, умений и навыков в судействе соревнований по ката	1,2, 3,4, 5	1,5	54	7	47	-
17	Совершенствование знаний, умений и навыков в судействе соревнований по кумитэ	1,2, 3,4, 5	1,5	54	7	47	-
18	Итоговый контроль (экзамен)		0,25	9	-	-	9
Всего за курс обучения			20	720	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 фехтования, современного пятиборья,
восточных боевых искусств**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*
Год набора 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
Теории и методики фехтования, современного
пятиборья, восточных боевых искусств
Протокол № 29 от 19 апреля 2017 г.

Составитель:

Орлов Юрий Леонидович, к.п.н., доцент, заведующий кафедрой ТиМ фехтования,
современного пятиборья, восточных боевых искусств

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование(каратэдо)»

Целью освоения программы дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)» является совершенствование индивидуальной специальной физической, технико-тактической и интегральной подготовленности студентов, их профессионально-педагогических умений и навыков организации и проведения тренировочных занятий и судейства соревнований по каратэдо. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование(каратэдо)», далее –«СПС (каратэдо)», относится к профессиональному циклу вариативной части ООП бакалавриата ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка», и занимает одно из приоритетных мест среди дисциплин, обуславливающих профессиональную подготовку бакалавров, специализирующихся в различных направлениях каратэдо.

Программный материал дисциплины СПС (каратэдо) тесно связан с курсом дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)», который на основе междисциплинарных связей учебного плана расширяет диапазон информации, закрепляя и совершенствуя приобретенные умения и навыки.

Программный материал СПС реализуется в форме практических занятий и самостоятельной работы студентов (СРС) с учетом материально-технического обеспечения кафедры. В процессе обучения студенты поддерживают и совершенствуют физическую форму и технико-тактическое мастерство – основные компоненты подготовки спортсмена. Уровень индивидуальной специальной физической, технико-тактической и интегральной подготовленности студентов контролируется в конце каждого семестра в ходе выполнения ими специально разработанных зачетных требований и нормативов, а также их участия в официальных спортивных соревнованиях среди студентов. Формирование профессиональных компетенций завершается в процессе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

3. Перечень планируемых результатов обучения дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Наименование планируемых результатов обучения дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
1	2	3
ОПК-2	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий в каратэдо; – методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке каратэистов. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по каратэдо; – применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки каратэистов. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по каратэдо с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры; – навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке каратэистов. <hr/> <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в каратэдо. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по каратэдо. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по каратэдо с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры. 	1-2

ОПК-3	<p>Уметь: – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в каратэдо на предварительном этапе подготовки.</p> <p>Владеть: – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в каратэдо с учетом особенностей занимающихся на предварительном этапе подготовки.</p>	1-2
	<p>Уметь: – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в каратэдо на начальном этапе подготовки.</p> <p>Владеть: – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в каратэдо с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе подготовки.</p>	3-4
	<p>Уметь: – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в каратэдо на тренировочном этапе подготовки.</p> <p>Владеть: – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в каратэдо с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе подготовки.</p>	5-6
	<p>Уметь: – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в каратэдо на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p> <p>Владеть: – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в каратэдо с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p>	7-8
ОПК-5	<p>Знать: – основы правильной техники выполнения базовых приёмов каратэдо.</p> <p>Уметь: – анализировать технику выполнения базовых приёмов каратэдо.</p>	3-4
	<p>Уметь: – анализировать тактику проведения технических приёмов каратэдо</p>	5-6

	Владеть: – навыками определения уровня работоспособности спортсменов в каратэдо. – навыками определения уровня развития специализированных качеств у спортсменов в каратэдо.	7-8
ОПК-8	Знать: – правила соревнований по каратэдо WKF (версия 2017)	2
	Уметь: – выполнять функции секретаря при проведении соревнований по кумитэ и ката	2
	Уметь: – выполнять функции судьи на площадке по кумитэ.	3
	Уметь: – выполнять функции рефери по кумитэ.	3
	Владеть: – навыками организации и проведения соревнований в отдельных видах соревновательной деятельности – ката и кумитэ.	4
ПК-10	Владеть: – современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в каратэдо	7
ПК-11	Уметь: – разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в каратэдо	6
	Владеть: – навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства в каратэдо	7
ПК-14	Уметь: – осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий.	3
	Владеть: – средствами выразительной демонстрации техники КАТА и других соревновательных упражнений и технико-тактических действий.	6
	Владеть: – техникой каратэ в объёме требований, необходимых для сдачи квалификационных испытаний на 1 ДАН.	8
ПК-15	Уметь: – осуществлять самоконтроль на занятиях каратэдо.	3-4
	Владеть: – умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности и уменимоценить процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.	7-8

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

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц или 720 академических часов, из них: аудиторных занятий – 232 часов, самостоятельная работа студентов – 479 часов, экзамен – 9 часов.

Условные обозначения: СРС – самостоятельная работа студентов; ЗЕТ – зачётные единицы трудоёмкости; ДЗ – дифференцированный зачёт (зачёт с оценкой)

№ раздела	Разделы дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)»	Семестр	ЗЕТ	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в академич. часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Всего часов	Аудиторная	СРС	Контроль	
I курс		1	3	108	26	82		
1	Совершенствование технического мастерства, специальных физических и психических качеств каратэистов, специализирующихся в ката		1,5	54	13	41		
2	Совершенствование технико-тактического мастерства, специальных физических и психических качеств каратэистов, специализирующихся в кумитэ		1,5	54	13	41		
I курс		2	3,5	126	26	100		ДЗ
3	Совершенствование знаний, умений и навыков обучения ката		1	36	6	30		
4	Совершенствование знаний, умений и навыков обучения кумитэ		1	36	6	30		
5	Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении учебно-тренировочных занятий в группах предварительной подготовки		0,5	18	4	14		
16	Совершенствование знаний, умений и навыков в судействе соревнований по ката		0,5	18	5	13		

17	Совершенствование знаний, умений и навыков в судействе соревнований по кумитэ		0,5	18	5	13		
Итоговый контроль								ДЗ
Всего за I курс			6,5	234	52	182		
II курс			3	1,75	63	30	33	
1	Совершенствование технического мастерства, специальных физических и психических качеств каратэистов, специализирующихся в ката		0,75	27	15	12		
2	Совершенствование технико-тактического мастерства, специальных физических и психических качеств каратэистов, специализирующихся в кумитэ		1	36	15	21		
II курс			4	1,75	63	30	33	ДЗ
3	Совершенствование знаний, умений и навыков обучения ката		0,5	18	8	10		
4	Совершенствование знаний, умений и навыков обучения кумитэ		0,5	18	8	10		
6	Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении учебно-тренировочных занятий в группах начальной спортивной подготовки		0,25	9	6	3		
16	Совершенствование знаний, умений и навыков в судействе соревнований по ката		0,25	9	4	5		
17	Совершенствование знаний, умений и навыков в судействе соревнований по кумитэ		0,25	9	4	5		
Итоговый контроль								ДЗ
Всего за II курс			3,5	126	60	66		
III курс			5	1,75	63	30	33	
1	Совершенствование технического мастерства, специальных физических и психических качеств каратэистов, специализирующихся в ката		0,75	27	15	12		
2	Совершенствование технико-тактического мастерства, специальных физических и психических качеств каратэистов, специализирующихся в кумитэ		1	36	15	21		

III курс		6	1,75	63	30	33		ДЗ
3	Совершенствование знаний, умений и навыков обучения ката		0,5	18	8	10		
4	Совершенствование знаний, умений и навыков обучения кумитэ		0,5	18	8	10		
7	Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении учебно-тренировочных занятий в группах углубленной спортивной подготовки		0,25	9	6	3		
9	Совершенствование знаний, умений и навыков в составлении комплексов общеразвивающих и специальных упражнений для проведения занятий по ОФП и СФП		0,25	9	4	5		
10	Совершенствование знаний, умений и навыков разработки документов планирования учебно-тренировочной работы		0,25	9	4	5		
Итоговый контроль								ДЗ
Всего за III курс			3,5	126	60	66		
IV курс		7	3,5	126	30	96		
1	Совершенствование технического мастерства, специальных физических и психических качеств каратэистов, специализирующихся в ката		1,5	54	10	44		
2	Совершенствование технико-тактического мастерства, специальных физических и психических качеств каратэистов, специализирующихся в кумитэ		1,5	54	10	44		
3	Совершенствование знаний, умений и навыков обучения ката		0,25	9	5	4		
4	Совершенствование знаний, умений и навыков обучения кумитэ		0,25	9	5	4		
IV курс		8	3	99	30	69	9	экзамен
8	Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении учебно-тренировочных занятий в группах совершенствования спортивного мастерства		0,5	18	6	12		

