

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
(киокусинкай)»**

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики фехтования, современного
пятиборья, восточных боевых искусств
Протокол № 29 от «19» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Составитель:

Демченко Наталья Сергеевна, доцент кафедры ТИМ фехтования,
современного пятиборья, восточных боевых искусств

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины

Целью настоящего курса является формирование у студентов навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий по киокусинкай и поддержание их спортивной формы.

Задачи курса заключаются в следующем:

- формирование профессионально-педагогических навыков и умений по проведению учебно-тренировочного процесса;
- освоение методов управления и оценки эффективности тренировочного процесса.

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

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (киокусинкай)» относится к профессиональному циклу базовой части основной образовательной программы (ООП) бакалавриата. 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 кюкусинкай.

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 кюкусинкай 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
1	3	5	6	7
ОПК-2	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий в различных видах киокусинкай; – методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке спортсменов киокусинкай. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по видам киокусинкай; – применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки спортсменов киокусинкай. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по видам киокусинкай с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры; – навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке спортсменов киокусинкай. 			1-2

	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных дисциплинах киокусинкай. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по различным дисциплинам киокусинкай. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по дисциплинам киокусинкай 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 киокусинкай на начальном и тренировочном этапах подготовки. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в киокусинкай 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 киокусинкай на этапе совершенствования спортивного мастерства. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в киокусинкай с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства. 			9-10
ОПК-5	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы правильной техники выполнения основных соревновательных упражнений в киокусинкай <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать технику выполнения упражнений в дисциплинах киокусинкай 			3-4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать тактику в дисциплинах киокусинкай. 			5-6
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня работоспособности спортсменов в дисциплинах киокусинкай. 			7-8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня специализированных качеств у спортсменов в дисциплинах киокусинкай 			9-10
ОПК-8	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции младших судей по кумитэ в группах дисциплин киокусинкай. 			3-4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции младших судей по ката и 			5-6

	тамэсивари			
	<i>Уметь:</i> – выполнять функции старших судей и секретарей при проведении соревнований по кумитэ			7-8
	<i>Владеть:</i> – навыками организации и проведения соревнований в отдельных дисциплинах киокусинкай			9-10
ПК-10	<i>Владеть:</i> – современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в киокусинкай			7-8
ПК-11	<i>Уметь:</i> – разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в киокусинкай			7-8
	<i>Владеть:</i> – навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по киокусинкай			9-10
ПК-14	<i>Уметь:</i> – владеть техникой дисциплин киокусинкай			3-4
	<i>Владеть:</i> – умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий в дисциплинах киокусинкай			5-6
	<i>Владеть:</i> – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий в киокусинкай			7-8
ПК-15	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль на занятиях в различных дисциплинах киокусинкай.			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 (киокусинкай)»

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 (киокусинкай)»	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: 126 часов	2	6	68		Дифференцированный зачет
1	Традиционные и современные виды разминок в кюкусинкай		2	20		
1.1	Виды и содержание разминки в кюкусинкай		2	10		
1.2	Подбор и обучение упражнениям различных видов и комплексов разминки			10		
2	Традиционные основная и заключительные части занятия в кюкусинкай		2	20		
2.1	Педагогические умения и навыки проведения основной части занятий по кюкусинкай		2	10		
2.2	Педагогические умения и навыки проведения заключительной части занятий по кюкусинкай			10		
3	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (0 кю)		2	28		

3.1	Разработка плана первого года обучения в киокусинкай		2	10		
3.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 10 кю и обучение им			10		
3.3	Составление связок и комбинаций из технических элементов на 10 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.			8		
II курс	Всего: 144 часа	3-4	16	128		Дифференцированный зачет
1	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (10 кю)		8	64		
1.1	Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 10 кю		4	20		
1.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 9 кю и обучение им		2	24		
1.3	Составление связок и комбинаций из технических элементов на 9 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.		2	20		
2	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (9 кю)		8	64		
2.1	Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 9 кю		4	20		
2.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 8 кю и обучение им		2	24		
2.3	Составление связок и комбинаций из технических элементов на 8 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.		2	20		
III курс	Всего: 144 часа (4 зачетных единиц)	5-6	16	128		Дифференцированный зачет

1	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (8 кю)	5	8	64		
1.1	Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 8 кю		4	20		
1.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 7 кю и обучение им		2	24		
1.3	Составление связок и комбинаций из технических элементов на 7 кю выполняемых на месте и в передвижении обучение им.		2	20		
2	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (7 кю)	6	8	64		
2.1	Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 7 кю		4	20		
2.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 6 кю и обучение им		2	24		
2.3	Составление связок и комбинаций технических элементов на 6 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им		2	20		
IV курс	Всего: 144 часа (4 зачетных единиц)	8	16	128		Дифференцированный зачет
1	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (6 кю)		8	64		
1.1	Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 6 кю		4	20		
1.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 5 кю и обучение им		2	24		

1.3	Составление связок и комбинаций технических элементов на 5 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им		2	20		
2	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (5 кю)		8	64		
2.1	Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 5 кю		4	20		
2.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 4 кю и обучение им		2	24		
2.3	Составление связок и комбинаций технических элементов на 4 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им		2	20		
V курс	Всего: 108 часов (3 зачетных единиц)	9-10	32	103	9	Экзамен
1	Организация и проведение занятий со спортсменами средней квалификационной группы (4 кю)		8	64		
1.1	Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 4 кю		4	20		
1.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 3 кю и обучение им		2	24		
1.3	Составление связок и комбинаций технических элементов на 3 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им		2	20		
2	Организация и проведение занятий со спортсменами средней квалификационной группы (3 кю)		8	50		

2.1	Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 3 кю		4	15		
2.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 2 кю и обучение им		2	20		
2.3	Составление связок и комбинаций технических элементов на 2 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им		2	15		
3	Организация и проведение занятий со спортсменами средней квалификационной группы (2 кю)		8	50		
3.1	Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 2 кю		4	15		
3.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 1 кю и обучение им		2	20		
3.3	Составление связок и комбинаций технических элементов на 1 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им		2	15		
4	Семестровый экзамен			3	9	
4.1	Повторение курса обучения					
4.2	Сдача экзамена				9	Экзамен
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 (киокусинкай)»

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

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

5.2.1. Содержание зачетных требований для студентов во 2 семестре

Практические задания:

1. Какие варианты разминок приняты в кйокусинкай? Продемонстрируйте один из вариантов разминки на месте.
2. Особенности проведения разминки в различных возрастных группах. Продемонстрируйте вариант разминки для начинающих.
3. Продемонстрируйте и объясните выполнение стандартной традиционной разминки. Кйокусинкай.
4. Продемонстрируйте комплекс разминки для ката.
5. Продемонстрируйте комплекс разминки для кумитэ.
6. Подготовка к сдаче микрозачетов по ОФП и СФП.
7. Самостоятельное проведение традиционной подготовительной части занятий по кйокусинкай.
8. Самостоятельное проведение стандартной подготовительной части занятий по кйокусинкай.
9. Самостоятельное проведение традиционной основной части занятий по кйокусинкай.
10. Самостоятельное проведение подготовительной части занятий по кйокусинкай для кумитэ.

11. Самостоятельное проведение подготовительной части занятий по киокусинкай для ката.
12. Анализ техники групп дисциплин входящих в киокусинкай.
13. Сдача микрозачетов по ОФП и СФП.

5.2.2. Содержание зачетных требований для студентов в 4 семестре

1. Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 10 кю.
2. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 9 кю и обучение им.
3. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 8 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.
4. Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 8 кю
5. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 7 кю и обучение им
6. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 7 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.
7. Роль специализированных развивающих игр на занятиях по киокусинкай.
8. Какими методическими приемами должен пользоваться тренер при обучении традиционной базовой техники детей дошкольного и младшего школьного возраста?
9. Построение примерного поурочного плана тренировки в спортивно-оздоровительных группах.
10. Выполнить технически верно и назвать правильно терминологию начальных ката:
11. Тайкёку сонно ити, Тайкёку соно ни, Тайкёку соно сан, Тайкёку сонно ити ура, Тайкёку соно ни ура, Тайкёку соно сан ура, Сокуги тайкёку сонно ити, Сокуги тайкёку соно ни, Сокуги тайкёку соно сан.

12. Сдача микрозачетов по ОФП и СФП.

5.2.3. Содержание зачетных требований для студентов в 6 семестре

1. Разработка годового плана проведение занятий в группах начальной-спортивной подготовки с учетом клубной системы обучения.
2. Разработка годового плана подготовки занимающихся, имеющих квалификацию 8 кю.
3. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты, необходимых для 7 кю и обучение им.
4. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 7кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.
5. Разработка годового плана подготовки занимающихся, имеющих квалификацию 7кю
6. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты, необходимых для 6 кю и обучение им
7. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 6кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.
8. Сдача микрозачетов по ОФП и СФП.

5.2.4. Содержание зачетных требований для студентов в 8 семестре обучения:

1. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты, необходимых для 5 кю и обучение им.
2. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 5кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.
3. Разработка годового плана подготовки занимающихся, имеющих квалификацию 5 кю.
4. Самостоятельное проведение основной и заключительной частей занятий по киокусинкай.

5. Конспект комплекса связок и комбинаций из технических элементов для экзамена на 4 кю выполняемых на месте и в передвижении.
6. Проведение контрольного занятия по специальной физической подготовке.
7. Сдача микрозачетов по ОФП и СФП.

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

1. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 3 кю и обучение им.
2. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 3 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.
3. Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 3 кю.
4. Характеристика, содержание и основные методы интегральной подготовки в киокусинкай.
5. Уметь назвать, объяснить, выполнить и показать общеподготовительные и специально подготовительные упражнения (обязательные специально подготовительные упражнения выполняются студентами в полном объеме).
6. Уметь назвать, продемонстрировать и объяснить технические действия для сдачи квалификационного экзамена на различные ученические степени (по выбору преподавателя).
7. Ката – основной метод индивидуального совершенствования в киокусинкай. Описать терминологически и выполнить любое из начальных ката киокусинкай.
8. Кумитэ – определение, цели, задачи. Виды кумитэ. Продемонстрировать и описать связки для различных квалификационных групп занимающихся.
9. Сдача микрозачетов по ОФП и СФП.

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

а). Основная литература:

1. Степанов С. В. Кёкусин каратэ-до: учебное пособие. Измен. и доп. – Екатеринбург: Изд-во Урал. Ун-та, 2014. – 204 с.;
2. Матвеев Л. П. Общая теория спота и её прикладные аспекты. 4-е изд., испр. и доп. – СПб.: Издательство «Лань», 2005. – 384 с.: ил.
3. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. Учебник для студентов ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 2009. – 543с.
4. Демченко Н.С. Учебно-методическое пособие «Начальные ката кюкусинкай», 2014г. – 96 с.
5. Демченко Н.С. Учебно-методическое пособие «Базовые ката кюкусинкай», 2017г. – 84 с.
6. Ояма М. Классическое каратэ. – М.: Эксмо, 2006. – 256 с.: ил.
7. Попов Г. И. Биомеханика: учеб. для студ. высш. учеб. заведений. 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – 256 с.
8. Правила соревнований по Кюкусинкай. Измен. и доп. Принятые АКР 10.09.2014.
9. Демченко Н.С. Рабочая программа дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)» Направление подготовки 49.03.01–РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 59 с.
10. Демченко Н.С. Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) Методические рекомендации, учебный материал и задания для самостоятельной работы студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01–РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 77 с.

б) Дополнительная литература:

1. Артеменко А. Ояма Масутацу. «Смертельная коррида». // «Додзё», 2001, № 8
2. Артемова Э. К. Биохимия. Учебное пособие для самостоятельной работы студентов институтов физической культуры. – М.: Физкультура и Спорт, 2006, - 72 с., ил.
3. Алабин В. Г., Скрипко А. Д. Тренажеры и тренировочные устройства в физической культуре и спорте (справочник). – Минск: Высш. школа, 1979. – 176 с.
4. Ашмарин Б.А., Теория и методика исследований в физическом воспитании: Пособие для студентов, аспирантов и преподавателей институтов физической культуры. –М.: ФиС, 1978
5. Бахтина Л.Н. Обучение реферированию научного текста. // Л.Н.Бахтина, И.П.Кузьмич, Н.М.Лариохина. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1988. – 119 с.
6. Блюминг, Йон. От уличного хулигана до десятого дана. М.: ООО «Будо-спорт», 2004. -272 с. Перевод с англ. и яп. языков А. М. Горбылева
7. Васильева Л. Ф. Визуальная диагностика нарушений статики и динамики опорно-двигательного аппарата человека. Иваново: МИК, 1996.
8. Васильев О. Е. Хореография боевых искусств. // «Додзё», 2004, № 3.
9. Горбылёв А. М. Японские воинские искусства. // «Додзё», 1997, № 1.
10. Горбылёв А. М., Артеменко О. Боевое каратэ Оямы Масутацу. // «Додзё», 2000, № 3.
11. Горбылёв А. М. Становление школы Кёкусинкай. // «Додзё», 2000, № 4.
12. Горбылёв А. М. Учителя Оямы Масутацу. Айки дзю-дзюцу и дзюдо. // «Додзё», 2001, № 6.
13. Горбылёв А. М. Великие мастера каратэ: Мацумура Сокоон, Хигаонна Канрё, Уэти Камбун. // «Додзё», 2002, № 1.
14. Горбылёв А. М. Секреты смертельного касания. // «Кэмпо», 1997, № 3.

15. Горбылёв А. М. Становление Сито-рю каратэдо. М.: ООО «Будо-спорт», 2003. – 272 с.
16. Горбылёв А.М. Ката – коаны каратэ. //«Кэмпо», 1997, № 1.
17. Горбылёв А. М. Секреты ката Сантин // «Додзё», 2000, № 5
18. Горбылёв А. М. Опасности ката Сантин. // «Додзё», 2000, № 5.
19. Горбылёв А. М. Техника поражения уязвимых точек в дзюдо. // «Додзё», 2000, № 5.
20. Горбылёв А. М. Найханги – главное ката Томаритэ и Сюритэ. // «Додзё», 2001, № 6.
21. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 1, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2008.
22. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 2, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2009.
23. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 3, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2009.
24. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 4, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2010.
25. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 5, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2010.
26. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 6, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2011.
27. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 7, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2012.
28. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 8, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2013.
29. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 9, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2014.
30. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 10, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2015.

31. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 11, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2016.
32. Горбунов Г. Д. Психопедагогика в спорте. – М.: ФиС, 1986.
33. Годик М. А., Озолин Э. С, Шустин Б. Н. О корректности измерительных и вычислительных процедур в спортивно-педагогических исследованиях // «Теория и практика физической культуры», 1973, № 4. - 56 с.
34. Дембо А. Г. Врачебный контроль в спорте. М.: Медицина, 1988.
35. Долгачев П. Ката Сантин в Годзю-рю. // «Додзё», 2000, № 5.
36. Демидова А.К. Пособие по русскому языку. Научный стиль речи. Оформление научной работы: Учеб. пособ. - М.: Рус. яз., 2011. - 201 с.
37. Демченко Н.С. Ката как основное средство интегральной подготовки к соревновательной деятельности в киокусинкай студентов не физкультурно-спортивных вузов. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в вузах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств. – М. : Светотон, 2010. – 89 с.
38. Демченко Н.С., Горбылев А.М. Становление концепции ката в традиционной японской культуре. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно- методический сборник, вып. 1, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2008. с. 12-32.
39. Демченко Н.С., Горбылев А.М. Ката в традиционных боевых искусствах самураев эпохи Токугава (1603-1867) ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно- методический сборник, вып. 2, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2009. - 288 стр.
40. Демченко Н.С., Качан А.Б., Дорофеев А.Г. , КИОКУСИНКАЙ типовая образовательная программа для учреждений дополнительного образования. / Авт.-сост. Н.С.Демченко и др. – Москва, ООО «Принтграфик», 2009. – 112 стр.