10	Совершенствование знаний, умений и навыков разработки документов планирования учебно-тренировочной работы	0,25	9	4	5		
11	Совершенствование знаний, умений и навыков в выборе средств и методов проведения тренировочных занятий со спортсменами различной квалификации	0,5	18	4	14		
12	Особенности психолого-педагогической деятельности тренера в работе со спортсменами различной квалификации	0,5	18	4	14		
13	Совершенствование знаний, умений и навыков в использовании основных методов отбора в сборные команды различного уровня	0,5	18	4	14		
14	Совершенствование знаний, умений и навыков в регуляции психо-эмоциональных состояний спортсмена и использовании методов психодиагностики	0,25	9	4	5		
15	Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении бесед и лекций	0,25	9	4	5		
Итоговый контроль		0,25				9	экзамен
Всего за IV курс		6,5	234	60	165	9	
Всего за курс обучения:		20	720	232	479	9	

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

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)» (См. Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)»)

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)»

5.2.1. Содержание зачетных требований для студентов во II семестре очной формы обучения:

5.2.1.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Средства и методы развития специализированных проявлений быстроты в ката.
2. Средства и методы развития специализированных проявлений силы в ката.
3. Средства и методы развития специализированных проявлений координационных способностей в ката.
4. Отличительные особенности в технике выполнения приемов ката в СЁТОКАНРЮ, СИТО РЮ, ГОДЗЮ РЮ и ВАДО РЮ.
5. Средства и методы развития специализированных проявлений быстроты в кумитэ.
6. Средства и методы развития специализированных проявлений силы в кумитэ.
7. Средства и методы развития специализированных проявлений координационных способностей в кумитэ.
8. Средства и методы развития специализированных проявлений гибкости в кумитэ.
9. Средства и методы развития специализированных проявлений выносливости в кумитэ.
10. Общие средства и методы развития физических качеств, заимствованные из базовых видов спорта, применяемые в тренировке каратэдо.
11. Особенности применения физических упражнений в подготовительной части занятия по каратэдо.
12. Особенности применения физических упражнений в заключительной части занятия по каратэдо.
13. Принципы проведения подготовительной, основной и заключительной частей занятия в группах предварительной подготовки в каратэдо.
14. Нормативы по ОФП и методы тестирования занимающихся в группах предварительной подготовки в каратэдо.

15. Методика составления комплекса общеразвивающих и специальных упражнений для проведения занятий по ОФП.
16. Квалификационные требования на 10 и 9 КЮ.
17. Правила судейства соревнований по ката WKF.
18. Обязанности секретаря, судьи информатора и арбитра в соревнованиях по ката.
19. Правила судейства соревнований по кумитэ WKF.
20. Обязанности секретаря, судьи информатора и арбитра в соревнованиях по кумитэ.

5.2.1.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: ДЗИТТЭ, САЙФА, ДЗЮРОКУ, ИТОСУ ХА РОХАЙ СЁДАН.

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

5.2.2.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Принципы и способы перемещений в каратэдо.
2. Средства и методы совершенствования техники перемещений в сочетаниях с атакующими и защитно-ответными действиями руками в каратэдо.
3. Средства и методы совершенствования техники атакующих действий руками и тактики их подготовки и проведения.
4. Средства и методы обучения технике выполнения одиночных атакующих действий руками и их серий.
5. Средства и методы обучения технике выполнения сочетаний ложных атак и финтов с атаками, имеющими цель нанесение эффективного удара.
6. Средства и методы обучения технике выполнения различных комбинаций защитно-ответных действий.
7. Средства и методы исправления ошибок в технике выполнения приёмов защитных и атакующих действий руками.
8. Способы применения комплекса методических приёмов, инвентаря и оборудования при обучении технике атакующих действий, используемых в спортивном кумитэ.
9. Применение метода срочной информации об эффективности выполняемых боевых действий и их оперативной коррекции.
10. Обязанностей судьи на площадке и рефери в соревнованиях по ката.
11. Обязанностей судьи на площадке и рефери в соревнованиях по кумитэ.
12. Принципы, средства и методы проведения занятий в группах начальной спортивной подготовки в каратэдо.
13. Методика составления комплекса общеразвивающих и специальных упражнений для проведения занятий по СФП.
14. Отличительные особенности в технике приемов ката группы *ИТОСУ ХА*.
15. Квалификационные требования на 8 и 7 КЮ.

5.2.2.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: БАССАЙ ДАЙ, СЭИЭНТИН, АОЯГИ, ИТОСУ ХА РОХАЙ НИДАН

5.2.3. Содержание зачётных требований для студентов в VI семестре очной формы обучения:

5.2.3.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Средства и методы овладения техническим мастерством в ката.
2. Средства и методы овладения технико-тактическим мастерством в кумитэ.
3. Средства и методы совершенствования техники перемещений в сочетаниях с различными атакующими действиями ногами в каратэдо.
4. Средства и методы совершенствования техники атакующих действий ногами и тактики их подготовки и проведения.
5. Средства и методы совершенствования техники комбинаций атакующих действий руками и ногами, тактики их подготовки и проведения.
6. Тактика участия в соревнованиях по ката.
7. Тактика участия в соревнованиях по кумитэ.
8. Средства и методы анализа технико-тактического арсенала ведущих спортсменов.
9. Словесные, наглядные и практические методы, используемые при обучении ката и кумитэ.
10. Методы исправление ошибок в технике выполнения атакующих действий ногами.
11. Методика составления план-конспектов занятий по специальной физической и технико-тактической подготовке для каратэистов различной квалификации.
12. Методика проведения занятий с использованием специализированных комплексов упражнений.
13. Принципы, средства и методы проведения занятий в группах углублённой спортивной подготовки в каратэдо.
14. Отличительные особенности в технике приемов ката группы *ХИГАОННА ХА* и *КАКУ ХО* (метод боя «белого журавля»).
15. Квалификационные требования на 6 и 5 КЮ.

5.2.3.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: ДЗИИН, ТЭНСЁ, ИТОСУ ХА РОХАЙ САНДАН, МЁДЗЁ.

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

5.2.4.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Средства и методы совершенствования техники выполнения различных сочетаний приёмов выведения из равновесия и бросков с ударами руками и ногами.

2. Средства и методы совершенствования сложных технико-тактических действий (опережающих, встречных и контратак, атак в сочетаниях с приёмами выведения из равновесия и бросками) и тактики их подготовки и проведения.

3. Средства и методы контрольного тестирования уровня развития специальных качеств каратэистов.

4. Методика разработки документов планирования учебно-тренировочной работы каратэистов.

5. Методика составления планов групповых тренировок.

6. Методика составления планов индивидуальных тренировок.

7. Методика составления рабочих планов учебной и воспитательной работы.

8. Методы отбора юных спортсменов.

9. Средства и методы формирования таких психических качеств как: воля, оперативное мышление, оперативная память.

10. Средства и методы формирования таких психических качеств как: ощущение, восприятие, внимание.

11. Средства и методы совершенствования индивидуальных свойств личности и умения регулировать свое психическое состояние.

12. Средства и методы совершенствования психических качеств, необходимых каратэисту, специализирующемуся в кумитэ.

13. Средства и методы совершенствования психических качеств, необходимых каратэисту, специализирующемуся в ката.

14. Принципы, средства и методы проведения занятий в группах совершенствования спортивного мастерства в каратэдо.

15. Квалификационные требования на 4 и 3 КЮ.

5.2.4.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: ДЗИОН, СИСОТИН, МАЦУМУРА ХА РОХАЙ, ПАППУРЭН.

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

а) Основная литература:

1. Коренберг В. Б. Основы спортивной кинезиологии: учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2005. – 232 с.
2. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и её прикладные аспекты. 4-е изд., испр. и доп. – СПб.: Издательство «Лань», 2005. – 384 с.: ил.
3. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать. М.: «Издательство Астрель», 2002. – 864с
4. Орлов Ю.Л. Анализ критериев и технология экспертной оценки участников аттестационных семинаров и соревнований по ката (статья). Оценка соревновательной деятельности в единоборствах. Материалы III международной научно-практической конференции. М.: РИО РГУФКСиТ, 2003. стр.74-107.
5. Орлов Ю.Л. Примерная учебная программа подготовки по традиционному и спортивному направлениям каратэ для детско-юношеских спортивных школ, учреждений дополнительного образования, физкультурно-оздоровительных и спортивных клубов. – М.: Физкультура и спорт, 2010.
6. Орлов Ю.Л. Курс лекций по теории и методике каратэдо. РГУФК. 2014-2017.
7. Орлов Ю.Л. Основы боевого дистанционного взаимодействия в каратэдо (статья). Актуальные вопросы подготовки спортсменов в спорте высших достижений. Материалы Всероссийской Интернет-конференции. – М.: «Светотон ЛТД», 2011. –С.132 -134.
8. Орлов Ю.Л. Терминология и классификация каратэдо. Проблемы совершенствования технико-тактической подготовки в спортивных единоборствах. Сборник статей. Под редакцией А.Н.Блеера. – М.: Физическая культура, 2010. стр. 94–111.
9. Орлов Ю.Л. Анализ двигательного состава и структуры атакующего действия в спортивном каратэ. Составители: В.В. Шиян, А.А. Передельский, В.А. Дамдинцурунов // Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 16-17 июня 2016 г./ РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК). – М.: Анта-Пресс, 2016. – С. 149-154
10. Орлов Ю.Л. Терминологическая систематизация атакующих действий в спортивном каратэ. Составители: В.В. Шиян, А.А. Передельский, В.А. Дамдинцурунов // Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 16-17 июня 2016 г./ РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК). – М.: Анта-Пресс, 2016. – С. 155-160
11. Орлов Ю.Л. Исследование составляющих успешности защитно-ответных действий в традиционном каратэ. Составитель В.В. Шиян // Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: Материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Москва, 16-17 июня 2017 г.) / Российский государственный университет

физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК). – М.: Анта-Пресс, 2017. – С. 193-204

12. Правила соревнований по каратэ, приняты ВКФ в 2017 г.

13. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.

б) Дополнительная литература:

1. Бишоп Марк. Окинавское каратэ: учителя, стили, тайные традиции и секретная техника школ воинского искусства / пер. с англ. А. Кратенкова. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 1999. – 304с.

2. Горбунов Г. Д. Психопедагогика в спорте. – М.: ФиС, 1986.

3. Горбылёв А. М. Японские воинские искусства. // «Додзё», 1997, № 1.

4. Горбылёв А. М. Великие мастера каратэ: Мацумура Соко, Хигаонна Канрё, УэтиКамбун. // «Додзё», 2002, № 1.

5. Горбылёв А. М. Секреты смертельного касания. // «Кэмпо», 1997, № 3.

6. Горбылёв А.М. Ката – коаны каратэ. //«Кэмпо», 1997, № 1.

7. Горбылёв А. М. Секреты ката Сантин // «Додзё», 2000, № 5

8. Горбылёв А. М. Опасности ката Сантин. // «Додзё», 2000, № 5.

9. Горбылёв А. М. Найханги – главное ката Томаритэ и Сюритэ. // «Додзё», 2001, № 6.

10. Горбылёв А. М. Становление Сито-рю каратэдо. М.: ООО «Будо-спорт», 2003.– 272 с.

11. Горбылёв А. М. Техника поражения уязвимых точек в дзюдо. // «Додзё», 2000, № 5.

12. Долгачев П. Ката Сантин в Годзю-рю. // «Додзё», 2000, № 5.

13. Дембо А. Г. Врачебный контроль в спорте. М.: Медицина, 1988.

14. Игнатов О. В. Силовая подготовка каратиста. // «Додзё», 2001, № 8.

15. Игнатов О.В. Гибкость и методы ее развития в боевых искусствах. // «Додзё», 2002, № 1.

16. Игнатов О. В. Выносливость и методы ее развития в контактных единоборствах. // «Додзё», 2002, № 2.

17. Кук Д. Ч. Сила каратэ. – МП «Паломник» - МП «Норд-Спорт», 1993. 208 с.

18. Мабуни Кэнва. Настрой занимающегося каратэ. // «Додзё», 2002, № 3.

19. Маряшин Ю. Е. Современное каратэ: Функциональная гимнастика. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2004. – 176 с.

20. Маряшин Ю. Е. О проблемах роста мастерства в каратэ. // «Додзё», 2004, № 1.

21. Мабуни Кэнва. Ката Сантин в Сито-рю. Перев. Горбылёв А.М. //

22. Мабуни Кэнва, НакасонэГэнва. Названия, виды и значение ката. Перевод с японского Алексея Горбылёва. // «Додзё», 2002, № 4.

23. Мабуни Кэнва, НакасонэГэнва. Снаряды для дополнительных упражнений (ходзёундогу) и методы тренировки (танрэнпо). // «Додзё», 2003, №№ 2-3.

Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. Учебник для студентов ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543с.

24. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки – М.: ФиС, 1977.

25. ОкадзакиХирото. Ката и реальный бой.// «Додзё», 2004, № 6.
26. ОкадзакиХирото. Примеры использования технических элементов ката Найфантин в реальном бою. // «Додзё», 2005, № 1.
27. ОкадзакиХирото. Давайте развивать способности детей с помощью каратэ. // «Додзё», 2005, № 1.
28. Орлов Ю. Л. Найфантин сёдан – учебник бросков каратэдо. // «Додзё», 2001, № 6.
29. Орлов Ю.Л. Комплекс контрольных упражнений, рекомендуемый для тестирования уровня специальной физической подготовленности занимающихся в ДЮСШ спортивным каратэ. Материалы научно-практической конференции преподавателей кафедры теории и методики единоборств: «Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам», часть II. – сост. проф. Игуменов В.М., Свищев И.Д. – М.: РГУФКСиТ – 2010. стр.22-30.
30. Орлов Ю.Л. Рекомендации по оптимизации деятельности отделений каратэ в ДЮСШ с учетом специфики восточных боевых единоборств и современных тенденций развития детско-юношеского спорта в РФ. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.54-61.
31. Орлов Ю.Л. Основные направления организации занятий каратэ в ДЮСШ с детьми дошкольного и младшего школьного возраста на этапе предварительной подготовки. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.50-54.
32. Орлов Ю.Л. Некоторые средства и методы комплексного развития и совершенствования быстроты атакующих действий у юных, занимающихся спортивным каратэ. Статья. Материалы научной конференции кафедры теории и методики единоборств РГУФКСМиТ: «Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам». Часть 2. – М.: «Принт Центр», 2012. – С.12-20.
33. Орлов Ю.Л., Вагин А.Ю. Анализ кинематических характеристик типовых способов выполнения прямого удара кулаком в традиционном каратэдо. Статья. Сборник трудов ученых РГУФКСМиТ. 2012.
34. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Специализированные методы развития сенсомоторных дизъюнктивных реакций у юных спортсменов, занимающихся каратэ. Статья. Сборник трудов молодых ученых РГУФКСМиТ. 2012.
35. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Совершенствование двигательных реакций каратистов с использованием лазерного тренажера-стимулятора визуально-моторных реакций. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2014. - № 2. – С.12-15
36. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Совершенствование дифференцировочной двигательной реакции у единоборцев с использованием лазерного тренажера-стимулятора визуально-моторных реакций. Экстремальная деятельность человека. – 2014. - № 3(32). – С.64-67

37. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Методика тренировки быстроты дизъюнктивных реакций в каратэ с использованием лазерного тренажера-стимулятора визуально-моторных реакций. Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2014. - № 5(111). – С.94-98
38. Орлов Ю.Л., Озимова И.В. Особенности направленности и содержания интегральной подготовки в спортивном каратэ (на примере восточного боевого единоборства КАРАТЭДО СИТО РЮ). Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.61-68.
39. РоямаХацуо. Техника ударов руками и методика их тренировки. // «Додзё», 2004, № 5.
40. РоямаХацуо. Техника ударов ногами и методика их тренировки.// «Додзё», 2004, № 6.
41. РоямаХацуо. Каратэдо и техника дыхания. // «Додзё», 2005, № 1.
42. Селуянов В.Н. Технология оздоровительной физической культуры / В.Н.Селуянов. – М.: СпортАкадемпредс, 2001. -331 с.
43. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 1. Пропедевтика.- М.:Советский спорт, 1997.–288с.: илл.
44. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 2. Кинезиология и психология. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.
45. Филимонов В. И. Теория и методика бокса. – М.: «ИНСАН», 2006, - 584 с.
46. Фунакоси Гитин. «Двадцать наставлений о пути каратэ» и их разъяснение. // «Додзё», 2005, №№ 1-2.
47. Харлампиев А.А., Тактика борьбы самбо. М., ФиС, 1958.
48. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 1. 2008 г.
49. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 2. 2009 г.
50. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 3. 2009 г.
51. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 4. 2009 г.
52. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 5. 2010 г.
53. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 6. 2011 г.
54. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 7. 2011 г.
55. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 8. 2012 г.

56. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 9. 2012 г.

57. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 10. 2013 г.

58. Чумаков Е.М. Физическая подготовка борцов. Учебное пособие. М., РГАФК, 1996.

59. Чумаков Е.М. Моделирование спортивной деятельности борца. Методическая разработка. Москва, 1986.

60. Чумаков Е.М., Ионов С.Ф. Индивидуальное планирование тренировки борца-самбиста. Методические рекомендации. Москва, 1986.

61. ЯмадаКоо. Каппо. Основные аспекты реанимации. //«Додзё», 2004, № 4.

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

<http://ruswkf.ru>

<http://wkf.net>

<http://europeankarat federation.net>

http://setopen.sportdata.org/wkfranking/ranking_main.php

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения общетехнологических задач. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796.
Прикладные программные средства		
2.	Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro	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:

	-Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook	Редактор текстовый, Редактор табличный, Редактор деловой графики и презентаций Почтовая программа, организатор, планировщик задач.
3.	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
6.	Microsoft Office Access	Система управления базой данных. Устанавливается по мере необходимости использования в образовательном процессе.
7.	Microsoft Visio	Система обработки деловой графики, организационных схем. Устанавливается по мере необходимости.
8.	Microsoft Project	Система управления проектами работ. Устанавливается по мере необходимости.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

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

7.2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных¹ и (или) групповых² консультаций скомплектом аудиторной мебели, ученической доской.

7.3. Специализированный зал, оборудованный специальным покрытием (татами), снарядами и инвентарём.

7.4. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

7.4.1. Видеопроектор SanyoPLC-XU 58 – 2006 г.

7.4.2. Диктофон OLYMPUSWS-300M – 2007 г.

7.4.3. НоутбукAser Aspire 5100 series – 2008 г.

7.4.4. Принтер HPLaserJet 1320 – 2007 г.

7.4.5. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.

7.4.6. Копировальный аппарат CanonMF 4150 – 2007 г.

7.4.7. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.

7.4.8. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.

7.4.9. Плеер DVDBBK – 2007 г.

7.4.10. Принтер HPLaserJetP2015D – 2007 г.

7.4.11. Телевизор LCDSonyKDL-32U2000 – 2007 г.

7.4.12. Монитор сердечного ритма PolarS-610.

¹Указываются при наличии курсовых работ по дисциплине (модулю)

²Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование(каратэдо)»
для студентов 1 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачёт*

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

№ п/п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максим.к олич-во баллов
1	Контроль освоения практических навыков:		40
	1. Подготовка мест занятий по каратэдо и изучение инструкций по технике безопасности	1 неделя	2
	2. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной, основной и заключительной частей занятия в группах предварительной подготовки в каратэдо.	2-8 недели	5
	3. Средства и методы развития специализированных проявлений гибкости в каратэдо	9-10 недели	5
	4. Средства и методы развития специализированных проявлений быстроты в каратэдо	11-12 недели	5
	5. Средства и методы развития специализированных проявлений координационных способностей в каратэдо	13-14 недели	5
	6. Проведение занятий по программе этапа предварительной подготовки в каратэдо	20-29 недели	5
	7. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности	30-34 недели	5
	8. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке каратэистов.	35 неделя	5
	9. Формирование навыков судейства соревнований по ката и кумитэ в качестве секретаря, судьи информатораи арбитра.	36-39 недели	3
2	Микро зачёт по общей физической подготовке	15 неделя	10
3	Оценка практической подготовленности в 1 семестре	17 неделя	15
4	Микро зачёт по специальной физической подготовке	40 неделя	10
5	Промежуточный контроль: дифференцированный зачёт	42 неделя	15
6	Посещение занятий	В течение учеб.года	10
Итого			100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

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

IV. 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 (каратэдо)»
для студентов 2 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачёт*

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

№ п/п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максим.к олич-во баллов
1	Контроль освоения практических навыков:		40
	1. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной, основной и заключительной частей занятия в группах начальной спортивной подготовки в каратэдо.	1-8 недели	5
	2. Средства и методы совершенствования техники перемещений в сочетаниях с атакующими и защитно-ответными действиями руками в каратэдо.	9-11 недели	5
	3. Средства и методы совершенствования техники атакующих действий руками и тактики их подготовки и проведения.	12-14 недели	5
	4. Средства и методы совершенствования техники защитно-ответных действий руками и тактики их подготовки и проведения.	20-22 недели	5
	5. Средства и методы обучения технике выполнения одиночных атакующих действий руками и их серий.	23-25 недели	5
	6. Средства и методы обучения технике выполнения сочетаний ложных атак и финтов с атаками, имеющими цель нанесение эффективного удара.	26-28 недели	5
	7. Проведение занятий по программе этапа начальной спортивной подготовки в каратэдо.	29-35 недели	5
	8. Формирование навыков судейства соревнований по ката и кумитэ в качестве судьи на площадке и рефери	36-39 недели	5
2	Микро зачёт по общей физической подготовке	15 неделя	10
3	Оценка практической подготовленности в 3 семестре	17 неделя	15
4	Микро зачёт по специальной физической подготовке	40 неделя	10
5	Промежуточный контроль: дифференцированный зачёт	42 неделя	15
6	Посещение занятий	В течение учеб.года	10
Итого			100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

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

IV. 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 (каратэдо)»
для студентов 3 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачёт*

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

№ п\п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максим.к олич-во баллов
1	Контроль освоения практических навыков:		40
	1. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной, основной и заключительной частей занятия в группах углублённой спортивной подготовки в каратэдо.	1-8 недели	5
	2. Средства и методы совершенствования техники перемещений в сочетаниях с атакующими действиями ногами в каратэдо.	9-11 недели	5
	3. Средства и методы совершенствования техники атакующих действий ногами и тактики их подготовки и проведения.	12-14 недели	5
	4. Средства и методы совершенствования техники комбинаций атакующих действий руками и ногами, тактики их подготовки и проведения.	20-22 недели	5
	5. Тактика участия в соревнованиях по ката и кумитэ.	23-25 недели	5
	6. Применение словесных, наглядных и практических методов, используемых при обучении ката и кумитэ.	26-28 недели	5
	7. Проведение занятий по программе этапа углублённой спортивной подготовки в каратэдо.	29-37 недели	5
	8. Составление план-конспектов занятий по специальной физической и технико-тактической подготовке для каратэистов различной квалификации.	38-39 недели	5
2	Микро зачёт по общей физической подготовке	15 неделя	10
3	Оценка практической подготовленности в 5 семестре	17 неделя	15
4	Микро зачёт по специальной физической подготовке	40 неделя	10
5	Промежуточный контроль: дифференцированный зачёт	42 неделя	15
6	Посещение занятий	В течение учеб.года	10
Итого			100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

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

IV. 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 (каратэдо)»
для студентов 4 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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

Форма промежуточной аттестации: *экзамен*

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

№ п\п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максим.к олич-во баллов
1	Контроль освоения практических навыков:		40
	1. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной, основной и заключительной частей занятия в группах совершенствования спортивного мастерства каратэдо.	1-8 недели	5
	2. Средства и методы совершенствования техники выполнения различных сочетаний приёмов выведения из равновесия и бросков с ударами руками и ногами.	9-11 недели	5
	3. Средства и методы совершенствования сложных технико-тактических действий (опережающих, встречных и контратак, атак в сочетаниях с приёмами выведения из равновесия и бросками) и тактики их подготовки и проведения.	12-14 недели	5
	4. Средства и методы формирования психических качеств в каратэдо.	20-22 недели	5
	5. Средства и методы контрольного тестирования уровня развития специальных качеств каратэистов.	23-25 недели	5
	6. Разработка документов планирования учебно-тренировочной работы каратэистов. Составление рабочих планов учебной и воспитательной работы, планов групповых и индивидуальных тренировок	26-28 недели	5
	7. Проведение занятий по программе этапа совершенствования спортивного мастерства каратэдо.	29-37 недели	5
	8. Методы отбора юных спортсменов.	38-39 недели	5
2	Микро зачёт по общей физической подготовке	15 неделя	10
3	Оценка практической подготовленности в 7 семестре	17 неделя	10
4	Микро зачёт по специальной физической подготовке	40 неделя	10
5	Рубежный контроль: экзамен	42 неделя	20
6	Посещение занятий	В течение учеб.года	10
Итого			100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся 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