41. Демченко Н.С. Характеристика соревновательной деятельности в ката киокусинкай Научно-практическая конференция преподавателей кафедры ТиМ единоборств «Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам» Сост. проф. Игуменов В.М., Свищев И.Д. – М.:РГУФКСиТ-2010.-125_с.
42. Демченко Н.С. Формирование субъективной оценки микроинтервалов времени у спортсменов киокусинкай высокой квалификации для выступления в ката. «совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам». Материалы кафедральной научной конференции 2015 года. Часть 1. - Составители: проф. Игуменов В.М., Свищев И.Д., - М.:Принт Центр. – 2015.- 63 с.
43. Демченко Н.С. «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)» для слушателей групп профессиональной переподготовки по профилю основных образовательных программ, обучающихся в ИПКиППК Направление переподготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2017. – 91 с.
44. Демченко Н.С. Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) Тестовый контроль знаний выпуск 1 Методическое пособие направление подготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 47 с.
45. Демченко Н.С. Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) Тестовый контроль знаний выпуск 2 Методическое пособие направление подготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2016. – 28 с.
46. Демченко Н.С. Рабочая программа дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (киокусинкай)» направление подготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 30 с.
47. Демченко Н.С. «Спортивно-педагогическое совершенствование (киокусинкай)» Методические рекомендации, учебный материал и задания для самостоятельной работы студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 38 с.
48. Игнатов О. В. Силовая подготовка каратиста. // «Додзё», 2001, № 8.

49. Игнатов О. В. Гибкость и методы ее развития в боевых искусствах. // «Додзё», 2002, № 1.
50. Игнатов О. В. Выносливость и методы ее развития в контактных единоборствах. // «Додзё», 2002, № 2.
51. Иваницкий М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): Учебник для институтов физической культуры. – изд. 6-е / под ред. Б. А. Никитюка, А. А. Гладышевой, Ф. В. Судзиловского. – М.: Терра-Спорт, 2003. – 624с., ил.
52. Кузнецов И.Н. Подготовка и оформление рефератов, курсовых и дипломных работ. – Минск: Сэр-Вит, 2010. – 256 с.
53. Кук Д. Ч. Сила каратэ. – МП «Паломник» - МП «Норд-Спорт», 1993. – 208 с.
54. Коренберг В. Б. Основы спортивной кинезиологии: учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2005. – 232 с.
55. Мабуни Кэнва. Настрой занимающегося каратэ. // «Додзё», 2002, № 3.
56. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. –М.: ФиС, 1991.
57. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки – М.: ФиС, 1977.
58. Маряшин Ю. Е. Современное каратэ: Функциональная гимнастика. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2004. – 176 с.
59. Маряшин Ю. Е. О проблемах роста мастерства в каратэ. // «Додзё», 2004, № 1.
60. Маряшин Ю. Е. Критерии оценки оптимальной статики и динамики опорно-двигательного аппарата. // «Додзё», 2004, № 2.
61. Маряшин Ю. Е. Комплекс упражнений для оптимизации функционального состояния опорно-двигательного аппарата. // «Додзё», 2004, № 2.
62. Мабуни Кэнва. Ката Сантин в Сито-рю. Перев. Горбылёв А.М. //
63. Мабуни Кэнва, Накасонэ Гэнва. Названия, виды и значение ката. Перевод с японского Алексея Горбылёва. // «Додзё», 2002, № 4.

64. Мабуни Кэнва, Накасонэ Гэнва. Снаряды для дополнительных упражнений (ходзё ундо гу) и методы тренировки (танрэнпо). // «Додзё», 2003, №№ 2-3.
65. Орлов Ю. Л. Терминология и классификация каратэдо. // «Додзё», 2003, № 1, № 4.
66. Орлов Ю. Л. Анализ критериев и технология экспертной оценки участников аттестационных семинаров и соревнований по ката каратэ. //«Додзё», 2001, № 8; 2002, №№ 1, 3, 4.
67. Орлов Ю. Л. Найфанти сёдан – учебник бросков каратэдо. // «Додзё», 2001, № 6.
68. Окадзаки Хирото. Ката и реальный бой.// «Додзё», 2004, № 6.
69. Окадзаки Хирото. Примеры использования технических элементов ката Найфантин в реальном бою. // «Додзё», 2005, № 1.
70. Окадзаки Хирото. Обзор ката Сусихо. // «Додзё», 2015, № 2.
71. Окадзаки Хирото. Давайте развивать способности детей с помощью каратэ. // «Додзё», 2005, № 1.
72. Ояма М. Путь к истине. – М.: Издательский дом «Кислород», 2001. – 112 с.
73. Ояма М. Путь каратэ кёкусинкай. – М.: До-информ, 1992. – 112 с.
74. Рояма Хацуо. Каратэдо и техника дыхания. // «Додзё», 2005, № 1.
75. Рояма Хацуо. Техника ударов руками и методика их тренировки. // «Додзё», 2004, № 5.
76. Рояма Хацуо. Техника ударов ногами и методика их тренировки.// «Додзё», 2004, № 6.
77. Рояма Хацуо. Путь мастера Кёкусин. // «Додзё», 2002, № 6.
78. Русский язык и культура речи. Учебник / Под ред. В.И.Максимова. – М.: Гардарики, 2002. – 413 с.
79. Селуянов В.Н. Технология оздоровительной физической культуры В.Н.Селуянов. – М.: СпортАкадемпресс, 2001. -331 с.

80. Солодков А. С., Сологуб Е. Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Учебник. Изд. 2-е, испр. и доп. – М.: Олимпия Пресс, 2005. – 528с., ил.
81. Соловьев О.В., Новиков С.В. Клубы единоборств как современная форма духовного и спортивного воспитания подрастающего поколения. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в вузах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств. – М. : Светотон, 2010. – 89 с.
82. Тюрин А.А. Методика планирования и организация спортивной тренировки каратиста по киокусинкай. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в вузах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств. – М. : Светотон, 2010. – 89 с.
83. Танюшкин А. И., Фомин В. П., Слущкер В.И. Технические нормативы кёкусин ИФК. Выпуски 1 – 3. М.: издательство «Орбита», 2006-2007.
84. Танюшкин А. И., Фомин В. П. Самозащита в системе будо-каратэ и система самозащиты на базе Кёкусинкай. // «Додзё», 2003, № 3.
85. Танюшкин А. И. «Мокуси ямэ!». – М.: издательство «Русь», 1997. – 190 с.
86. Тваладзе Г. М. Анатомический анализ движений человеческого тела. М.: Медицина, 1964.
87. Тер-Ованесян А. А. Педагогические основы физического воспитания. М.: Физкультура и спорт, 1978. -206 с.
88. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 1. Пропедевтика. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.

89. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 2. Кинезиология и психология. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.
90. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 4. Планирование и контроль. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.
91. Фомин В. П. Медитация на тему «Сантин». // «Додзё», 2001, № 6
92. Фомин В. П. Ката Кёкусинкай – формула будо (путевые заметки с прологом и эпилогом). // «ДОДЗЁ», 2002, №№ 4-5.
93. Фунакоси Гитин. «Двадцать наставлений о пути каратэ» и их разъяснение. // «Додзё», 2005, №№ 1-2.
94. Фомин В. П. В додзё Оямы Масутацу (1961-1965). Интервью с ханси Стивом Арнейлом. // «Додзё», 2001, № 6.
95. Филимонов В. И. Теория и методика бокса. – М.: «ИНСАН», 2006, - 584 с.
96. Черный В. Г. Спорт без травм. М.: Физкультура и спорт, 1988.
97. Чумаков Е.М. Физическая подготовка борцов. Учебное пособие. М., РГАФК, 1996.
98. Чумаков Е.М. Моделирование спортивной деятельности борца. Методическая разработка. Москва, 1986.
99. Чумаков Е.М., Ионов С.Ф. Индивидуальное планирование тренировки борца-самбиста. Методические рекомендации. Москва, 1986.
100. Шинков С. О.. Особенности подготовки спортсменов высшей квалификации. // «Додзё», 2002, № 3.
101. Шестакова В.Б., Теория и практика дзюдо: учебник для ВПО – 2011.- «Советский спорт». – 324 с.
102. Щитов В. Бокс для начинающих. –М.:Фаир-ПРЕСС, 2001.
103. Ямада Коо. Каппо. Основные аспекты реанимации. //«Додзё», 2004, № 4.

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

sportlib@umail.ru Электронный адрес отраслевой библиотеки

РГУФКСМиТ

www.rsbi.akr.ru Электронный адрес аккредитованной по виду спорта киокусинкай Ассоциации киокусинкай России (АКР)

www.kyokushinkan.ru Электронный адрес Федерации кёкусин-кан каратэ-до России, представляющей группу дисциплин кёкусинкан.

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

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения общетехнологических задач. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796.
Прикладные программные средства		
2.	Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности

	<p><i>-Microsoft Word</i></p> <p><i>-Microsoft Excel</i></p> <p><i>-Microsoft PowerPoint</i></p> <p><i>-Microsoft Outlook</i></p>	<p>Университета. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796 в составе:</p> <p><i>Редактор текстовый,</i></p> <p><i>Редактор табличный,</i></p> <p><i>Редактор деловой графики и презентаций</i></p> <p><i>Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i></p>
3.	Adobe Acrobat DC	<p>Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf).</p> <p>Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>
4.	WinRAR (WinZip)	<p>Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>
5.	Dr.Web	<p>Локальная антивирусная программа.</p> <p>Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>
6.	Microsoft Office Access	<p>Система управления базой данных.</p> <p>Устанавливается по мере необходимости использования в образовательном процессе.</p>
7.	Microsoft Visio	<p>Система обработки деловой графики, организационных схем. Устанавливается по</p>

		мере необходимости.
8.	Microsoft Project	Система управления проектами работ. Устанавливается по мере необходимости.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

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

7.2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных¹ и (или) групповых² консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

7.3. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

7.3.1. Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.

7.3.2. Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.

7.3.3. Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.

7.3.4. Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.

7.3.5. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.

¹ Указываются при наличии курсовых работ по дисциплине (модулю)

² Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

- 7.3.6. Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.
- 7.3.7. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.
- 7.3.8. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.
- 7.3.9. Плеер DVD ВВК – 2007 г.
- 7.3.10. Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.
- 7.3.11. Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.
- 7.3.12. Монитор сердечного ритма Polar S-610.

7.4. Спортивный инвентарь

- 7.4.1. Набивные спортивные мешки.
- 7.4.2. Набивные спортивные подушки (макивары).
- 7.4.3. Традиционное оружие дзё. *(палка длиной 130 см и диаметром 2 см).*
- 7.4.4. Традиционное тренировочное оружие бокэн *(деревянная имитация катаны).*

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (киокусинкай)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 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. Виды традиционных разминок в кюкусинкай	5
	2. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по кюкусинкай	5
	3. Педагогические умения и навыки проведения основной части занятий по кюкусинкай	5
	4. Педагогические умения и навыки проведения заключительной части занятий по кюкусинкай	5
	5. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности	5
	6. Разработка плана первого года обучения в кюкусинкай	10
	7. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 10 кю и обучение им	5
	8. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 10 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.	10
3	Микрозачет по 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 (киокусинкай)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 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. Педагогические умения и навыки проведения занятий в группах физкультурно-оздоровительного этапа ДЮСШ и СДЮШОР по кюкусинкай. 2. Разработка годового плана проведение занятий в физкультурно-оздоровительных группах 3. Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 10 кю. 4. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 9кю и обучение им. 5. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 9 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им. 6. Разработка годового плана проведение занятий в группах предварительной подготовки ДЮСШ и СДЮШОР по кюкусинкай. 7. Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 9 кю. 8. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 8 кю и обучение им. 9. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 8 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.	10 5 5 5 5 10 5 5 10
3	Микрозачет по 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 (киокусинкай)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

III. 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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	15
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Организация и проведение занятий в группах по кюкусинкай на этапе спортивной специализации подготовки. 2. Организация и проведение занятий со спортсменами средней квалификационной группы (8 кю). 3. Организация и проведение занятий со спортсменами средней квалификационной группы (7 кю) 4. Организация и проведение занятий в группах по кюкусинкай на этапе спортивного совершенствования 5. Организация и проведение занятий со спортсменами старшей квалификационной группы (7 кю).	15 10 10 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	10
4	Сдача дифференцированного зачета (промежуточный контроль)	15
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (киокусинкай)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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	15
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Организация и проведение занятий в группах по кюкусинкай на этапе углубленной спортивной подготовки. 2. Организация и проведение занятий со спортсменами средней квалификационной группы (6 кю). 3. Организация и проведение занятий со спортсменами средней квалификационной группы (5 кю) 4. Организация и проведение занятий в группах по кюкусинкай на этапе спортивного совершенствования 5. Организация и проведение занятий со спортсменами старшей квалификационной группы (5 кю).	15 10 10 10 15
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 (киокусинкай)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 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	15
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Организация и проведение занятий в группах по кюкусинкай на этапе углубленной спортивной подготовки. 2. Организация и проведение занятий со спортсменами средней квалификационной группы (4 кю). 3. Организация и проведение занятий со спортсменами средней квалификационной группы (3 кю). 4. Организация и проведение занятий в группах по кюкусинкай на этапе спортивного совершенствования 5. Организация и проведение занятий со спортсменами старшей квалификационной группы (2 кю).	15 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 фехтования, современного пятиборья, восточных
боевых искусств**

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

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

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 киокусинкай 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 (киокусинкай)»	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: 126 часов	2	6	68		Дифференцированный зачет
1	Традиционные и современные виды разминок в кюкусинкай		2	20		
2	Традиционные основная и заключительные части занятия в кюкусинкай		2	20		
3	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (0 кю)		2	28		
II курс	Всего: 144 часа	3-4	16	128		Дифференцированный зачет
1	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (10 кю)		8	64		
2	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (9 кю)		8	64		
III курс	Всего: 144 часа (4 зачетных единиц)	5-6	16	128		Дифференцированный зачет
1	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (8 кю)	5	8	64		
2	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (7 кю)	6	8	64		

IV курс	Всего: 144 часа (4 зачетных единиц)	8	16	128		Дифференцированный зачет
1	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (6 кю)		8	64		
2	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (5 кю)		8	64		
V курс	Всего: 108 часов (3 зачетных единиц)	9-10	32	103	9	Экзамен
1	Организация и проведение занятий со спортсменами средней квалификационной группы (4 кю)		8	64		
2	Организация и проведение занятий со спортсменами средней квалификационной группы (3 кю)		8	50		
3	Организация и проведение занятий со спортсменами средней квалификационной группы (2 кю)		8	50		
4	Экзаменационный			3	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 теории и методики фехтования, современного пятиборья,
восточных боевых искусств**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики фехтования, современного
пятиборья, восточных боевых искусств
(наименование)
Протокол № 29 от «19» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Составитель:

Демченко Наталья Сергеевна, доцент кафедры ТИМ фехтования,
современного пятиборья, восточных боевых искусств

Рецензент:

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

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

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

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (киокусинкай)» 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 кюкусинкай.