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



Институт спорта и физического воспитания

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

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

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: «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.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)» составляет **20** зачетных единиц.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)»: **1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8**

3. Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)»: совершенствование индивидуальной специальной физической, технико-тактической и интегральной подготовленности студентов, их профессионально-педагогических умений и навыков организации и проведения тренировочных занятий и судейства соревнований по каратэдо. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

4. Перечень планируемых результатов обучения дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)»:

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) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)», очная форма обучения

№ раздела	Разделы дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (каратэдо)»	Семестры	ЗЕТ	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в академических часах)			
				Всего часов	Аудиторная	СРС	Контроль
1	Совершенствование технического мастерства, специальных физических и психических качеств каратэистов, специализирующихся в ката	1,3, 5,7	4,5	162	53	109	
2	Совершенствование технико-тактического мастерства, специальных физических и психических качеств каратэистов, специализирующихся в кумитэ	1,3, 5,7	5	180	53	127	
3	Совершенствование знаний, умений и навыков обучения ката	2,4, 6,7	2,25	81	27	54	
4	Совершенствование знаний, умений и навыков обучения кумитэ	2,4, 6,7	2,25	81	27	54	
5	Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении учебно-тренировочных занятий в группах предварительной подготовки	2	0,5	18	4	14	
6	Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении учебно-тренировочных занятий в группах начальной спортивной подготовки	4	0,25	9	6	3	
7	Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении учебно-тренировочных занятий в группах углубленной спортивной подготовки	6	0,25	9	6	3	
8	Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении учебно-тренировочных занятий в группах совершенствования спортивного мастерства	8	0,5	18	6	12	
9	Совершенствование знаний, умений и навыков в составлении комплексов общеразвивающих и специальных упражнений для проведения занятий по ОФП и СФП	6	0,25	9	4	5	

10	Совершенствование знаний, умений и навыков разработки документов планирования учебно-тренировочной работы	6,8	0,5	18	8	10	
11	Совершенствование знаний, умений и навыков в выборе средств и методов проведения тренировочных занятий со спортсменами различной квалификации	8	0,5	18	4	14	
12	Особенности психолого-педагогической деятельности тренера в работе со спортсменами различной квалификации	8	0,5	18	4	14	
13	Совершенствование знаний, умений и навыков в использовании основных методов отбора в сборные команды различного уровня	8	0,5	18	4	14	
14	Совершенствование знаний, умений и навыков в регуляции психоэмоциональных состояний спортсмена и использовании методов психодиагностики	8	0,25	9	4	5	
15	Совершенствование знаний, умений и навыков в проведении бесед и лекций	8	0,25	9	4	5	
16	Совершенствование знаний, умений и навыков в судействе соревнований по ката	2,4	0,75	27	9	18	
17	Совершенствование знаний, умений и навыков в судействе соревнований по кумитэ	2,4	0,75	27	9	18	
18	Итоговый контроль (экзамен)		0,25	9	-	-	9
Всего за курс обучения			20	720	232	479	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 (кикбоксинг)»
(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 (кикбоксинг)» и направлен на совершенствование индивидуальных профессиональных умений, навыков и физической подготовки студентов, необходимых в их будущей профессиональной деятельности.

Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Дисциплина федерального компонента «Спортивно-педагогическое совершенствование (кикбоксинг)» направлена на последовательное и методичное формирование у студентов профессионально-педагогического мастерства (комплекса общекультурных и профессиональных компетенций).

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (кикбоксинг)» 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 кикбоксинге	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 кикбоксинге с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки	2		2
	Владеть: - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в кикбоксинге 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, 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
ОПК-8	Знать: - правила соревнований по базовым видам спорта и кикбоксингу; - 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
ПК-10	Знать: - теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; - методики отбора и спортивной ориентации в кикбоксинге - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.	8		9
	Уметь: - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - определять предрасположенность к занятиям определенными видами спорта; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в кикбоксинге.	8		9
	Владеть: умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в кикбоксинге с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.	8		9
	Знать: - федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта,	2,4		2,5

	<p>примерные программы подготовки по виду спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 			
ПК-11	<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
ПК-14	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики спортивной тренировки в кикбоксинге; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в кикбоксинге. 	2		2
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями кикбоксинга демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности. 	5		6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в соответствии с особенностями кикбоксинга 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
	<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

ПК-15	Владеть:	7		9
	- 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.			

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 кикбоксинга. Развитие кикбоксинга в мире и в России			2	4		
1.3	Техника безопасности			2	4		
2.1	Одежда кикбоксера			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 кикбоксинге			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				6		

	ударов			2			
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 кикбоксинга			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 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 кикбоксингом с детьми дошкольного возраста			2	4		
13.2	Особенности организации и проведения занятий в школьных секциях			2	4		
13.3	Особенности занятия кикбоксингом 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 кикбоксингу			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 кикбоксеров 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	Кикбоксерские клубы			8	18		
20	Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса по кикбоксингу			8	18		
21	Бизнес в кикбоксинге			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 кикбоксинга. Развитие кикбоксинга в мире и в России			1	2	Опрос	
Техника безопасности				4	Проведение контрольных занятий	
Одежда кикбоксера				4		
Аксессуары				4		
Инвентарь				2		
Перчатки				2		
Мячи набивные				2		
Мешки				2		
Выбор мешков				2		
Основы техники в кикбоксинге			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			1	8	Оценка	

ударов					технической подготовленност и (зачетный урок	
Защиты			1	8		
Стандартный ринг			1	6		
Площадки для кикбоксинга				6	Опрос	
Техника защит			1	8		
Тактика защит руками			1	8		
Техника защит туловищем				8	Оценка технической подготовленност и (зачетный урок	
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	опрос	
Организация соревнований			2	6	Участие в организации и судействе	
Судейство соревнований				10	Опрос, анализ протоколов результатов соревнований	
Тактика			2	6		
Тактика турнира			2	10		
Тактика раунда				10		
Тактика ведения боя				10	Опрос по тактике	
Всего за 3 семестр:	72		8	64		
	4					
Профилактика травм				4	Опрос	
Оказание первой помощи				6	Опрос, проведение практических занятий	
Теоретические и методические основы обучения.			2	6	Опрос	
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	Оценка технической подготовленности	

					(зачетный урок)	
Всего за 4 семестр:	72		8	64	ЗаО	
	144		16	128	ЗаО	
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 кикбоксингом с детьми дошкольного возраста				12	Индивидуальный и групповой опрос	
Особенности организации и проведения занятий в школьных секциях			2	10	Опрос и выполнение практических заданий (составление классификационных таблиц)	
Особенности занятия кикбоксингом с детьми школьного возраста			2	12	Индивидуальный опрос	
Всего за 5 семестр	72		8	64		
	6					
Средства и методы обучения				6	Опрос	
Организация и планирование процесса обучения			1	8	Опрос	
Воспитание выносливости			1	8		
Воспитание силы			1	6		
Воспитание гибкости			1	6		
Воспитание скоростных возможностей			1	6	Защита тренировочных планов	
Техническая подготовка			1	8	Опрос и выполнение практических заданий	
Тактическая подготовка			1	8	Опрос, защита тренировочных планов	
Психическая подготовка			1	8	Опрос, решение ситуационных задач	
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			2	16		

методы						
Обработка результатов			2	16	Опрос и выполнение творческих заданий	
Профессионально-педагогическое мастерство тренера по кикбоксингу			2	16	Характеристика педагогических приемов	
За 7 семестр	72		8	64		
Основы построения спортивной тренировки кикбоксеров высокой квалификации	8		4	22	Опрос и выполнение творческих заданий	
Общая характеристика многолетней спортивной подготовки			2	20	Групповая дискуссия, защита тренировочных планов	
Задачи и содержание многолетней подготовки			2	20	Опрос, решение ситуационных задач	
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	Опрос	
Построение спортивной тренировки на этапах многолетней подготовки			2	10	Опрос, защита тренировочных планов	
Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки			2	10	Опрос	
Любительские федерации, ассоциации			2	5	Письменный опрос	
Профессиональные федерации, ассоциации			2	5		
Кикбоксерские клубы			2	5		
Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса по кикбоксингу			2	5		
Бизнес в кикбоксинге			2	5		
Всего за 9 семестр	66		16	50		
	10					
Совершенствование технической подготовки			4	14		
Совершенствование тактической			4	14		

подготовки						
Совершенствование физической подготовки			4	10		
Совершенствование психологической подготовки			4	15	Контрольная работа	
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 кикбоксинга. Развитие кикбоксинга в мире и в России.