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

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-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 видах киокусинкай; – методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке спортсменов киокусинкай. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по видам киокусинкай; – применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки спортсменов киокусинкай. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по видам киокусинкай с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры; – навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке спортсменов киокусинкай. 			1-2
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных дисциплинах киокусинкай. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по различным дисциплинам киокусинкай. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по дисциплинам киокусинкай 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 киокусинкай на начальном и тренировочном этапах подготовки. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в киокусинкай 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 киокусинкай на этапе совершенствования спортивного мастерства. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в киокусинкай с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства. 			9-10
ОПК-5	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы правильной техники выполнения основных соревновательных упражнений в киокусинкай <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать технику выполнения упражнений в дисциплинах киокусинкай 			3-4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать тактику в дисциплинах киокусинкай. 			5-6
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня работоспособности спортсменов в дисциплинах киокусинкай. 			7-8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня специализированных качеств у спортсменов в дисциплинах киокусинкай 			9-10
ОПК-8	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции младших судей по кумитэ в группах дисциплин киокусинкай. 			3-4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции младших судей по ката и тамэсивари 			5-6
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции старших судей и секретарей при проведении соревнований по кумитэ 			7-8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками организации и проведения соревнований в отдельных дисциплинах киокусинкай 			9-10
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 киокусинкай 			7-8
ПК-11	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать годовой план подготовки 			7-8

	спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в киокусинкай			
	<i>Владеть:</i> – навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по киокусинкай			9-10
ПК-14	<i>Уметь:</i> – владеть техникой дисциплин киокусинкай			3-4
	<i>Владеть:</i> – умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий в дисциплинах киокусинкай			5-6
	<i>Владеть:</i> – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий в киокусинкай			7-8
ПК-15	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль на занятиях в различных дисциплинах киокусинкай.			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 (киокусинкай)»

4.1 Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 15 зачетных единиц, экзамены – 9 часов, аудиторных занятий – 240 часов, самостоятельная работа студентов – 291 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 (киокусинкай)»	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	1-2	52	182		Дифференцированный зачет
1	Традиционные и современные виды разминок в кюкусинкай		12	60		
1.1	Виды и содержание разминки в кюкусинкай		6	30		
1.2	Подбор и обучение упражнениям различных видов и комплексов разминки		6	30		
2	Традиционные основная и заключительные части занятия в кюкусинкай		20	60		
2.1	Педагогические умения и навыки проведения основной части занятий по кюкусинкай		10	30		

2.2	Педагогические умения и навыки проведения заключительной части занятий по киокусинкай		10	30		
3	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (0 кю)		20	62		
3.1	Разработка плана первого года обучения в киокусинкай		6	20		
3.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 10 кю и обучение им		6	20		
3.3	Составление связок и комбинаций из технических элементов на 10 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.		8	22		
II курс	Всего:126часа (3,5 зачетных единиц)	3-4	60	66		Дифференцированный зачет
1	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (10 кю)		16	36		
1.1	Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 10 кю		4	10		
1.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 9 кю и обучение им		6	14		
1.3	Составление связок и комбинаций из технических элементов на 9 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.		6	12		
2	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (9 кю)		14	30		
2.1	Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 9 кю		4	10		
2.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 8 кю и обучение им		6	10		

2.3	Составление связок и комбинаций из технических элементов на 8 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.		4	10		
III курс	Всего:126 часов (3,5 зачетных единиц)	5-6	60	66		Дифференцированный зачет
1	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (8 кю)		60	66		
1.1	Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 8 кю		16	36		
1.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 7 кю и обучение им		4	10		
1.3	Составление связок и комбинаций из технических элементов на 7 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.		6	14		
2	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (7 кю)		6	12		
2.1	Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 7 кю		14	30		
2.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 6 кю и обучение им		4	10		
2.3	Составление связок и комбинаций технических элементов на 6 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им		6	10		
IV курс	Всего:234 часа (6,5 зачетных единиц)	7-8	60	165	9	Экзамен
1	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (6 кю)		30	80		

1.1	Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 6 кю		10	30		
1.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 5 кю и обучение им		10	20		
1.3	Составление связок и комбинаций технических элементов на 5 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им		10	30		
2	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (5 кю)		30	83		
2.1	Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 5 кю		10	33		
2.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 4 кю и обучение им		10	20		
2.3	Составление связок и комбинаций технических элементов на 4 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им		10	30		
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 (киокусинкай)»

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

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

5.2.1. Содержание зачетных требований для студентов во 2 семестре

Вопросы для устных ответов и практических заданий:

1. Какие варианты разминок приняты в кйокусинкай? Продемонстрируйте один из вариантов разминки на месте.
2. Особенности проведения разминки в различных возрастных группах. Продемонстрируйте вариант разминки для начинающих.
3. Продемонстрируйте и объясните выполнение стандартной традиционной разминки. Кйокусинкай.
4. Продемонстрируйте комплекс разминки для ката.
5. Продемонстрируйте комплекс разминки для кумитэ.
6. Подготовка к сдаче микрозачетов по ОФП и СФП.
7. Самостоятельное проведение традиционной подготовительной части занятий по кйокусинкай.
8. Самостоятельное проведение стандартной подготовительной части занятий по кйокусинкай.
9. Самостоятельное проведение традиционной основной части занятий по кйокусинкай.
10. Самостоятельное проведение подготовительной части занятий по

киокусинкай для кумитэ.

11. Самостоятельное проведение подготовительной части занятий по кюкусинкай для ката.

12. Анализ техники групп дисциплин входящих в кюкусинкай.

13. Сдача микрозачетов по ОФП и СФП.

5.2.2. Содержание зачетных требований для студентов в 4 семестре

1. Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 10 кю.

2. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 9 кю и обучение им.

3. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 8 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.

4. Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 8 кю

5. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 7 кю и обучение им

6. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 7 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.

7. Роль специализированных развивающих игр на занятиях по кюкусинкай.

8. Какими методическими приемами должен пользоваться тренер при обучении традиционной базовой техники детей дошкольного и младшего школьного возраста?

9. Построение примерного поурочного плана тренировки в спортивно-оздоровительных группах.

10. Выполнить технически верно и назвать правильно терминологию начальных ката:

11. Тайкёку сонно ити, Тайкёку соно ни, Тайкёку соно сан, Тайкёку сонно ити ура, Тайкёку соно ни ура, Тайкёку соно сан ура, Сокуги тайкёку сонно ити, Сокуги тайкёку соно ни, Сокуги тайкёку соно сан.

12. Сдача микрозачетов по ОФП и СФП.

5.2.3. Содержание зачетных требований для студентов в 6 семестре

1. Разработка годового плана проведение занятий в группах начальной-спортивной подготовки с учетом клубной системы обучения.

2. Разработка годового плана подготовки занимающихся, имеющих квалификацию 8 кю.

3. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты, необходимых для 7 кю и обучение им.

4. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 7кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.

5. Разработка годового плана подготовки занимающихся, имеющих квалификацию 7кю

6. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты, необходимых для 6 кю и обучение им

7. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 6кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.

8. Сдача микрозачетов по ОФП и СФП.

5.2.4. Содержание зачетных требований для студентов в 8 семестре обучения:

1. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты, необходимых для 5 кю и обучение им.

2. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 5кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.

3. Разработка годового плана подготовки занимающихся, имеющих квалификацию 5 кю.

4. Самостоятельное проведение основной и заключительной частей занятий по киокусинкай.
5. Конспект комплекса связок и комбинаций из технических элементов для экзамена на 4 кю выполняемых на месте и в передвижении.
6. Проведение контрольного занятия по специальной физической подготовке.
7. Сдача микрозачетов по ОФП и СФП.

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

а). Основная литература:

1. Степанов С. В. Кёкусин каратэ-до: учебное пособие. Измен. и доп. – Екатеринбург: Изд-во Урал. Ун-та, 2014. – 204 с.;
2. Матвеев Л. П. Общая теория спота и её прикладные аспекты. 4-е изд., испр. и доп. – СПб.: Издательство «Лань», 2005. – 384 с.: ил.
3. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. Учебник для студентов ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 2009. – 543с.
4. Демченко Н.С. Учебно-методическое пособие «Начальные ката кюкусинкай», 2014г. – 96 с.
5. Демченко Н.С. Учебно-методическое пособие «Базовые ката кюкусинкай», 2017г. – 84 с.
6. Ояма М. Классическое каратэ. – М.: Эксмо, 2006. – 256 с.: ил.
7. Попов Г. И. Биомеханика: учеб. для студ. высш. учеб. заведений. 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – 256 с.
8. Правила соревнований по Кюкусинкай. Измен. и доп. Принятые АКР 10.09.2014.
9. Демченко Н.С. Рабочая программа дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)» Направление подготовки 49.03.01–РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 59 с.

10. Демченко Н.С. Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) Методические рекомендации, учебный материал и задания для самостоятельной работы студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 77 с.

б) Дополнительная литература:

1. Артеменко А. Ояма Масутацу. «Смертельная коррида». // «Додзё», 2001, № 8
2. Артемова Э. К. Биохимия. Учебное пособие для самостоятельной работы студентов институтов физической культуры. – М.: Физкультура и Спорт, 2006, - 72 с., ил.
3. Алабин В. Г., Скрипко А. Д. Тренажеры и тренировочные устройства в физической культуре и спорте (справочник). – Минск: Высш. школа, 1979. – 176 с.
4. Ашмарин Б.А., Теория и методика исследований в физическом воспитании: Пособие для студентов, аспирантов и преподавателей институтов физической культуры. –М.: ФиС, 1978
5. Бахтина Л.Н. Обучение реферированию научного текста. // Л.Н.Бахтина, И.П.Кузьмич, Н.М.Лариохина. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1988. – 119 с.
6. Блюминг, Йон. От уличного хулигана до десятого дана. М.: ООО «Будо-спорт», 2004. -272 с. Перевод с англ. и яп. языков А. М. Горбылева
7. Васильева Л. Ф. Визуальная диагностика нарушений статики и динамики опорно-двигательного аппарата человека. Иваново: МИК, 1996.
8. Васильев О. Е. Хореография боевых искусств. // «Додзё», 2004, № 3.
9. Горбылёв А. М. Японские воинские искусства. // «Додзё», 1997, № 1.
10. Горбылёв А. М., Артеменко О. Боевое каратэ Оямы Масутацу. // «Додзё», 2000, № 3.
11. Горбылёв А. М. Становление школы Кёкусинкай. // «Додзё», 2000, № 4.

12. Горбылёв А. М. Учителя Оямы Масутацу. Айки дзю-дзюцу и дзюдо. // «Додзё», 2001, № 6.
13. Горбылёв А. М. Великие мастера каратэ: Мацумура Сокоон, Хигаонна Канрё, Уэти Камбун. // «Додзё», 2002, № 1.
14. Горбылёв А. М. Секреты смертельного касания. // «Кэмпо», 1997, № 3.
15. Горбылёв А. М. Становление Сито-рю каратэдо. М.: ООО «Будо-спорт», 2003. – 272 с.
16. Горбылёв А. М. Ката – коаны каратэ. // «Кэмпо», 1997, № 1.
17. Горбылёв А. М. Секреты ката Сантин // «Додзё», 2000, № 5
18. Горбылёв А. М. Опасности ката Сантин. // «Додзё», 2000, № 5.
19. Горбылёв А. М. Техника поражения уязвимых точек в дзюдо. // «Додзё», 2000, № 5.
20. Горбылёв А. М. Найханги – главное ката Томаритэ и Сюритэ. // «Додзё», 2001, № 6.
21. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 1, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2008.
22. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 2, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2009.
23. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 3, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2009.
24. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 4, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2010.
25. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 5, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2010.
26. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 6, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2011.
27. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 7, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2012.
28. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 8, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2013.

29. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 9, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2014.
30. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 10, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2015.
31. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 11, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2016.
32. Горбунов Г. Д. Психопедагогика в спорте. – М.: ФиС, 1986.
33. Годик М. А., Озолин Э. С, Шустин Б. Н. О корректности измерительных и вычислительных процедур в спортивно-педагогических исследованиях // «Теория и практика физической культуры», 1973, № 4. - 56 с.
34. Дембо А. Г. Врачебный контроль в спорте. М.: Медицина, 1988.
35. Долгачев П. Ката Сантин в Годзю-рю. // «Додзё», 2000, № 5.
36. Демидова А.К. Пособие по русскому языку. Научный стиль речи. Оформление научной работы: Учеб. пособ. - М.: Рус. яз., 2011. - 201 с.
37. Демченко Н.С. Ката как основное средство интегральной подготовки к соревновательной деятельности в киокусинкай студентов не физкультурно-спортивных вузов. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в вузах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств. – М. : Светотон, 2010. – 89 с.
38. Демченко Н.С., Горбылев А.М. Становление концепции ката в традиционной японской культуре. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно- методический сборник, вып. 1, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2008. с. 12-32.
39. Демченко Н.С., Горбылев А.М. Ката в традиционных боевых искусствах самураев эпохи Токугава (1603-1867) ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно- методический сборник, вып. 2, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2009. - 288 стр.

40. Демченко Н.С., Качан А.Б., Дорофеев А.Г. , КИОКУСИНКАЙ типовая образовательная программа для учреждений дополнительного образования. / Авт.-сост. Н.С.Демченко и др. – Москва, ООО «Принтграфик», 2009. – 112 стр.
41. Демченко Н.С. Характеристика соревновательной деятельности в ката киокусинкай Научно-практическая конференция преподавателей кафедры ТиМ единоборств «Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам» Сост. проф. Игуменов В.М., Свищев И.Д. – М.:РГУФКСиТ-2010.-125_с.
42. Демченко Н.С. Формирование субъективной оценки микроинтервалов времени у спортсменов киокусинкай высокой квалификации для выступления в ката. «совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам». Материалы кафедральной научной конференции 2015 года. Часть 1. - Составители: проф. Игуменов В.М., Свищев И.Д., - М.:Принт Центр. – 2015.- 63 с.
43. Демченко Н.С. «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)» для слушателей групп профессиональной переподготовки по профилю основных образовательных программ, обучающихся в ИПКиППК Направление переподготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2017. – 91 с.
44. Демченко Н.С. Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) Тестовый контроль знаний выпуск 1 Методическое пособие направление подготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 47 с.
45. Демченко Н.С. Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) Тестовый контроль знаний выпуск 2 Методическое пособие направление подготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2016. – 28 с.
46. Демченко Н.С. Рабочая программа дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (киокусинкай)» направление подготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 30 с.
47. Демченко Н.С. «Спортивно-педагогическое совершенствование (киокусинкай)» Методические рекомендации, учебный материал и задания

для самостоятельной работы студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 38 с.

48. Игнатов О. В. Силовая подготовка каратиста. // «Додзё», 2001, № 8.

49. Игнатов О. В. Гибкость и методы ее развития в боевых искусствах. // «Додзё», 2002, № 1.

50. Игнатов О. В. Выносливость и методы ее развития в контактных единоборствах. // «Додзё», 2002, № 2.

51. Иваницкий М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): Учебник для институтов физической культуры. – изд. 6-е / под ред. Б. А. Никитюка, А. А. Гладышевой, Ф. В. Судзиловского. – М.: Терра-Спорт, 2003. – 624с., ил.

52. Кузнецов И.Н. Подготовка и оформление рефератов, курсовых и дипломных работ. – Минск: Сэр-Вит, 2010. – 256 с.

53. Кук Д. Ч. Сила каратэ. – МП «Паломник» - МП «Норд-Спорт», 1993. – 208 с.

54. Коренберг В. Б. Основы спортивной кинезиологии: учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2005. – 232 с.

55. Мабуни Кэнва. Настрой занимающегося каратэ. // «Додзё», 2002, № 3.

56. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. –М.: ФиС, 1991.

57. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки – М.: ФиС, 1977.

58. Маряшин Ю. Е. Современное каратэ: Функциональная гимнастика. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2004. – 176 с.

59. Маряшин Ю. Е. О проблемах роста мастерства в каратэ. // «Додзё», 2004, № 1.

60. Маряшин Ю. Е. Критерии оценки оптимальной статики и динамики опорно-двигательного аппарата. // «Додзё», 2004, № 2.

61. Маряшин Ю. Е. Комплекс упражнений для оптимизации функционального состояния опорно-двигательного аппарата. // «Додзё», 2004, № 2.

62. Мабуни Кэнва. Ката Сантин в Сито-рю. Перев. Горбылёв А.М. //
63. Мабуни Кэнва, Накасонэ Гэнва. Названия, виды и значение ката. Перевод с японского Алексея Горбылёва. // «Додзё», 2002, № 4.
64. Мабуни Кэнва, Накасонэ Гэнва. Снаряды для дополнительных упражнений (ходзё ундо гу) и методы тренировки (танрэнпо). // «Додзё», 2003, №№ 2-3.
65. Орлов Ю. Л. Терминология и классификация каратэдо. // «Додзё», 2003, № 1, № 4.
66. Орлов Ю. Л. Анализ критериев и технология экспертной оценки участников аттестационных семинаров и соревнований по ката каратэ. //«Додзё», 2001, № 8; 2002, №№ 1, 3, 4.
67. Орлов Ю. Л. Найфантин сёдан – учебник бросков каратэдо. // «Додзё», 2001, № 6.
68. Окадзаки Хирото. Ката и реальный бой.// «Додзё», 2004, № 6.
69. Окадзаки Хирото. Примеры использования технических элементов ката Найфантин в реальном бою. // «Додзё», 2005, № 1.
70. Окадзаки Хирото. Обзор ката Сусихо. // «Додзё», 2015, № 2.
71. Окадзаки Хирото. Давайте развивать способности детей с помощью каратэ. // «Додзё», 2005, № 1.
72. Ояма М. Путь к истине. – М.: Издательский дом «Кислород», 2001. – 112 с.
73. Ояма М. Путь каратэ кёкусинкай. – М.: До-информ, 1992. – 112 с.
74. Рояма Хацуо. Каратэдо и техника дыхания. // «Додзё», 2005, № 1.
75. Рояма Хацуо. Техника ударов руками и методика их тренировки. // «Додзё», 2004, № 5.
76. Рояма Хацуо. Техника ударов ногами и методика их тренировки.// «Додзё», 2004, № 6.
77. Рояма Хацуо. Путь мастера Кёкусин. // «Додзё», 2002, № 6.
78. Русский язык и культура речи. Учебник / Под ред. В.И.Максимова. – М.: Гардарики, 2002. – 413 с.

79. Селуянов В.Н. Технология оздоровительной физической культуры В.Н.Селуянов. – М.: СпортАкадемпред, 2001. -331 с.
80. Солодков А. С., Сологуб Е. Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Учебник. Изд. 2-е, испр. и доп. – М.: Олимпия Пресс, 2005. – 528с., ил.
81. Соловьев О.В., Новиков С.В. Клубы единоборств как современная форма духовного и спортивного воспитания подрастающего поколения. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в вузах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств. – М. : Светотон, 2010. – 89 с.
82. Тюрин А.А. Методика планирования и организация спортивной тренировки каратиста по киокусинкай. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в вузах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств. – М. : Светотон, 2010. – 89 с.
83. Танюшкин А. И., Фомин В. П., Слущер В.И. Технические нормативы кёкусин ИФК. Выпуски 1 – 3. М.: издательство «Орбита», 2006-2007.
84. Танюшкин А. И., Фомин В. П. Самозащита в системе будо-каратэ и система самозащиты на базе Кёкусинкай. // «Додзё», 2003, № 3.
85. Танюшкин А. И. «Мокуси ямэ!». – М.: издательство «Русь», 1997. – 190 с.
86. Тваладзе Г. М. Анатомический анализ движений человеческого тела. М.: Медицина, 1964.
87. Тер-Ованесян А. А. Педагогические основы физического воспитания. М.: Физкультура и спорт, 1978. -206 с.
88. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 1. Пропедевтика. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.

89. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 2. Кинезиология и психология. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.
90. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 4. Планирование и контроль. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.
91. Фомин В. П. Медитация на тему «Сантин». // «Додзё», 2001, № 6
92. Фомин В. П. Ката Кёкусинкай – формула будо (путевые заметки с прологом и эпилогом). // «ДОДЗЁ», 2002, №№ 4-5.
93. Фунакоси Гитин. «Двадцать наставлений о пути каратэ» и их разъяснение. // «Додзё», 2005, №№ 1-2.
94. Фомин В. П. В додзё Оямы Масутацу (1961-1965). Интервью с ханси Стивом Арнейлом. // «Додзё», 2001, № 6.
95. Филимонов В. И. Теория и методика бокса. – М.: «ИНСАН», 2006, - 584 с.
96. Черный В. Г. Спорт без травм. М.: Физкультура и спорт, 1988.
97. Чумаков Е.М. Физическая подготовка борцов. Учебное пособие. М., РГАФК, 1996.
98. Чумаков Е.М. Моделирование спортивной деятельности борца. Методическая разработка. Москва, 1986.
99. Чумаков Е.М., Ионов С.Ф. Индивидуальное планирование тренировки борца-самбиста. Методические рекомендации. Москва, 1986.
100. Шинков С. О.. Особенности подготовки спортсменов высшей квалификации. // «Додзё», 2002, № 3.
101. Шестакова В.Б., Теория и практика дзюдо: учебник для ВПО – 2011.- «Советский спорт». – 324 с.
102. Щитов В. Бокс для начинающих. –М.:Фаир-ПРЕСС, 2001.
103. Ямада Коо. Каппо.Основные аспекты реанимации.//«Додзё», 2004, № 4.

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

sportlib@umail.ru Электронный адрес отраслевой библиотеки

РГУФКСМиТ

www.rsbi.akr.ru Электронный адрес аккредитованной по виду спорта киокусинкай Ассоциации киокусинкай России (АКР)

www.kyokushinkan.ru Электронный адрес Федерации кёкусин-кан каратэ-до России, представляющей группу дисциплин кёкусинкан.

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

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения общетехнологических задач. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796.
Прикладные программные средства		
2.	Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности

	<p><i>-Microsoft Word</i></p> <p><i>-Microsoft Excel</i></p> <p><i>-Microsoft PowerPoint</i></p> <p><i>-Microsoft Outlook</i></p>	<p>Университета. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796 в составе:</p> <p><i>Редактор текстовый,</i></p> <p><i>Редактор табличный,</i></p> <p><i>Редактор деловой графики и презентаций</i></p> <p><i>Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i></p>
3.	Adobe Acrobat DC	<p>Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf).</p> <p>Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>
4.	WinRAR (WinZip)	<p>Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>
5.	Dr.Web	<p>Локальная антивирусная программа.</p> <p>Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>
6.	Microsoft Office Access	<p>Система управления базой данных.</p> <p>Устанавливается по мере необходимости использования в образовательном процессе.</p>
7.	Microsoft Visio	<p>Система обработки деловой графики, организационных схем. Устанавливается по</p>

		мере необходимости.
8.	Microsoft Project	Система управления проектами работ. Устанавливается по мере необходимости.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

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

7.2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных¹ и (или) групповых² консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

7.3. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

7.3.1. Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.

7.3.2. Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.

7.3.3. Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.

7.3.4. Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.

7.3.5. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.

¹ Указываются при наличии курсовых работ по дисциплине (модулю)

² Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

- 7.3.6. Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.
- 7.3.7. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.
- 7.3.8. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.
- 7.3.9. Плеер DVD ВВК – 2007 г.
- 7.3.10. Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.
- 7.3.11. Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.
- 7.3.12. Монитор сердечного ритма Polar S-610.

7.4. Спортивный инвентарь

- 7.4.1. Набивные спортивные мешки.
- 7.4.2. Набивные спортивные подушки (макивары).
- 7.4.3. Традиционное оружие дзё. *(палка длиной 130 см и диаметром 2 см).*
- 7.4.4. Традиционное тренировочное оружие бокэн (деревянная имитация катаны).

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (киокусинкай)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 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. Виды традиционных разминок в кюкусинкай 2. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по кюкусинкай 3. Педагогические умения и навыки проведения основной части занятий по кюкусинкай 4. Педагогические умения и навыки проведения заключительной части занятий по кюкусинкай 5. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности 6. Разработка плана первого года обучения в кюкусинкай 7. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 10 кю и обучение им 8. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 10 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.	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 5 5 5 10 5 10
3	Микрозачет по 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 (киокусинкай)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

II. 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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 10 кю 2. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 9 кю и обучение им 3. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 9 кю выполняемых на месте и в передвижении обучение им. 4. Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 10 кю 5. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 9 кю и обучение им 6. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 9 кю выполняемых на месте и в передвижении обучение им.	1-2 недели 3-10 недели 3-10 недели 11-20 нед. 21-33 нед. 34-39 нед.	10 5 5 10 5 10
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	39 неделя	20
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, 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 (киокусинкай)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

III. 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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество Баллов
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 9 кю 2. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 8 кю и обучение им 3. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 8 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им. 4. Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 8 кю 5. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 7 кю и обучение им 6. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 7 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.	3-12 недели 13-17 нед 18-24 нед 25-30 нед 31-34 нед 34-37 нед	10 5 5 10 5 10
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	38 неделя	10
4	Сдача дифференцированный зачет (промежуточный контроль)	44-45 недели	15
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (киокусинкай)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 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. Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 7 кю 2. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 6 кю и обучение им 3. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 6 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им. 4. Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 6 кю 5. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 5 кю и обучение им 6. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 5 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.	1-7 недели 8-15 недели 21-24 недели 29-30 недели 31-33 недели 34-38 недели	10 5 5 10 5 10
3	Микрозачет по физической подготовке	39 неделя	10
4	Сдача экзамена (рубежный контроль)	40 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 экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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



Институт спорта и физического воспитания

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

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

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

Направление подготовки/специальность: *Физическая культура*

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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

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

3. Цель освоения дисциплины (модуля): обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по киокусинкай 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 (киокусинкай)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Традиционные и современные виды разминок в кюкусинкай	1-2	14	20		Дифференцированный зачет
2	Традиционные основная и заключительные части занятия в кюкусинкай		16	22		
3	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (0 кю)		30	60		
1	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (10 кю)	3-4	30	36		Дифференцированный зачет
2	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (9 кю)		30	30		
1	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (8 кю)	5-6	30	36		Дифференцированный зачет
2	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (7 кю)		30	30		

1	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (6 кю)	7-8	30	24		Экзамен
2	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (5 кю)		30	33		
Всего: 540 часов			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 фехтования, современного пятиборья,
восточных боевых искусств**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

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

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

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

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 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 фехтования, современного
пятиборья, восточных боевых искусств
(наименование)
Протокол № 29 от «19» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Составитель:

Демченко Наталья Сергеевна, доцент кафедры ТИМ фехтования,
современного пятиборья, восточных боевых искусств

Рецензент:

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

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

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

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

2. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (киокусинкай)» по профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» предусмотрена основной образовательной программой (ООП) в рамках изучения базовой (обязательной) части Профессионального цикла вариативной части учебного плана (Б1.В. ОД.11).

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

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

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

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения и готовности, предъявляемые к поступающим абитуриентам, а именно: история развития кюкусинкай в России; правила приема квалификационных экзаменов, правила соревнований по дисциплинам кюкусинкай; основы техники и тактики в кюкусинкай; уровень двигательной подготовленности.

Дальнейшее освоение дисциплины осуществляется поэтапно и базируется на «входных» знаниях, умениях и навыках, приобретенных по дисциплинам, освоение которых предусмотрено основной образовательной программой в предшествующие годы обучения.

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

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

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-2	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий в различных видах киокусинкай; – методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке спортсменов киокусинкай. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по видам киокусинкай; – применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки спортсменов киокусинкай. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по видам киокусинкай с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры; – навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке спортсменов киокусинкай. 			1-2

	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных дисциплинах киокусинкай. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по различным дисциплинам киокусинкай. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по дисциплинам киокусинкай 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 киокусинкай на начальном и тренировочном этапах подготовки. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в киокусинкай 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 киокусинкай на этапе совершенствования спортивного мастерства. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в киокусинкай с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства. 			9-10
ОПК-5	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы правильной техники выполнения основных соревновательных упражнений в киокусинкай <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать технику выполнения упражнений в дисциплинах киокусинкай 			3-4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать тактику в дисциплинах киокусинкай. 			5-6
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня работоспособности спортсменов в дисциплинах киокусинкай. 			7-8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня специализированных качеств у спортсменов в дисциплинах киокусинкай 			9-10
ОПК-8	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции младших судей по кумитэ в группах дисциплин киокусинкай. 			3-4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции младших судей по ката и 			5-6

	тамэсивари			
	<i>Уметь:</i> – выполнять функции старших судей и секретарей при проведении соревнований по кумитэ			7-8
	<i>Владеть:</i> – навыками организации и проведения соревнований в отдельных дисциплинах киокусинкай			9-10
ПК-10	<i>Владеть:</i> – современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в киокусинкай			7-8
ПК-11	<i>Уметь:</i> – разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в киокусинкай			7-8
	<i>Владеть:</i> – навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по киокусинкай			9-10
ПК-14	<i>Уметь:</i> – владеть техникой дисциплин киокусинкай			3-4
	<i>Владеть:</i> – умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий в дисциплинах киокусинкай			5-6
	<i>Владеть:</i> – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий в киокусинкай			7-8
ПК-15	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль на занятиях в различных дисциплинах киокусинкай.			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 (киокусинкай)»

Общая трудоемкость дисциплины составляет

– **20 зачетных единиц, 720 академических часов** (экзамены – 9 часов, аудиторных занятий – 44 часа, самостоятельная работа – 667 часов).