Практические занятия

Зарождение и развитие кикбоксинга. Основные этапы развития. Их характеристика.

Самостоятельная работа

Изучение документации Федерации кикбоксинга

Техника безопасности

Практические занятия

Положения техники безопасности при занятиях.

Самостоятельная работа

Изучение документации по технике безопасности

Одежда кикбоксера

Практическое занятие

Одежда для дисциплин кикбоксинга. 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 кикбоксинга

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 кикбоксинге

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 кикбоксинга

Практическое занятие

Характеристика площадок для кикбоксинга

Самостоятельная работа

Изучение вариантов расположения и эксплуатации площадок в практике кикбоксинга

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 кикбоксинга.

Самостоятельная работа

Изучение вариантов реализации этикета.

Правила соревнований

Практическое занятие

Правила соревнований в данном виде спорта

Самостоятельная работа

Изучение правил различных федераций и дисциплин кикбоксинга

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 кикбоксинга. 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 кикбоксинга

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 кикбоксингом 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 кикбоксингу

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, видеопроизведений

Тактическая подготовка

Практическое занятие

Тактическая подготовка в различных дисциплинах кикбоксинга

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 кикбоксинге

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 кикбоксингу

Практическое занятие

Педагогические приемы в работе тренера

Самостоятельная работа

Анализ работы практических тренеров

4 КУРС

Основы построения спортивной тренировки кикбоксеров 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 кикбоксинга

Самостоятельная работа

Изучение деятельности организаций любительского кикбоксинга

Профессиональные федерации, ассоциации

Практическое занятие

Организации профессионального кикбоксинга

Самостоятельная работа

Характеристика деятельности и итогов работы профессиональных организаций кикбоксинга

Кикбоксерские клубы

Практическое занятие

Клубы кикбоксинга. Отечественные и зарубежные

Самостоятельная работа

Изучение документации и практическое знакомство с работой

Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса по кикбоксингу

Практическое занятие

Обеспечение учебно-тренировочного процесса (материальное, моральное стимулирование, спонсорские и государственные дотации)

Самостоятельная работа

Изучение смет и бюджета секций, клубов, федераций кикбоксинга

Бизнес в кикбоксинге

Практическое занятие

Кикбоксинг как вид коммерческой деятельности

Самостоятельная работа

Изучение опыта работы частных и государственных организаций кикбоксинга

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

Вопросы к дифференцированному зачету (1 курс)

1. Введение в дисциплину
2. Основы обучения и тренировки в кикбоксинге
3. История кикбоксинга. Развитие кикбоксинга в мире и в России
4. Техника безопасности
5. Одежда кикбоксера
6. Аксессуары
7. Инвентарь
8. Перчатки
9. Мячи набивные
10. Мешки
11. Выбор мешков
12. Основы технической подготовки в кикбоксинге
13. Основы техники в кикбоксинге
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 одностипных ударов
- 22.Техника разностипных 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 кикбоксинга
- 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 кикбоксинге
- 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 кикбоксингом
- 16.Оценка технической подготовленности

17. Оценка тактической подготовленности
18. Оценка психологической подготовленности
19. Оценка физической подготовленности
20. Специфика физической подготовленности в различных дисциплинах кикбоксинга
21. Специфика технической подготовленности в различных дисциплинах кикбоксинга
22. Специфика психологической подготовленности в различных дисциплинах кикбоксинга
23. Специфика тактической подготовленности в различных дисциплинах кикбоксинга
24. Специфика функциональной подготовленности в различных дисциплинах кикбоксинга
25. Индивидуализация подготовки
26. Самоконтроль в подготовке

Вопросы к экзамену (4 курс)

1. Основы тренировки кикбоксера 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 кикбоксинга
8. Клубы кикбоксинга
9. Материально-техническое обеспечение тренировочного процесса
10. Кикбоксинг 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 кикбоксера
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 кикбоксинга
- 10.Материально-техническое обеспечение тренировочного процесса
- 11.Взаимодействие бизнеса и спорта в кикбоксинге
- 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 кикбоксера
29. Оценка тактики кикбоксера
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 кикбоксера / О. Е. Зиборов. – М, 1993. – Т. 1.

6. Казаков, М. Врачебный контроль в боксе / М. Казаков. – М.: Физкультура и спорт, 1957.

7. Кикбоксинг. 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.: Агентство «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»:*

1. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>
2. <http://medline.ru>
3. <https://elibrary.ru>
4. <http://lms.sportedu.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):

- 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) 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 кикбоксинга. Развитие кикбоксинга в мире и в России»</i>	<i>3 неделя</i>	<i>10</i>
3	<i>Опрос по теме: «Одежда кикбоксера. Аксессуары. Инвентарь»</i>	<i>14 неделя</i>	<i>10</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>	
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>2 семестр</i>			
1	<i>Выступление на семинаре «Техника безопасности»</i>		10
2	<i>Опрос по теме: «История кикбоксинга. Развитие кикбоксинга в мире и в России»</i>		10
3	<i>Опрос по теме: «Одежда кикбоксера. 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 кикбоксинге»</i>	10
3	<i>Подготовка доклада по теме занятия, пропущенного студентом</i>	5
4	<i>Написание реферата по теме «Техника защиты»</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), завершающимся
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) дневной 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.

III. 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	Проведение практических занятий по теме № 1 Правила соревнований»	8 неделя	10
2	Участие в судействе соревнований	10	10
3	Опрос. Анализ протоколов соревнований	12	10
4	Отчет по практическим заданиям по тактике ведения боя	18	10
5	Выступление на семинаре «Оказание первой помощи»	27	10
6	Выполнение практического задания №2 по разделу «Оценка технической подготовленности»	32-40	10
7	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Дифференцированный зачет		30
	Итого:		100 баллов

Заочная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Проведение практических занятий по теме № 1 Правила соревнований»		10
2	Участие в судействе соревнований		10

3	Опрос. Анализ протоколов соревнований		10
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), завершающимся 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: дифференцированный зачет

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 кикбоксингу»	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 кикбоксингом с детьми школьного возраста»	13	10
7	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Дифференцированный зачет		30
	ИТОГО		100 баллов

² Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

Заочное обучение

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ³	Максимальное кол-во баллов
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 кикбоксеров 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.

³ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся 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

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
	Дифференцированный зачет		30
	ИТОГО		100 баллов

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Основы построения спортивной тренировки кикбоксеров 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), завершающимся 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) заочной формы обучения

V. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра ТИМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова
Сроки изучения дисциплины (модуля): сессия 9, 10
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	Контрольная работа по разделу «Профессиональные организации, ассоциации»		10
2	Выступление на семинаре «Формирование технического мастерства и развития двигательных способностей»		10
3	Выступление на семинаре «Совершенствование технической подготовки»		10
4	Выполнение практического задания №1 по разделу «Построение спортивной тренировки на этапах многолетней подготовки»		10
5	Выполнение практического задания №2 по разделу «Совершенствование физической подготовки»		10
7	Написание реферата по теме «Совершенствование психологической подготовки»		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 (кикбоксинг)»
(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(9,10)

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 (кикбоксинг)» 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		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	6		7

	видов спорта			
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 кикбоксинге	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 кикбоксинге с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки	2		2
	Владеть: - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в кикбоксинге 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, 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
ОПК-8	Знать: - правила соревнований по базовым видам спорта и кикбоксингу; - 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 кикбоксинге	8		9

	- современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.			
ПК-10	Уметь: - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - определять предрасположенность к занятиями определенными видами спорта; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в кикбоксинге.	8		9
	Владеть: умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в кикбоксинге с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.	8		9
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.	2,4		2,5
	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.	8		9
	Знать: - основы теории и методики спортивной тренировки в кикбоксинге; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в кикбоксинге.	2		2
	Уметь: - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями кикбоксинге демонстрировать	5		6

	технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.			
ПК-14	Владеть: - в соответствии с особенностями кикбоксинга владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.	5		6
	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)			Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа		
1 КУРС							
1.1	Введение в дисциплину	1		2	4	Опрос	
1.2	История кикбоксинга. Развитие кикбоксинга в мире и в России			2	4	Опрос	