Заочная (ускоренная) форма обучения

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (киокусинкай)»	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: 113 часов	1-2	6	100		
1	Традиционные и современные виды разминок в кюкусинкай		2	24		
1.1	Виды и содержание разминки в кюкусинкай			12		
1.2	Подбор и обучение упражнениям различных видов и комплексов разминки			12		
2	Традиционные основная и заключительные части занятия в кюкусинкай		2	24		
2.1	Педагогические умения и навыки проведения основной части занятий по кюкусинкай			12		
2.2	Педагогические умения и навыки проведения заключительной части занятий по кюкусинкай			12		
3	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (0 кю)		2	52		
3.1	Разработка плана первого года обучения в кюкусинкай			12		

3.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 10 кю и обучение им			20		
3.3	Составление связок и комбинаций из технических элементов на 10 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.			20		
	Промежуточная аттестация			3		Диф. зачет
II курс	Всего:108 часа	3-4	12	91		
1	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (10 кю)		6	40		
1.1	Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 10 кю		3	10		
1.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 9 кю и обучение им		3	20		
1.3	Составление связок и комбинаций из технических элементов на 9 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.		3	10		
2	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (9 кю)		8	51		
2.1	Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 9 кю		2	10		
2.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 8 кю и обучение им		4	20		
2.3	Составление связок и комбинаций из технических элементов на 8 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.		2	21		
	Промежуточная аттестация			3		Диф. зачет
III курс	Всего:144 часа	5-6	10	131		
1	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (8 кю)		6	60		
1.1	Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 8 кю		2	20		
1.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 7 кю и обучение им		2	20		

1.3	Составление связок и комбинаций из технических элементов на 7 кю выполняемых на месте и в передвижении обучение им.		2	20		
2	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (7 кю)		4	71		
2.1	Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 7 кю		2	20		
2.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 6 кю и обучение им		2	20		
2.3	Составление связок и комбинаций технических элементов на 6 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им			31		
	Промежуточная аттестация			3		Диф. зачет
IV курс	Всего:234 часа (6,5 зачетных единиц)	7-8	10	206		
1	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (6 кю)		6	100		
1.1	Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 6 кю		2	30		
1.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 5 кю и обучение им		2	40		
1.3	Составление связок и комбинаций технических элементов на 5 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им		2	30		
2	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (5 кю)		4	106		
2.1	Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 5 кю		2	30		
2.2	Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 4 кю и обучение им		2	20		
2.3	Составление связок и комбинаций технических элементов на 4 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им			29		
	Промежуточная аттестация			27	9	Экзамен
Всего: 720 часов			44	667	9	

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

Балльная система контроля обучения

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

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

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

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

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

зачета – до 20 баллов.

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

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

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

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

Примерная шкала оценки различных видов текущего контроля

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

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

Для получения зачета необходимо набрать количество баллов, соответствующее оценке «удовлетворительно» (D), т.е. ≥ 61 . Для стимулирования работы студентов по дисциплине за период, завершающийся

зачетом, необходимо в зачетных ведомостях дублировать оценку «зачтено» оценкой по шкале ECTS. Ниже приводится шкала таких оценок.

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

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

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

Цель и задачи текущего контроля

Виды контроля:

1. Входной – позволяет определить степень готовности к изучению дисциплины на основе остаточных знаний (для взаимной увязки смежных дисциплин).
2. Рубежный (периодический) – призван выявить результаты на промежуточных этапах обучения (настраивая обучаемых на дальнейшее закрепление слабо освоенного).
3. Текущий – проводится на плановых занятиях и в ходе проверки самостоятельных работ.
4. Итоговый – служит для оценки уровня усвоения дисциплины по завершении её прохождения.
5. Остаточный (контроль остаточных знаний) – по блоку дисциплин – обеспечивает определение прочности усвоенного (через 6-12 мес.) материала; на основании его результатов корректируются программы и методика преподавания.

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

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

- интенсивное выявление индивидуальных особенностей;

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

Функции текущего контроля:

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

Требования к текущему контролю.

1. Итоговые оценки определяются по результатам непрерывного текущего контроля.

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

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

Условия активизации текущего контроля:

- содействие руководства и опытных преподавателей в подготовке материалов для текущего контроля;
- стимулирование личной заинтересованности в проведении текущего контроля;
- рационализация усилий по организации активного текущего контроля. Последнее из условий предполагает на начальном этапе наиболее трудоёмкую и кропотливую деятельность педагога.

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

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

5.2.1. Содержание зачетных требований для студентов во 2 семестре

Вопросы для устных ответов и практических заданий:

1. Какие варианты разминок приняты в киокусинкай?
Продемонстрируйте один из вариантов разминки на месте.
2. Особенности проведения разминки в различных возрастных группах.
Продемонстрируйте вариант разминки для начинающих.

3. Продемонстрируйте и объясните выполнение стандартной традиционной разминки. Киокусинкай.
4. Продемонстрируйте комплекс разминки для ката.
5. Продемонстрируйте комплекс разминки для кумитэ.
6. Подготовка к сдаче микрозачетов по ОФП и СФП.
7. Самостоятельное проведение традиционной подготовительной части занятий по киокусинкай.
8. Самостоятельное проведение стандартной подготовительной части занятий по киокусинкай.
9. Самостоятельное проведение традиционной основной части занятий по киокусинкай.
10. Самостоятельное проведение подготовительной части занятий по киокусинкай для кумитэ.
11. Самостоятельное проведение подготовительной части занятий по киокусинкай для ката.
12. Анализ техники групп дисциплин входящих в киокусинкай.
13. Сдача микрозачетов по ОФП и СФП.

5.2.2. Содержание зачетных требований для студентов в 4 семестре

1. Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 10 кю.
2. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 9 кю и обучение им.
3. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 8 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.
4. Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 8 кю
5. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 7 кю и обучение им
6. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 7 кю

выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.

7. Роль специализированных развивающих игр на занятиях по киокусинкай.

8. Какими методическими приемами должен пользоваться тренер при обучении традиционной базовой техники детей дошкольного и младшего школьного возраста?

9. Построение примерного поурочного плана тренировки в спортивно-оздоровительных группах.

10. Выполнить технически верно и назвать правильно терминологию начальных ката:

11. Тайкёку сонно ити, Тайкёку соно ни, Тайкёку соно сан, Тайкёку сонно ити ура, Тайкёку соно ни ура, Тайкёку соно сан ура, Сокуги тайкёку сонно ити, Сокуги тайкёку соно ни, Сокуги тайкёку соно сан.

12. Сдача микрозачетов по ОФП и СФП.

5.2.3. Содержание зачетных требований для студентов в 6 семестре

1. Разработка годового плана проведение занятий в группах начальной-спортивной подготовки с учетом клубной системы обучения.

2. Разработка годового плана подготовки занимающихся, имеющих квалификацию 8 кю.

3. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты, необходимых для 7 кю и обучение им.

4. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 7кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.

5. Разработка годового плана подготовки занимающихся, имеющих квалификацию 7кю

6. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты, необходимых для 6 кю и обучение им

7. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 6кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.

8. Сдача микрозачетов по ОФП и СФП.

5.2.4. Содержание зачетных требований для студентов в 8 семестре обучения:

1. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты, необходимых для 5 кю и обучение им.
2. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 5кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.
3. Разработка годового плана подготовки занимающихся, имеющих квалификацию 5 кю.
4. Самостоятельное проведение основной и заключительной частей занятий по киокусинкай.
5. Конспект комплекса связок и комбинаций из технических элементов для экзамена на 4 кю выполняемых на месте и в передвижении.
6. Проведение контрольного занятия по специальной физической подготовке.
7. Сдача микрозачетов по ОФП и СФП.

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

а). Основная литература:

1. Степанов С. В. Кёкусин каратэ-до: учебное пособие. Измен. и доп. – Екатеринбург: Изд-во Урал. Ун-та, 2014. – 204 с.;
2. Матвеев Л. П. Общая теория спота и её прикладные аспекты. 4-е изд., испр. и доп. – СПб.: Издательство «Лань», 2005. – 384 с.: ил.
3. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. Учебник для студентов ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 2009. – 543с.
4. Демченко Н.С. Учебно-методическое пособие «Начальные ката кюкусинкай», 2014г. – 96 с.

5. Демченко Н.С. Учебно-методическое пособие «Базовые катакиокусинкай», 2017г. – 84 с.
6. Ояма М. Классическое каратэ. – М.: Эксмо, 2006. – 256 с.: ил.
7. Попов Г. И. Биомеханика: учеб. для студ. высш. учеб. заведений. 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – 256 с.
8. Правила соревнований по Кокусинкай. Измен. и доп. Принятые АКР 10.09.2014.
9. Демченко Н.С. Рабочая программа дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)» Направление подготовки 49.03.01–РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 59 с.
10. Демченко Н.С. Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) Методические рекомендации, учебный материал и задания для самостоятельной работы студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01–РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 77 с.

б) Дополнительная литература:

1. Артеменко А. Ояма Масутацу. «Смертельная коррида». // «Додзё», 2001, № 8
2. Артемова Э. К. Биохимия. Учебное пособие для самостоятельной работы студентов институтов физической культуры. – М.: Физкультура и Спорт, 2006, - 72 с., ил.
3. Алабин В. Г., Скрипко А. Д. Тренажеры и тренировочные устройства в физической культуре и спорте (справочник). – Минск: Высш. школа, 1979. – 176 с.
4. Ашмарин Б.А., Теория и методика исследований в физическом воспитании: Пособие для студентов, аспирантов и преподавателей институтов физической культуры. –М.: ФиС, 1978
5. Бахтина Л.Н. Обучение реферированию научного текста. // Л.Н.Бахтина, И.П.Кузьмич, Н.М.Лариохина. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1988. – 119 с.

6. Блюминг, Йон. От уличного хулигана до десятого дана. М.: ООО «Будо-спорт», 2004. -272 с. Перевод с англ. и яп. языков А. М. Горбылева
7. Васильева Л. Ф. Визуальная диагностика нарушений статики и динамики опорно-двигательного аппарата человека. Иваново: МИК, 1996.
8. Васильев О. Е. Хореография боевых искусств. // «Додзё», 2004, № 3.
9. Горбылёв А. М. Японские воинские искусства. // «Додзё», 1997, № 1.
10. Горбылёв А. М., Артеменко О. Боевое каратэ Оямы Масутацу. // «Додзё», 2000, № 3.
11. Горбылёв А. М. Становление школы Кёкусинкай. // «Додзё», 2000, № 4.
12. Горбылёв А. М. Учителя Оямы Масутацу. Айки дзю-дзюцу и дзюдо. // «Додзё», 2001, № 6.
13. Горбылёв А. М. Великие мастера каратэ: Мацумура Сокоон, Хигаонна Канрё, Уэти Камбун. // «Додзё», 2002, № 1.
14. Горбылёв А. М. Секреты смертельного касания. // «Кэмпо», 1997, № 3.
15. Горбылёв А. М. Становление Сито-рю каратэдо. М.: ООО «Будо-спорт», 2003. – 272 с.
16. Горбылёв А.М. Ката – коаны каратэ. //«Кэмпо», 1997, № 1.
17. Горбылёв А. М. Секреты ката Сантин // «Додзё», 2000, № 5
18. Горбылёв А. М. Опасности ката Сантин. // «Додзё», 2000, № 5.
19. Горбылёв А. М. Техника поражения уязвимых точек в дзюдо. // «Додзё», 2000, № 5.
20. Горбылёв А. М. Найханги – главное ката Томаритэ и Сюритэ. // «Додзё», 2001, № 6.
21. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 1, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2008.
22. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 2, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2009.
23. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 3, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2009.

24. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 4, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2010.
25. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 5, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2010.
26. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 6, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2011.
27. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 7, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2012.
28. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 8, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2013.
29. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 9, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2014.
30. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 10, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2015.
31. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 11, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2016.
32. Горбунов Г. Д. Психопедагогика в спорте. – М.: ФиС, 1986.
33. Годик М. А., Озолин Э. С, Шустин Б. Н. О корректности измерительных и вычислительных процедур в спортивно-педагогических исследованиях // «Теория и практика физической культуры», 1973, № 4. - 56 с.
34. Дембо А. Г. Врачебный контроль в спорте. М.: Медицина, 1988.
35. Долгачев П. Ката Сантин в Годзю-рю. // «Додзё», 2000, № 5.
36. Демидова А.К. Пособие по русскому языку. Научный стиль речи. Оформление научной работы: Учеб. пособ. - М.: Рус. яз., 2011. - 201 с.
37. Демченко Н.С. Ката как основное средство интегральной подготовки к соревновательной деятельности в киокусинкай студентов не физкультурно-спортивных вузов. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и

- спортивным единоборствам в вузах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств. – М. : Светотон, 2010. – 89 с.
38. Демченко Н.С., Горбылев А.М. Становление концепции ката в традиционной японской культуре. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно- методический сборник, вып. 1, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2008. с. 12-32.
39. Демченко Н.С., Горбылев А.М. Ката в традиционных боевых искусствах самураев эпохи Токугава (1603-1867) ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно- методический сборник, вып. 2, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2009. - 288 стр.
40. Демченко Н.С., Качан А.Б., Дорофеев А.Г. , КИОКУСИНКАЙ типовая образовательная программа для учреждений дополнительного образования. / Авт.-сост. Н.С.Демченко и др. – Москва, ООО «Принтграфик», 2009. – 112 стр.
41. Демченко Н.С. Характеристика соревновательной деятельности в ката киокусинкай Научно-практическая конференция преподавателей кафедры ТиМ единоборств «Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам» Сост. проф. Игуменов В.М., Свищев И.Д. – М.:РГУФКСиТ-2010.-125_с.
42. Демченко Н.С. Формирование субъективной оценки микроинтервалов времени у спортсменов киокусинкай высокой квалификации для выступления в ката. «совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам». Материалы кафедральной научной конференции 2015 года. Часть 1. - Составители: проф. Игуменов В.М., Свищев И.Д., - М.:Принт Центр. – 2015.- 63 с.
43. Демченко Н.С. «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)» для слушателей групп профессиональной переподготовки по профилю основных образовательных программ, обучающихся в ИПКиППК Направление переподготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2017. – 91 с.

44. Демченко Н.С. Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) Тестовый контроль знаний выпуск 1 Методическое пособие направление подготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 47 с.
45. Демченко Н.С. Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) Тестовый контроль знаний выпуск 2 Методическое пособие направление подготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2016. – 28 с.
46. Демченко Н.С. Рабочая программа дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (киокусинкай)» направление подготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 30 с.
47. Демченко Н.С. «Спортивно-педагогическое совершенствование (киокусинкай)» Методические рекомендации, учебный материал и задания для самостоятельной работы студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 38 с.
48. Игнатов О. В. Силовая подготовка каратиста. // «Додзё», 2001, № 8.
49. Игнатов О. В. Гибкость и методы ее развития в боевых искусствах. // «Додзё», 2002, № 1.
50. Игнатов О. В. Выносливость и методы ее развития в контактных единоборствах. // «Додзё», 2002, № 2.
51. Иваницкий М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): Учебник для институтов физической культуры. – изд. 6-е / под ред. Б. А. Никитюка, А. А. Гладышевой, Ф. В. Судзиловского. – М.: Терра-Спорт, 2003. – 624с., ил.
52. Кузнецов И.Н. Подготовка и оформление рефератов, курсовых и дипломных работ. – Минск: Сэр-Вит, 2010. – 256 с.
53. Кук Д. Ч. Сила каратэ. – МП «Паломник» - МП «Норд-Спорт», 1993. – 208 с.
54. Коренберг В. Б. Основы спортивной кинезиологии: учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2005. – 232 с.
55. Мабуни Кэнва. Настрой занимающегося каратэ. // «Додзё», 2002, № 3.

56. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. –М.: ФиС, 1991.
57. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки – М.: ФиС, 1977.
58. Маряшин Ю. Е. Современное каратэ: Функциональная гимнастика. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2004. – 176 с.
59. Маряшин Ю. Е. О проблемах роста мастерства в каратэ. // «Додзё», 2004, № 1.
60. Маряшин Ю. Е. Критерии оценки оптимальной статики и динамики опорно-двигательного аппарата. // «Додзё», 2004, № 2.
61. Маряшин Ю. Е. Комплекс упражнений для оптимизации функционального состояния опорно-двигательного аппарата. // «Додзё», 2004, № 2.
62. Мабуни Кэнва. Ката Сантин в Сито-рю. Перев. Горбылёв А.М. //
63. Мабуни Кэнва, Накасонэ Гэнва. Названия, виды и значение ката. Перевод с японского Алексея Горбылёва. // «Додзё», 2002, № 4.
64. Мабуни Кэнва, Накасонэ Гэнва. Снаряды для дополнительных упражнений (ходзё ундо гу) и методы тренировки (танрэнпо). // «Додзё», 2003, №№ 2-3.
65. Орлов Ю. Л. Терминология и классификация каратэдо. // «Додзё», 2003, № 1, № 4.
66. Орлов Ю. Л. Анализ критериев и технология экспертной оценки участников аттестационных семинаров и соревнований по ката каратэ. //«Додзё», 2001, № 8; 2002, №№ 1, 3, 4.
67. Орлов Ю. Л. Найфантин сёдан – учебник бросков каратэдо. // «Додзё», 2001, № 6.
68. Окадзаки Хирото. Ката и реальный бой.// «Додзё», 2004, № 6.
69. Окадзаки Хирото. Примеры использования технических элементов ката Найфантин в реальном бою. // «Додзё», 2005, № 1.
70. Окадзаки Хирото. Обзор ката Сусихо. // «Додзё», 2015, № 2.

71. Окадзаки Хирото. Давайте развивать способности детей с помощью каратэ. // «Додзё», 2005, № 1.
72. Ояма М. Путь к истине. – М.: Издательский дом «Кислород», 2001. – 112 с.
73. Ояма М. Путь каратэ кёкусинкай. – М.: До-информ, 1992. – 112 с.
74. Рояма Хацуо. Каратэдо и техника дыхания. // «Додзё», 2005, № 1.
75. Рояма Хацуо. Техника ударов руками и методика их тренировки. // «Додзё», 2004, № 5.
76. Рояма Хацуо. Техника ударов ногами и методика их тренировки. // «Додзё», 2004, № 6.
77. Рояма Хацуо. Путь мастера Кёкусин. // «Додзё», 2002, № 6.
78. Русский язык и культура речи. Учебник / Под ред. В.И.Максимова. – М.: Гардарики, 2002. – 413 с.
79. Селуянов В.Н. Технология оздоровительной физической культуры В.Н.Селуянов. – М.: СпортАкадемпресс, 2001. -331 с.
80. Солодков А. С., Сологуб Е. Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Учебник. Изд. 2-е, испр. и доп. – М.: Олимпия Пресс, 2005. – 528с., ил.
81. Соловьев О.В., Новиков С.В. Клубы единоборств как современная форма духовного и спортивного воспитания подрастающего поколения. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в вузах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств. – М. : Светотон, 2010. – 89 с.
82. Тюрин А.А. Методика планирования и организация спортивной тренировки каратиста по кюкусинкай. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в вузах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств. – М. : Светотон, 2010. – 89 с.

83. Танюшкин А. И., Фомин В. П., Слуцкер В.И. Технические нормативы кёкусин ИФК. Выпуски 1 – 3. М.: издательство «Орбита», 2006-2007.
84. Танюшкин А. И., Фомин В. П. Самозащита в системе будо-каратэ и система самозащиты на базе Кёкусинкай. // «Додзё», 2003, № 3.
85. Танюшкин А. И. «Мокусю ямэ!». – М.: издательство «Русь», 1997. – 190 с.
86. Тваладзе Г. М. Анатомический анализ движений человеческого тела. М.: Медицина, 1964.
87. Тер-Ованесян А. А. Педагогические основы физического воспитания. М.: Физкультура и спорт, 1978. -206 с.
88. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 1. Пропедевтика. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.
89. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 2. Кинезиология и психология. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.
90. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 4. Планирование и контроль. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.
91. Фомин В. П. Медитация на тему «Сантин». // «Додзё», 2001, № 6
92. Фомин В. П. Ката Кёкусинкай – формула будо (путевые заметки с прологом и эпилогом). // «ДОДЗЁ», 2002, №№ 4-5.
93. Фунакоси Гитин. «Двадцать наставлений о пути каратэ» и их разъяснение. // «Додзё», 2005, №№ 1-2.
94. Фомин В. П. В додзё Оямы Масутацу (1961-1965). Интервью с ханси Стивом Арнейлом. // «Додзё», 2001, № 6.
95. Филимонов В. И. Теория и методика бокса. – М.: «ИНСАН», 2006, - 584 с.
96. Черный В. Г. Спорт без травм. М.: Физкультура и спорт, 1988.

97. Чумаков Е.М. Физическая подготовка борцов. Учебное пособие. М., РГАФК, 1996.
98. Чумаков Е.М. Моделирование спортивной деятельности борца. Методическая разработка. Москва, 1986.
99. Чумаков Е.М., Ионов С.Ф. Индивидуальное планирование тренировки борца-самбиста. Методические рекомендации. Москва, 1986.
100. Шинков С. О.. Особенности подготовки спортсменов высшей квалификации. // «Додзё», 2002, № 3.
101. Шестакова В.Б., Теория и практика дзюдо: учебник для ВПО – 2011.- «Советский спорт». – 324 с.
102. Щитов В. Бокс для начинающих. –М.:Фаир-ПРЕСС, 2001.
103. Ямада Коо. Каппо.Основные аспекты реанимации.//«Додзё», 2004, № 4.

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

sportlib@umail.ru Электронный адрес отраслевой библиотеки РГУФКСМиТ

www.rsbi.akr.ru Электронный адрес аккредитованной по виду спорта киокусинкай Ассоциации киокусинкай России (АКР)

www.kyokushinkan.ru Электронный адрес Федерации кёкусин-кан каратэ-до России, представляющей группу дисциплин кёкусинкан.

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

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения

		<p>общетехнологических задач.</p> <p>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.</p>
Прикладные программные средства		
2.	<p>Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro</p> <p><i>-Microsoft Word</i> <i>-Microsoft Excel</i> <i>-Microsoft PowerPoint</i> <i>-Microsoft Outlook</i></p>	<p>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:</p> <p><i>Редактор текстовый,</i> <i>Редактор табличный,</i> <i>Редактор деловой графики и презентаций</i> <i>Почтовая программа, организатор,</i> <i>планировщик задач.</i></p>
3.	Adobe Acrobat DC	<p>Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf).</p> <p>Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>

4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
6.	Microsoft Office Access	Система управления базой данных. Устанавливается по мере необходимости использования в образовательном процессе.
7.	Microsoft Visio	Система обработки деловой графики, организационных схем. Устанавливается по мере необходимости.
8.	Microsoft Project	Система управления проектами работ. Устанавливается по мере необходимости.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

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

7.2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных¹ и (или) групповых² консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

7.3. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

7.3.1. Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.

7.3.2. Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.

7.3.3. Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.

7.3.4. Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.

7.3.5. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.

7.3.6. Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.

7.3.7. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.

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

7.3.9. Плеер DVD ВВК – 2007 г.

7.3.10. Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.

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

7.3.12. Монитор сердечного ритма Polar S-610.

7.4. Спортивный инвентарь

7.4.1. Набивные спортивные мешки.

7.4.2. Набивные спортивные подушки (макивары).

7.4.3. Традиционное оружие дзё. (*палка длиной 130 см и диаметром 2 см*).

7.4.4. Традиционное тренировочное оружие бокэн (деревянная имитация катаны).

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 (киокусинкай)» для обучающихся института *Спорта и физического воспитания 1 курса*, направления подготовки *49.03.01 – «Физическая культура»*, профилю *«Спортивная подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики 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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	15
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Виды традиционных разминок в кюкусинкай 2. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по кюкусинкай 3. Педагогические умения и навыки проведения основной части занятий по кюкусинкай 4. Педагогические умения и навыки проведения заключительной части занятий по кюкусинкай 5. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности 6. Разработка плана первого года обучения в кюкусинкай 7. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 10 кю и обучение им 8. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 10 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.		5 5 5 5 5 10 5 10
3	Сдача дифференцированного зачета		20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к 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 (киокусинкай)» для обучающихся института **Спорта и физического воспитания 2 курса**, направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

II. 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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	15
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 10 кю 2. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 9 кю и обучение им 3. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 9 кю выполняемых на месте и в передвижении обучение им. 4. Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 10 кю 5. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 9 кю и обучение им 6. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 9 кю выполняемых на месте и в передвижении обучение им.		10 5 5 10 5 10
3	Сдача дифференцированного зачета		20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к 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 (киокусинкай)» для обучающихся института **Спорта и физического воспитания 3 курса**, направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

III. 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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество Баллов
1	Посещение занятий	Весь период	15
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 9 кю 2. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 8 кю и обучение им 3. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 8 кю выполняемых на месте и в передвижении обучение им. 4. Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 8 кю 5. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 7 кю и обучение им 6. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 7 кю выполняемых на месте и в передвижении обучение им.		10 5 5 10 5 10
3	Сдача дифференцированный 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	<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 (киокусинкай)» для обучающихся института **Спорта и физического воспитания 4 курса**, направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики 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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	15
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 7 кю 2. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 6 кю и обучение им 3. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 6 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им. 4. Разработка годового плана подготовки занимающихся имеющих квалификацию 6 кю 5. Выделение средств обеспечения, нападения и защиты необходимых для 5 кю и обучение им 6. Составление связок и комбинаций из технических элементов на 5 кю выполняемых на месте и в передвижении и обучение им.		10 5 5 10 5 5
3	Сдача экзамена		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 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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



Институт спорта и физического воспитания

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

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Направление подготовки/специальность: *Физическая культура*

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

Уровень образования: *бакалавриат*

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

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины** составляет
– **20 зачетных единиц, 740 академических часов** (экзамены – 9 часов, аудиторных занятий – 44 часа, самостоятельная работа – 667 часов).
2. **Семестры освоения дисциплины:** *1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 семестры.*

3. Цель освоения дисциплины

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

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

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (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 (киокусинкай)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Традиционные и современные виды разминок в кюкусинкай	1-2	2	24		Дифференцированный зачет
2	Традиционные основная и заключительные части занятия в кюкусинкай		2	24		
3	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (0 кю)		2	52		
1	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (10 кю)	3-4	6	40		Дифференцированный зачет

2	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (9 кю)		8	51		
1	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (8 кю)	5-6	6	60		Дифференцированный зачет
2	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (7 кю)		4	71		
1	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (6 кю)	7-8	6	100		Экзамен
2	Организация и проведение занятий со спортсменами младшей квалификационной группы (5 кю)		4	106		
Всего: 720 часов			44	667	9	

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на
коньках

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

(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 «21» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках
(наименование)
Протокол № 19 от «24» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках
(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 201__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках
(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 201__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках
(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 201__ г.

Составитель:

Осадченко Людмила Федоровна, доцент кафедры теории и методики
лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках
РГУФКСМиТ;

Чурсин Виктор Андреевич, доцент кафедры теории и методики лыжного и
конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ;

Леонтьева Екатерина Изосимовна, старший преподаватель кафедры теории и
методики лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках
РГУФКСМиТ;

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) Спортивно-педагогическое совершенствование (конькобежный спорт) является:

- обеспечить готовность к практической реализации, установленных программой дисциплины общекультурных и профессиональных компетенций;
- сформировать достаточный запас практических умений и навыков, обеспечивающих профессиональную подготовленность выпускника
- сформировать компетенции на основе полученных знаний и практической готовности к самостоятельному, творческому решению воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли;
- обеспечить готовность к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленную на подготовку квалифицированных спортсменов конькобежцев.
- обеспечить готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы с использованием катания на коньках для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения, в том числе инвалидов, на всех этапах возрастного развития человека;
- владеть организационно-управленческими и финансово-хозяйственными компетенциями, методикой научных исследований, использованию информационных технологий в профессиональной деятельности;
- владеть способностями получения и использования в профессиональной деятельности достижений отечественных и зарубежных специалистов, побуждать к собственным инновационным разработкам, профессионально совершенствоваться в избранной физкультурно-спортивной деятельности.

Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (конькобежный спорт)» реализуется в течение всех четырех лет обучения студентов, ее главная направленность - формирование у студентов комплекса практических умений и навыков, необходимых для самостоятельной профессионально-педагогической деятельности.

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

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (конькобежный спорт)» ориентирована на запросы детско-юношеского спорта, спорта массовых разрядов, адаптивного и кондиционного спорта, а также на рекреационную и оздоровительную физическую культуру. Ее изучение в качестве сквозной дисциплины тесно связано и опирается, прежде всего на дисциплины профессионального цикла «Теория и методика избранного вида спорта (конькобежный спорт)» и «Конькобежный спорт», базируется на логической и содержательно-методической взаимосвязи с дисциплинами: история физической культуры, анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, химия, физика, информатика, спортивная метрология, спортивная медицина, психология, педагогика, социология, экология, правовые основы профессиональной деятельности, безопасность жизнедеятельности и др. Данная дисциплина предшествует прохождению спортивно-педагогической, тренерской и организационно-тренерской практик.

Особенность изучаемой дисциплины состоит в том, что акцент сделан на развитие и совершенствование практических способностей (умений, навыков) в реализации общекультурных и профессиональных компетенций в

реальной профессиональной практической деятельности.

Освоение курса предполагает также подготовку к выполнению требований по профессиональной физической подготовке.

Специфика данной дисциплины обусловлена также подготовкой выпускника к профессиональной деятельности в основном в естественных, в том числе неблагоприятных, иногда экстремальных природных условиях.

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения, готовности, сформированные, прежде всего, при освоении дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (конькобежный спорт)».

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 теории и методики физической культуры; - методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта;	1	-	1
	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры;	1	-	1
	Владеть: - навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта.	1	-	1
ОПК-3	Знать: - основы теории и методики физической культуры и спорта;- принципы и методы обучения; - требования стандартов спортивной подготовки в конькобежном спорте.	3	-	3

	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта;	3	-	3
	Уметь: - разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в конькобежном спорте с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки	3	-	3
	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 конькобежному спорту.	3	-	3
ОПК-5	Знать: - средства и методы оценки физических способностей, техники выполнения физических упражнений;	1	-	1
	Знать: - средства и методы оценки функционального состояния занимающихся;	3	-	5
	Знать: - основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии;	7	-	7
	Уметь: - осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.	1	-	1
	Уметь: - осуществлять выбор средств и методов оценки техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.	3	-	5
	Владеть: - навыками оценки технического уровня на основе различных критериев;	1	-	1
	Владеть: - навыками оценки уровней функциональной и физической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев	3	-	5
	Владеть: - навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев	7	-	7
ОПК-8	Знать: - правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта; - документы планирования и проведения соревнований;	2	-	2
	Знать: - особенности организации и проведения соревнований различного уровня;	4	-	4
	Знать: - обязанности организаторов и судей соревнования;	6	-	6
	Уметь: применять правила соревнований по конькобежному спорту;	2	-	2
	Уметь: - осуществлять объективное судейство соревнований;	4	-	4
	Уметь: - организовывать и проводить соревнования различного уровня;	6	-	6
	Владеть: - навыками проведения жеребьевки, работы в секретариате;	2	-	4

	Владеть: - навыками организации и проведения соревнований различного уровня;	4	-	6
	Владеть: - навыками осуществления объективного судейства соревнований в шорт-треке;	6	-	8
	Владеть: - навыками осуществления объективного судейства соревнований в скоростном беге на коньках.	8	-	10
ПК-10	Уметь: - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать физические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в конькобежном спорте.	5	-	8
	Владеть: - навыками реализации системы отбора и спортивной ориентации в конькобежном спорте с использованием современных методик по определению физических особенностей обучающихся.	7	-	10
ПК-11	Знать: - федеральный стандарт спортивной подготовки по конькобежному спорту;	1	-	1
	Уметь: - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам;	1	-	1
	Уметь: - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий;	2	-	4
	Уметь: - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки).	4	-	6
	Владеть: - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта;	2	-	2
	Владеть: - информационными и компьютерными технологиями при разработке документов планирования;	4	-	8
	Владеть: - навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности.	6	-	10
ПК-14	Владеть: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности;	5	-	5
	Владеть: - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.	7	-	7
ПК-15	Владеть: - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;	5	-	5
	Владеть: - средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности.	7	-	7

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Первый год обучения (1-й и 2-й семестры)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **6,5 зачетных единиц, 234 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 лекционн ого типа	Занятия семинарк ого типа	Самостоя тельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Обучение катанию на коньках	1		10	30		
2	1.1 Исходное положение, катание по прямой и повороту	1		4	8		
3	1.2 Страховка и самостраховка обучающихся катанию на коньках, техника падений на льду	1		2	6		
4	1.3 Обучение разновидностям торможения	1		2	8		
5	1.4 Подвижные игры на льду	1		2	8		
6	Раздел 2. Техника скоростного бега на коньках и шорт-трека	1		12	34		
7	2.1 Обучение техники бега по прямой	1		4	8		
8	2.2 Обучение техники бега по повороту	1		2	10		
9	2.3 Обучение техники бега со старта	1		2	8		
10	2.4 Совершенствование техники бега на коньках по прямой, повороту и со старта	1		4	8		
11	Раздел 3. Материально-техническое обеспечение занятий катанием на коньках и конькобежным спортом:	1-2		8	24		
12	3.1 Разметка беговых дорожек на катках разного размера (111, 200, 250, 333 и 400 м);	1		2	6		
13	3.2 Подготовка катка с						

	естественным льдом и заливка льда;	1		2	4		
14	3.3 Клепка и точка коньков	2		2	6		
15	3.4 Оборудование площадок для ОФП и СФП конькобежцев	2		2	8		
16	Раздел 4. Организация соревнований и их судейство в скоростном беге на коньках и в шорт-треке	2		8	36		
17	4.1 Судейство соревнований в качестве судьи на переходе, судьи на поворотах, судьи-счетчика кругов, судьи при участниках	2		8	36		
18	Раздел 5. Организация соревнований и их судейство в шорт-треке	2		8	38		
19	5.1 Судейство соревнований в качестве судьи-счетчика кругов, судьи при участниках и в качестве стюардов в поле, помощника стартера	2		8	38		
20	Раздел 6. Методика воспитания физических качеств конькобежца	2		6	20		
21	6.1 Общеразвивающие и специальные упражнения, применяемые в тренировке конькобежцев	2		6	20		
22	Дифференцированный зачет						Дифференцированный зачет
Итого часов:					52	182	

Первый год обучения (1-й и 2-й семестры)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единиц, 144 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 лекционн ого типа	Занятия семинарск ого типа	Самостоя тельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Обучение катанию на коньках	1		2	20		
2	1.1 Исходное положение, катание по прямой и повороту	1		1	4		
3	1.2 Страховка и самостраховка обучающихся катанию на коньках, техника падений на льду	1			4		
4	1.3 Обучение разновидностям торможения	1			4		
5	1.4 Подвижные игры на льду	1		1	8		
6	Раздел 2. Техника скоростного бега на коньках и шорт-трека	1		2	18		
7	2.1 Обучение техники бега по прямой	1			4		
8	2.2 Обучение техники бега по повороту	1			6		
9	2.3 Обучение техники бега со старта	1			4		
10	2.4 Совершенствование техники бега на коньках по прямой, повороту и со старта	1			4		
11	Раздел 3. Материально-техническое обеспечение занятий катанием на коньках и конькобежным спортом:	1-2		2	18		
12	3.1 Разметка беговых дорожек на катках разного размера (111, 200, 250, 333 и 400 м);	1		1	6		
13	3.2 Подготовка катка с естественным льдом и заливка льда;	1			4		
14	3.3 Клепка и точка коньков	2			2		
15	3.4 Оборудование площадок для ОФП и СФП конькобежцев	2		1	4		
16	Раздел 4. Организация соревнований и их судейство в скоростном беге на коньках и в шорт-треке	2		2	20		
17	4.1 Судейство соревнований в качестве судьи на переходе, судьи на поворотах, судьи-счетчика кругов, судьи при	2		2	20		

	участниках						
18	Раздел 5. Организация соревнований и их судейство в шорт-треке	2			20		
19	5.1 Судейство соревнований в качестве судьи-счетчика кругов, судьи при участниках и в качестве стюардов в поле, помощника стартера	2			20		
20	Раздел 6. Методика воспитания физических качеств конькобежца	2		2	20		
21	6.1 Общеразвивающие и специальные упражнения, применяемые в тренировке конькобежцев	2		2	20		
22	Дифференцированный зачет						Дифференцированный зачет
	Итого часов:			10	134		

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).

Перечень вопросов к дифференцированному зачету по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (конькобежный спорт)» для студентов 1 курса

1. Обучение простому катанию на коньках. Спортивный инвентарь и экипировка занимающихся, основные правила проведения занятий.
2. Обучение техники бега по прямой в конькобежном спорте (посадка, скольжение в равновесии).
3. Обучение техники бега по повороту в конькобежном спорте (посадка, скольжение в равновесии).
4. Обучение технике бега со старта в конькобежном спорте (стартовая поза и стартовый разбег).

5. Страховка и самостраховка обучающихся, техника падений на льду.
6. Посадка конькобежца, ее задачи и разновидности.
7. Специальные упражнения для обучения и совершенствования техники бега по прямой.
8. Специальные упражнения для обучения и совершенствования техники бега по повороту.
9. Специальные упражнения для обучения и совершенствования техники бега со старта.
10. Коньки и ботинки для простого катания на коньках и скоростного бега на коньках. Основные требования к ним. Требования к экипировки занимающихся.
11. Разметка беговых дорожек на катках разного размера (111,12 м, 400 м, 250 м).
12. Подготовка катка с естественным льдом и заливка льда.
13. Клепка и точка коньков для скоростного бега на коньках и шорт-трека.
14. Оборудование площадок для ОФП конькобежцев.
15. Подвижные игры на льду для обучения катанию на коньках.
16. Подвижные игры на льду для обучения и совершенствования технике бега по прямой.
17. Подвижные игры на льду для обучения и совершенствования технике бега по повороту.
18. Судейство соревнований в качестве судьи на переходе в скоростном беге на коньках.
19. Судейство соревнований в качестве судьи на поворотах в конькобежном спорте.
20. Судейство соревнований в качестве судьи – счетчика кругов в конькобежном спорте.
21. Судейство соревнований в качестве судьи при участниках в конькобежном спорте.
22. Судейство соревнований в качестве помощника стартера в конькобежном спорте.
23. Судейство соревнований в качестве стюарда в конькобежном спорте.
24. Судейство соревнований в качестве судьи в секретариате в конькобежном спорте.
25. Методика обучения общеразвивающим упражнениям в конькобежном спорте.
26. Методика обучения специальным упражнениям в конькобежном спорте.
27. Подбор и составление комплексов упражнений для разминок различного характера.
28. Подбор и составление комплексов упражнений для круговой тренировки.
29. Общие особенности техники бега на коньках.
30. Фазовая структура скользящего шага.
31. Понятия ритма и темпа бега.
32. Силы действующие на спортсмена во время бега на коньках по прямой.
33. Силы действующие на спортсмена во время бега на коньках по повороту.

34. Работа рук при беге на коньках на прямой и по повороту.
 35. Выявление и устранение ошибок при беге по прямой и повороту.
 36. Меры предупреждения травматизма и соблюдение техники безопасности при обучении бегу на коньках.

Второй год обучения (3-й и 4-й семестры)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3,5 зачетных единиц, 126 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	Второй год обучения (3-й и 4-й семестры)
1	Раздел 1. Техника скоростного бега на коньках	3		14	18		
2	1.1. Совершенствование техники бега по прямой			4	6		
3	1.2. Совершенствование техники бега по повороту			6	6		
4	1.3. Совершенствование техники бега со старта			4	6		
5	Раздел 2. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием катания на коньках	3		14	14		
6	2.1 Организация и проведение занятий на коньках в средне-образовательной школе			4	4		
7	2.2. Анализ состояния и перспективы развития скоростного бега на коньках на международной арене и в Российской Федерации (по			6	6		

	итогах прошедшего зимнего спортивного сезона)						
8	2.3. Организация и проведение оздоровительных занятий на коньках с различными возрастными группами населения конькобежному спорту			4	4		
9	Раздел 3. Организация соревнований и их судейство в скоростном беге на коньках	3-4		10	6		
10	3.1. Судейство соревнований в качестве судьи на переходе, судьи на поворотах, судьи-счетчика кругов, судьи при участниках, судьи хронометриста			4	3		
11	3.2. Судейство соревнований в качестве старшего судьи на финише, секретаря на финише и помощника стартера			6	3		
12	Раздел 4. Организация соревнований и их судейство в шорт-треке	4		10	6		
13	Раздел 5. Методика воспитания физических качеств конькобежца	4		6	6		
14	5.1 Общеразвивающие и специальные упражнения конькобежцев)			6	6		
15	Раздел 6. Управление подготовкой конькобежцев в многолетнем и годичном циклах	4		6	6		
16	6.1 Организационно-методические основы планирования учебно-тренировочных занятий			6	6		
24	Дифференцированный зачет	4					Дифференцированный зачет
Итого часов:				60	66		

Второй год обучения (3-й и 4-й семестры)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единиц, 144 академических часов.

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Техника скоростного бега на коньках	3		4	24		
2	1.3.Совершенствование техники бега по прямой			1	8		
3	1.4.Совершенствование техники бега по повороту			2	8		
4	1.3. Совершенствование техники бега со старта			1	8		
5	Раздел 2. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием катания на коньках	3		4	30		
6	2.1 Организация и проведение занятий на коньках в средне-образовательной школе			1	10		
7	2.2. Анализ состояния и перспективы развития скоростного бега на коньках на международной арене и в Российской Федерации (по итогам прошедшего зимнего спортивного сезона)			2	10		
8	2.3. Организация и проведение оздоровительных занятий на коньках с различными возрастными группами населения конькобежному спорту			1	10		
9	Раздел 3. Организация соревнований и их судейство в скоростном беге на коньках	3-4		2	24		
10	3.1. Судейство соревнований в качестве судьи на переходе, судьи на поворотах, судьи-счетчика кругов, судьи при участниках, судьи хронометриста			1	12		

11	3.2. Судейство соревнований в качестве старшего судьи на финише, секретаря на финише и помощника стартера			1	12		
12	Раздел 4. Организация соревнований и их судейство в шорт-треке	4		2	22		
13	Раздел 5. Методика воспитания физических качеств конькобежца	4		2	14		
14	5.1 Общеразвивающие и специальные упражнения конькобежцев)			2	14		
15	Раздел 6. Управление подготовкой конькобежцев в многолетнем и годичном циклах	4		2	14		
16	6.1 Организационно-методические основы планирования учебно-тренировочных занятий			2	14		
24	Дифференцированный зачет	4					Дифференцированный зачет
Итого часов:				16	128		

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).

Перечень вопросов к дифференцированному зачету по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (конькобежный спорт)» для студентов 2 курса

1. Какие действия конькобежца на входе в поворот, при беге по повороту могут квалифицироваться как нарушение правил соревнований.

2. Действия старшего судьи на финише до начала соревнований, в процессе забегов, правила определения окончательного результата забега.
3. Круг обязанностей судьи при участниках.
4. Обязанности и действия стартера при подготовке забега к старту, на старте. Определение фальстарта.
5. Организация и ведение работы главного секретаря соревнований.
6. Принципы и методы обучения бегу на коньках.
7. Факторы, влияющие на успех обучения бегу по прямой: физическая и функциональная, готовность к обучению, запас движений, характер предыдущего двигательного опыта.
8. Факторы, влияющие на успех обучения бегу по повороту: физическая и функциональная, готовность к обучению, запас движений, характер предыдущего двигательного опыта.
9. Факторы, влияющие на успех обучения бегу со старта: физическая и функциональная, готовность к обучению, запас движений, характер предыдущего двигательного опыта.
10. Обозначьте основные отличия в технике бега в скоростном беге на коньках и шорт-треке.
11. Назовите типичные ошибки при обучении бегу на коньках.
12. Причины возникновения ошибок и методика их исправления.
13. Что вкладывается в понятие стандарт техники, идеальная техника, типичная техника, идеальная техника.
14. Факторы, влияющие на становление индивидуальной техники.
15. Влияние анатомо-морфологических особенностей занимающихся на обучение упражнениям.
16. Приведите примеры общеподготовительных упражнений, используемые при воспитании физических качеств на этапах подготовки годичного цикла.
17. Использование специальных упражнений в обучении бегу на коньках.
18. Последовательность применения специальных упражнений при обучении бегу по прямой, повороту, со старта.
18. Требования, предъявляемые к выполнению специальных упражнения в скоростном беге на коньках и шорт-треке.
19. Физкультурно-оздоровительная работа в детском саду с использованием катания на коньках.
20. Обучение исходному положению, упражнения на льду, упражнения для освоения отталкивания.
21. Методика проведения занятий на коньках в различных метеорологических условиях. Начальные признаки обморожения и их профилактика.
22. Типичные ошибки в упражнениях и методика исправления: ходьбе, бег по льду, «елочка», разбег-прокат на двух коньках, «фонарик», катание по повороту, торможение, упражнения в равновесию
23. Предпосылки к планированию: программно-нормативные требования, научно-практические данные, основные направления развертывания планирования, конкретные данные о занимающихся.