1.3	Техника безопасности			2	4		
2.1	Одежда кикбоксера			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 кикбоксинге			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				6		
4.7	Техника серийных ударов			2	6		
4.8	Техника ударов из нестандартных положений			2	6		
4.9	Техника однотипных ударов				6	Оценка технической подготовленности (зачетный урок)	
	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 кикбоксинга			2	10		
6.4.1	Техника защит			4	12		
6.4.2	Тактика защит руками			4	12		
7.1	Техника защит туловищем			4	12	Оценка технической подготовленности (зачетный урок)	
7.3	Эксплуатация ринга			2	10	Опрос	
	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	Опрос, проведение практических занятий	
8.3	Организация соревнований			2	4	Участие в организации и судействе соревнований,	
8.4	Судейство соревнований			2	2	Опрос, анализ протоколов результатов соревнований	
9.1	Тактика			4	4		
9.2	Тактика турнира			4	4		
9.3	Тактика раунда			4	4		
9.4	Тактика ведения боя			4	4	Отчет по практическим заданиям	
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	Опрос	
12.1	Теоретические и методические основы обучения.			2	6	Опрос	
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	Оценка технической подготовленности (зачетный урок)	
	Всего за 4 семестр:	63		30	33		Дифференцированный зачет
		126		60	66		
3 КУРС							
		V					

13.1	Методика занятий кикбоксингом с детьми дошкольного возраста			2	4		
13.2	Особенности организации и проведения занятий в школьных секциях			2	4	Опрос и выполнение практических заданий (составление классификационных таблиц)	
13.3	Особенности занятия кикбоксингом с детьми школьного возраста			4	4		
13.5	Средства и методы обучения			4	4		
13.6	Организация и планирование процесса обучения			2	4	Контрольная работа	
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	Защита тренировочных планов	
	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	Опрос, решение ситуационных задач	
15.1	Неинструментальные методы исследования			2	3		
15.2	Инструментальные методы			2	5		
15.3	Обработка результатов			4	5	Выполнение творческих заданий	
16	Профессионально-педагогическое мастерство тренера по кикбоксингу			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 кикбоксеров высокой квалификации	VII		4	14		
18.1	Общая характеристика многолетней			4	14	Групповая дискуссия, защита тренировочных	

	спортивной подготовки					планов	
18.2	Задачи и содержание многолетней подготовки			4	14	Опрос, решение ситуационных задач	
18.3	Формирование технического мастерства и развития двигательных способностей			6	14	Опрос	
18.4	Построение спортивной тренировки на этапах многолетней подготовки			4	12	Опрос, защита тренировочных планов	
18.5	Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки			4	14	Опрос	
19.1	Любительские федерации, ассоциации			4	14	Написание курсовой работы, презентация	
	Всего за 7 семестр	126		30	96		
		VIII					
19.2	Профессиональные федерации, ассоциации			8	18		
19.3	Кикбоксерские клубы			8	18	12	
20	Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса по кикбоксингу			8	18		
21	Бизнес в кикбоксинге			6	15	Опрос	
	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)			Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа		

1 КУРС						
Введение в дисциплину	1			4		
История кикбоксинга. Развитие кикбоксинга в мире и в России			1	2	Опрос	
Техника безопасности				4	Проведение контрольных занятий	
Одежда кикбоксера				4		
Аксессуары				4		
Инвентарь				2		
Перчатки				2		
Мячи набивные				2		
Мешки				2		
Выбор мешков				2		
Основы техники в кикбоксинге			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	Оценка технической подготовленности (зачетный урок	
Защиты			1	8		
Стандартный ринг			1	6		
Площадки для кикбоксинга				6	Опрос	
Техника защит			1	8		
Тактика защит руками			1	8		
Техника защит туловищем				8	Оценка технической подготовленности (зачетный урок	

Всего за 2 семестр	74		6	68		
Итого за 1 курс:	144		10	134		Дифференцированный зачет
2 КУРС						
	3					
Эксплуатация ринга			1	4		
Этикет				4		
Правила соревнований			2	4	опрос	
Организация соревнований			2	6	Участие в организации и судействе	
Судейство соревнований				10	Опрос, анализ протоколов результатов соревнований	
Тактика			2	6		
Тактика турнира			2	10		
Тактика раунда				10		
Тактика ведения боя				10	Опрос по тактике	
Всего за 3 семестр:	72		8	64		
	4					
Профилактика травм			2	4	Опрос	
Оказание первой помощи				6	Опрос, проведение практических занятий	
Теоретические и методические основы обучения.				6	Опрос	
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	Оценка технической подготовленности (зачетный урок)	
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			2	10		

секциях						
Методика занятий кикбоксингом с детьми дошкольного возраста				12	Индивидуальный и групповой опрос	
Особенности организации и проведения занятий в школьных секциях			2	10	Опрос и выполнение практических заданий (составление классификационных таблиц)	
Особенности занятия кикбоксингом с детьми школьного возраста			2	12	Индивидуальный опрос	
Всего за 5 семестр	72		8	64		
	6					
Средства и методы обучения				6	Опрос	
Организация и планирование процесса обучения			1	8	Опрос	
Воспитание выносливости			1	8		
Воспитание силы			1	6		
Воспитание гибкости			1	6		
Воспитание скоростных возможностей			1	6	Защита тренировочных планов	
Техническая подготовка			1	8	Опрос и выполнение практических заданий	
Тактическая подготовка			1	8	Опрос, защита тренировочных планов	
Психическая подготовка			1	8	Опрос, решение ситуационных задач	
Всего за 6 семестр	72		8	64		
Итого за 3 курс	144		16	128		Дифференцированный зачет
4 КУРС						
	7					
Неинструментальные методы исследования			2	16		
Инструментальные методы			2	16		
Обработка результатов			2	16	Опрос и выполнение творческих заданий	
Профессионально-педагогическое мастерство тренера по кикбоксингу			2	16	Характеристика педагогических приемов	
За 7 семестр	72		8	64		
8	8					
Основы построения спортивной тренировки кикбоксеров высокой квалификации			4	22	Опрос и выполнение творческих заданий	

Общая характеристика многолетней спортивной подготовки			2	20	Групповая дискуссия, защита тренировочных планов	
Задачи и содержание многолетней подготовки			2	20	Опрос, решение ситуационных задач	
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	Опрос	
Построение спортивной тренировки на этапах многолетней подготовки			2	10	Опрос, защита тренировочных планов	
Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки			2	10	Опрос	
Любительские федерации, ассоциации			2	5	Письменный опрос	
Профессиональные федерации, ассоциации			2	5		
Кикбоксерские клубы			2	5		
Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса по кикбоксингу			2	5		
Бизнес в кикбоксинге			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	Контрольная работа	
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 (кикбоксинг)»
(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 (кикбоксинг)» и направлен на совершенствование индивидуальных профессиональных умений, навыков и физической подготовки студентов, необходимых в их будущей профессиональной деятельности.

Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Дисциплина федерального компонента «Спортивно-педагогическое совершенствование (кикбоксинг)» направлена на последовательное и методичное формирование у студентов профессионально-педагогического мастерства (комплекса общекультурных и профессиональных компетенций).

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (кикбоксинг)» 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 кикбоксинге			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 кикбоксинге с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки			2
	Владеть: - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в кикбоксинге 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	Знать:			3

	<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. 			
	Уметь: осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.			5
	Владеть: навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев			6
ОПК-8	Знать: <ul style="list-style-type: none"> - правила соревнований по базовым видам спорта и кикбоксингу; - 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
	Уметь: <ul style="list-style-type: none"> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований. 			7
	Владеть: <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований. 			7
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 кикбоксинге - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 			6
	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 кикбоксинге. 			7
	Владеть: <ul style="list-style-type: none"> умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в кикбоксинге с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 			7
	Знать: <ul style="list-style-type: none"> - федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта, примерные программы подготовки по виду спорта; 			2,4

	<ul style="list-style-type: none"> - 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. 			
<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). 			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 кикбоксинге; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в кикбоксинге. 			2
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями кикбоксинга демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности. 			4
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в соответствии с особенностями кикбоксинга 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
<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
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной 			7

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.			
---	--	--	--

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	
1 КУРС					
Введение в дисциплину	1			8	
История кикбоксинга. Развитие кикбоксинга в мире и в России			1	8	
Техника безопасности				10	
Одежда кикбоксера			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 кикбоксинге			2	18	
Всего	106		6	100	
Техника прямых ударов	2			8	
Техника боковых ударов			1	8	
Техника ударов снизу				8	
Техника повторных ударов. Удары ногами				8	
Техника двойных ударов			1	8	
Техника серийных ударов				8	

Техника ударов из нестандартных положений				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 кикбоксинга				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				6		
Тактика раунда			4	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 кикбоксингом с детьми дошкольного возраста			2	10		
Особенности организации и проведения занятий в школьных секциях			1	10		
Особенности занятия кикбоксингом 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 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 кикбоксингу			0,5	18		
Основы построения спортивной тренировки кикбоксеров высокой квалификации			0,5	18		
Общая характеристика многолетней спортивной подготовки			0,5	18		
Задачи и содержание многолетней подготовки			0,5	16		
Бизнес в кикбоксинге			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 кикбоксинга. Развитие кикбоксинга в мире и в России.

Практические занятия

Зарождение и развитие кикбоксинга. Основные этапы развития. Их характеристика.

Самостоятельная работа

Изучение документации Федерации кикбоксинга

Техника безопасности

Практические занятия

Положения техники безопасности при занятиях.

Самостоятельная работа

Изучение документации по технике безопасности

Одежда кикбоксера

Практическое занятие

Одежда для дисциплин кикбоксинга. 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 кикбоксинга

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 кикбоксинге

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 кикбоксинга

Практическое занятие

Характеристика площадок для кикбоксинга

Самостоятельная работа

Изучение вариантов расположения и эксплуатации площадок в практике кикбоксинга

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 кикбоксинга.

Самостоятельная работа

Изучение вариантов реализации этикета.

Правила соревнований

Практическое занятие

Правила соревнований в данном виде спорта

Самостоятельная работа

Изучение правил различных федераций и дисциплин кикбоксинга

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 кикбоксинга. 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 кикбоксинга

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 кикбоксингом 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 кикбоксингу

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 кикбоксинга

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 кикбоксинге

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 кикбоксингу

Практическое занятие

Педагогические приемы в работе тренера

Самостоятельная работа

Анализ работы практических тренеров

4 КУРС

Основы построения спортивной тренировки кикбоксеров 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 кикбоксинга

Самостоятельная работа

Изучение деятельности организаций любительского кикбоксинга

Профессиональные федерации, ассоциации

Практическое занятие

Организации профессионального кикбоксинга

Самостоятельная работа

Характеристика деятельности и итогов работы профессиональных организаций кикбоксинга

Кикбоксерские клубы

Практическое занятие

Клубы кикбоксинга. Отечественные и зарубежные

Самостоятельная работа

Изучение документации и практическое знакомство с работой

**Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса
по кикбоксингу**

Практическое занятие

Обеспечение учебно-тренировочного процесса (материальное, моральное стимулирование, спонсорские и государственные дотации)

Самостоятельная работа

Изучение смет и бюджета секций, клубов, федераций кикбоксинга

Бизнес в кикбоксинге

Практическое занятие

Кикбоксинг как вид коммерческой деятельности

Самостоятельная работа

Изучение опыта работы частных и государственных организаций кикбоксинга

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 кикбоксинге
3. История кикбоксинга. Развитие кикбоксинга в мире и в России
4. Техника безопасности
5. Одежда кикбоксера
6. Аксессуары
7. Инвентарь

- 8.Перчатки
- 9.Мячи набивные
- 10.Мешки
- 11.Выбор мешков
- 12.Основы технической подготовки в кикбоксинге
- 13.Основы техники в кикбоксинге
- 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 кикбоксинга

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 кикбоксинге
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 кикбоксингом
16. Оценка технической подготовленности
17. Оценка тактической подготовленности
18. Оценка психологической подготовленности
19. Оценка физической подготовленности
20. Специфика физической подготовленности в различных дисциплинах кикбоксинга
21. Специфика технической подготовленности в различных дисциплинах кикбоксинга
22. Специфика психологической подготовленности в различных дисциплинах кикбоксинга
23. Специфика тактической подготовленности в различных дисциплинах кикбоксинга
24. Специфика функциональной подготовленности в различных дисциплинах кикбоксинга
25. Индивидуализация подготовки
26. Самоконтроль в подготовке

Вопросы к экзамену (4 курс)

1. Основы тренировки кикбоксера 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 кикбоксинга
8. Клубы кикбоксинга
9. Материально-техническое обеспечение тренировочного процесса
10. Кикбоксинг 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 кикбоксера

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 кикбоксинга
10. Материально-техническое обеспечение тренировочного процесса
11. Взаимодействие бизнеса и спорта в кикбоксинге
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 кикбоксера
29. Оценка тактики кикбоксера

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 кикбоксера / О. Е. Зиборов. – М, 1993. – Т. 1.
6. Казаков, М. Врачебный контроль в боксе / М. Казаков. – М.: Физкультура и спорт, 1957.
7. Кикбоксинг. 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.: Агентство «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»:*

1. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>
2. <http://medline.ru>
3. <https://elibrary.ru>
4. <http://lms.sportedu.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):

- 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	<i>Выступление на семинаре «Техника безопасности»</i>		10
2	<i>Опрос по теме: «История кикбоксинга. Развитие кикбоксинга в мире и в России»</i>		5
3	<i>Опрос по теме: «Одежда кикбоксера. Аксессуары. Инвентарь»</i>		5
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>Участие в организации и судействе соревнований</i>		10
7	<i>Реферат по теме: «Основы техники в кикбоксинге»</i>		10
8	<i>Посещение занятий</i>		10
	<i>Дифференцированный зачет</i>		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 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

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	Проведение практических занятий по теме № 1 Правила соревнований»		10
2	Участие в судействе соревнований		10
3	Опрос. Анализ протоколов соревнований		10
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

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) 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: 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 «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 кикбоксеров 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

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 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	<i>Контрольная работа по разделу «Совершенствование психологической подготовки»</i>		10
3	<i>Выступление на семинаре «Формирование технического мастерства и развития двигательных способностей»</i>		10
	<i>Выступление на семинаре «Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки»</i>		10
4	<i>Выполнение практического задания №1 по разделу «Построение спортивной тренировки на этапах многолетней тренировки»</i>		10
5	<i>Выполнение практического задания №2 по разделу «Совершенствование физической подготовки»</i>		10
7	<i>Написание курсовой работы по теме «Любительские федерации, ассоциации»</i>		10
10	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	10
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Основы построения спортивной тренировки кикбоксеров 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

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 (кикбоксинг)»
(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)*
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 освоения дисциплины (модуля):** «Спортивно-педагогическое совершенствование»

Курс «Спортивно-педагогическое совершенствование (СПС)» является продолжением основных разделов дисциплины специализации «Теория и методика избранного вида спорта (кикбоксинг)» и направлен на совершенствование индивидуальных профессиональных умений, навыков и физической подготовки студентов, необходимых в их будущей профессиональной деятельности.

4. **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			6

	положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта			
<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 кикбоксинге			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 кикбоксинге с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки			2
	Владеть: - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в кикбоксинге 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>	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
	Уметь: осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.			5
	Владеть: навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев			6
<i>ОПК-8</i>	Знать: - правила соревнований по базовым видам спорта и кикбоксингу; - 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
	Уметь: - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.			7
	Владеть: - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.			7
	Знать: - теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки;			6

	<ul style="list-style-type: none"> - методики отбора и спортивной ориентации в кикбоксинге - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 			
ПК-10	<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 кикбоксинге. 			7
	<p>Владеть:</p> <p>умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в кикбоксинге 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
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики спортивной тренировки в кикбоксинге; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в кикбоксинге. 			2
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; 			4

	- в соответствии с особенностями кикбоксинга демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.			
ПК-14	Владеть: - в соответствии с особенностями кикбоксинга владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.			5
	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

5. 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 кикбоксинга. Развитие кикбоксинга в мире и в России			1	8		
Техника безопасности				10		
Одежда кикбоксера			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 кикбоксинге			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			1	8		
Техника серийных ударов				8		
Техника ударов из нестандартных положений				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 кикбоксинга				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			4	2		
Правила соревнований				6		
Организация соревнований				6		
Судейство соревнований				6		
Тактика			4	6		

Тактика турнира				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 кикбоксингом с детьми дошкольного возраста			2	10		
Особенности организации и проведения занятий в школьных секциях			1	10		
Особенности занятия кикбоксингом 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			1	12		

выносливости						
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 кикбоксингу			0,5	18		
Основы построения спортивной тренировки кикбоксеров высокой квалификации			0,5	18		
Общая характеристика многолетней спортивной подготовки			0,5	18		
Задачи и содержание многолетней подготовки			0,5	16		
Бизнес в кикбоксинге			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