24. Общие отправные установки и положения: типовые нормативы, типовые программы для различного возрастного контингента, Единая всероссийская спортивная классификация.
25. Конкретно-предпосылочные данные.
26. Временные масштабы планирования.
27. Планирование специфических результатов, содержания и форм построения тренировочного процесса.
28. Образовательные результаты планирования.
29. Планирование материалов занятий и физических нагрузок.
30. Общепедагогические аспекты планирования.

Третий год обучения (5-й и 6-й семестры)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **3,5 зачетных единиц, 126 академических часов.**

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Материально-техническое обеспечение занятий	5		2	6		

	конькобежным спортом						
2	1.1. Подготовка катка с искусственным и естественным льдом			2	6		
3	Раздел 2. Техника скоростного бега на коньках	5		4	10		
4	2.1. Совершенствование техники бега на коньках			2	6		
5	2.2. Определение ошибок и методика устранения ошибок			2	4		
6	Раздел 3. Техника бега в шорт-треке	5		6	10		
7	3.1. Техника бега по прямой и по повороту			2	4		
8	3.2. Техника и тактика обгона			4	6		
9	Раздел 4. Методика воспитания физических качеств конькобежца	5		28	20		
10	4.1. Средства и методы воспитания физических качеств	5		4	2		
11	4.2. Средства и методы педагогического контроля за воспитанием физических качеств конькобежцев	5		4	2		
12	4.3. Общеразвивающие и специальные упражнения конькобежцев	6		4	2		
13	4.4. Методика воспитания силы конькобежцев	6		4	4		
14	4.5. Методика воспитания быстроты конькобежцев	6		4	4		
15	4.6. Методика воспитания выносливости конькобежцев	6		4	4		
16	4.7. Методика воспитания гибкости, ловкости конькобежцев	6		4	2		
17	Раздел 5. Организация и судейство соревнований по скоростному бегу на коньках и шорт-треку	6		12	10		
18	5.1. Судейство соревнований в качестве судьи на	6		4	4		

	переходе, судьи на поворотах, судьи-счетчика кругов, судьи при участниках, судьи хронометриста						
19	5.2. Судейство соревнований в качестве старшего судьи на финише, секретаря на финише и помощника стартера	6		4	2		
20	5.3. Организация и проведение массовых соревнований			4	4		
21	Раздел 6. Управление подготовкой конькобежца в многолетнем и годичном циклах	6		10	8		
22	6.1. Технология планирования учебно-тренировочной нагрузки в многолетнем цикле подготовки	6		2	2		
23	6.2. Перспективное планирование тренировочной нагрузки в годичном цикле спортсменов-разрядников	6		4	2		
24	6.3. Текущее планирование тренировочной нагрузки	6		2	2		
25	6.4. Оперативное планирование тренировочной нагрузки			2	2		
24	Дифференцированный зачет	6					Дифференцированный зачет
Итого часов:				60	66		

Третий год обучения (5-й и 6-й семестры)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единиц, 144 академических часов.

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Материально-техническое обеспечение занятий конькобежным спортом	5		2	12		
2	1.1. Подготовка катка с искусственным и естественным льдом	5		2	12		
3	Раздел 2. Техника скоростного бега на коньках	5		2	20		
4	2.1. Совершенствование техники бега на коньках	5		1	10		
5	2.2. Определение ошибок и методика устранения ошибок	5		1	10		
6	Раздел 3. Техника бега в шорт-треке	5		4	10		
7	3.1. Техника бега по прямой и по повороту	5		2	4		
8	3.2. Техника и тактика обгона	5		2	6		
9	Раздел 4. Методика воспитания физических качеств конькобежца	5		4	30		
10	4.1. Средства и методы воспитания физических качеств	5		1	6		
11	4.2. Средства и методы педагогического контроля за воспитанием физических качеств конькобежцев	5		1	6		

12	4.3. Общеразвивающие и специальные упражнения конькобежцев	6		1	4		
13	4.4. Методика воспитания силы конькобежцев	6		1	4		
14	4.5. Методика воспитания быстроты конькобежцев	6		1	4		
15	4.6. Методика воспитания выносливости конькобежцев	6		1	4		
16	4.7. Методика воспитания гибкости, ловкости конькобежцев	6			2		
17	Раздел 5. Организация и судейство соревнований по скоростному бегу на коньках и шорт-треку	6		2	30		
18	5.1. Судейство соревнований в качестве судьи на переходе, судьи на поворотах, судьи-счетчика кругов, судьи при участниках, судьи хронометриста	6		2	10		
19	5.2. Судейство соревнований в качестве старшего судьи на финише, секретаря на финише и помощника стартера	6		2	2		
20	5.3. Организация и проведение массовых соревнований	6			10		
21	Раздел 6. Управление подготовкой конькобежца в многолетнем и годичном циклах	6		2	26		
22	6.1. Технология планирования учебно-тренировочной нагрузки в многолетнем цикле подготовки	6		2	8		
23	6.2. Перспективное планирование	6			8		

	тренировочной нагрузки в годичном цикле спортсменов-разрядников						
24	6.3. Текущее планирование тренировочной нагрузки	6			6		
25	6.4. Оперативное планирование тренировочной нагрузки	6			6		
24	Дифференцированный зачет	6					Дифференцированный зачет
Итого часов:				16	128		

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).

Перечень вопросов к дифференцированному зачету по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (конькобежный спорт)» для студентов 3 курса

1. Судейство соревнований в качестве судьи на переходе в конькобежном спорте.
2. Судейство соревнований в качестве судьи на повороте в конькобежном спорте.
3. Судейство соревнований в качестве судьи - счетчика кругов в конькобежном спорте.
4. Судейство соревнований в качестве старшего судьи – хронометриста в конькобежном спорте.
5. Судейство соревнований в качестве старшего судьи на финише в конькобежном спорте.

6. Судейство соревнований в качестве судьи – стартера и его помощников в конькобежном спорте.
7. Судейство соревнований в качестве судьи – главного секретаря в конькобежном спорте.
8. Судейство соревнований в качестве судьи – стюарда в конькобежном спорте.
9. Дистанции соревнований в шорт-треке и порядок их проведения.
10. Олимпийские дистанции и их последовательность.
11. Календарь соревнований, его схема.
12. Организация и судейство массовых соревнований по конькобежному спорту.
13. Документы, необходимые для проведения соревнований по конькобежному спорту.
14. Подготовка катка с естественным льдом и заливка льда.
15. Совершенствование техники бега по прямой, выявление ошибок и их устранение.
16. Совершенствование техники бега по повороту, выявление ошибок и их устранение.
17. Совершенствование техники бега со старта, выявление ошибок и их устранение.
18. Средства и методы воспитания быстроты в конькобежном спорте.
19. Средства и методы воспитания выносливости в конькобежном спорте.
20. Средства и методы воспитания силы в конькобежном спорте.
21. Средства и методы воспитания гибкости в конькобежном спорте.
22. Виды планирования. Перспективное планирование тренировочного процесса в конькобежном спорте.
23. Виды планирования. Текущее планирование тренировочного процесса в конькобежном спорте.
24. Виды планирования. Оперативное планирование тренировочного процесса в конькобежном спорте.
25. Структура годичного цикла подготовки конькобежцев.
26. Составление календаря соревнований (городского, республиканского, российского, международного)
27. Разметка беговых дорожек (400 м, 111,11 м).
28. Определение победителей (подсчет очков) в скоростном беге на коньках и в шорт-треке.
29. Основные принципы построения отдельного тренировочного занятия.
30. Метод круговой тренировки (привести пример).
31. Тренажеры в спортивной подготовке конькобежцев.
32. Средства и методы педагогического контроля за воспитанием быстроты.
33. Средства и методы педагогического контроля за воспитанием выносливости.
34. Средства и методы педагогического контроля за воспитанием силы.
35. Средства и методы педагогического контроля за воспитанием гибкости.

36. Составить комплекс специальных упражнений для совершенствования техники бега по прямой.

37. Составить комплекс специальных упражнений для совершенствования техники бега по повороту.

Четвертый год обучения (7-й и 8-й семестры)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 6,5 зачетных единиц, 234 академических часов.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Материально-техническое обеспечение занятий конькобежным спортом	7		8	20		

2	1.1. Подготовка катка с искусственным и естественным льдом	7		4	10		
3	1.2. Оборудование площадок для ОФП и СФП конькобежцев	7		4	10		
4	Раздел 2. Техника скоростного бега на коньках	7		8	24		
5	2.1. Контроль за становлением и совершенствованием техники бега на коньках	7		4	8		
6	2.2. Определение ошибок и методика устранения ошибок	7		2	8		
7	2.3. Пути совершенствования технического мастерства квалифицированных конькобежцев	7		2	8		
8	Раздел 3. Техника бега в шорт-треке	7		8	24		
9	3.1. Техника бега по прямой и по повороту	7		4	14		
10	3.2. Техника и тактика обгона	7		4	10		
11	Раздел 4. Методика воспитания физических качеств конькобежца	7		12	35		
12	4.1. Средства и методы воспитания физических качеств	7		4	20		
11	4.2. Средства и методы педагогического контроля за воспитанием физических качеств конькобежцев	7		4	8		
12	4.3. Средства и методы воспитания физических качеств на этапе реализации максимальных возможностей	8		4	7		
13	Раздел 5. Организация и судейство соревнований по скоростному бегу на коньках и шорт-треку	8		10	30		

14	5.1. Судейство соревнований в качестве судьи на переходе, судьи на поворотах, судьи-счетчика кругов, судьи при участниках, судьи хронометриста	8		4	10		
15	5.2. Судейство соревнований в качестве старшего судьи на финише, секретаря на финише и помощника стартера	8		4	10		
16	5.3. Организация и проведение массовых соревнований	8		2	10		
17	Раздел 6. Управление подготовкой конькобежца в многолетнем и годичном циклах	8		14	32		
18	6.1. Перспективное планирование тренировочной нагрузки в годичном цикле спортсменов-разрядников	8		4	10		
19	6.2. Текущее и оперативное планирование тренировочной нагрузки	8		4	6		
20	6.3. Педагогический контроль тренировочного процесса и его эффектов	8		4	6		
21	6.4. Специфика и основные особенности планирования годичного цикла подготовки конькобежцев высокой квалификации	8		2	10		
22	Экзамен	8				9	Экзамен
Итого часов:				60	165	9	

Четвертый год обучения (7-й и 8-й семестры)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3,5 зачетных единиц, 144 академических часов.

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Материально-техническое обеспечение занятий конькобежным спортом	7		2	14		
2	1.1. Подготовка катка с искусственным и естественным льдом			2	14		
4	Раздел 2. Техника скоростного бега на коньках	7		2	18		
5	2.1. Контроль за становлением и совершенствованием техники бега на коньках			2	10		
6	2.2. Определение ошибок и методика устранения ошибок				8		
8	Раздел 3. Техника бега в шорт-треке	7		2	15		
9	3.1. Техника бега по прямой и по повороту			2	15		
11	Раздел 4. Методика воспитания физических качеств конькобежца	7		4	24		
12	4.1. Средства и методы воспитания физических качеств	7		2	14		
11	4.2. Средства и методы педагогического контроля за воспитанием физических качеств конькобежцев	7		2	10		
13	Раздел 5. Организация и	8		2	30		

	судейство соревнований по скоростному бегу на коньках и шорт-треку						
14	5.1. Судейство соревнований в качестве судьи на переходе, судьи на поворотах, судьи-счетчика кругов, судьи при участниках, судьи хронометриста	8			12		
15	5.2. Судейство соревнований в качестве старшего судьи на финише, секретаря на финише и помощника стартера	8		2	12		
16	5.3. Организация и проведение массовых соревнований				6		
17	Раздел 6. Управление подготовкой конькобежца в многолетнем и годичном циклах	8		8	20		
18	6.1. Перспективное планирование тренировочной нагрузки в годичном цикле спортсменов-разрядников	8		4	10		
19	6.2. Текущее и оперативное планирование тренировочной нагрузки	8		4	10		
20	Дифференцированный зачет	8					Дифференцированный зачет
Итого часов:				16	128		

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).

Перечень вопросов к экзамену (дифференцированному зачету) по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (конькобежный спорт)» для студентов 4 курса

1. Действия старшего судьи на финише до начала соревнований, в процессе забегов, правила определения окончательного результата забега.
2. Организация и судейство массовых соревнований по конькобежному спорту.
3. Виды планирования. Текущее планирование тренировочного процесса в конькобежном спорте.
4. Обозначьте основные отличия в технике бега в скоростном беге на коньках и шорт-треке.
5. Организация и ведение работы главного секретаря соревнований.

6. Судейство соревнований в качестве судьи – стюарда в конькобежном спорте.
7. Виды контроля в конькобежном спорте. Педагогический контроль тренировочного процесса.
8. Компоненты тренировочной нагрузки и их варьирование.
9. Тренажеры в спортивной подготовке конькобежцев. Оборудование площадок для занятий по ОФП и СФП конькобежцев.

10. Круг обязанностей судьи при участниках.
11. Организация и проведение соревнований по шорт-треку. Виды соревнований. Состав судейской коллегии.
12. Виды планирования. Оперативное планирование тренировочного процесса в конькобежном спорте.
13. Основные принципы построения отдельного тренировочного занятия.
14. Судейство соревнований в качестве судьи – главного секретаря в конькобежном спорте.
15. Подготовка площадки для заливки катка, технология заливки катка. Требование к катку, расположенному на естественном водоеме.
16. Судейство соревнований в качестве судьи – стартера и его помощников в конькобежном спорте. Обязанности, права судьи. Определение фальстарта.
17. Документы, необходимые для проведения соревнований по конькобежному спорту.

18. Привести пример круговой тренировки (на воспитание специальной выносливости, силы.).
19. Основные изменения правил соревнований по скоростному бегу на коньках. Перспективы совершенствования программы и правил соревнований.
20. Краткая характеристика наиболее распространенных травм при беге на коньках (в скоростном беге и в шорт-треке) и их предупреждение.

21. Структура годового цикла подготовки конькобежцев. Понятие одноциклового, двухциклового и трехциклового варианта планирования подготовки спортсменов.
22. Современный спортивный инвентарь и экипировка спортсменов в скоростном беге на коньках.
23. Средства и методы ускорения процессов восстановления спортсменов: педагогические, гигиенические, физиотерапевтические, питание и фармакология.
24. Организация и проведение соревнований по конькобежному спорту. Виды соревнований.
25. Виды планирования. Перспективное планирование тренировочного процесса в конькобежном спорте.
26. Судейство соревнований в качестве старшего судьи на финише в конькобежном спорте.
27. Организация и проведение соревнований по шорт-треку. Виды соревнований.
28. Какие действия конькобежца на входе в поворот, при беге по повороту могут квалифицироваться как нарушение правил соревнований и снятие его с соревнований.
29. Современный спортивный инвентарь и экипировка спортсменов в скоростном беге на коньках и их влияние на спортивные результаты.
30. Судейство соревнований в качестве судьи на повороте в конькобежном спорте.
31. Пример тренировочного занятия на воспитание быстроты у конькобежцев (на льду и на суше).
32. Понятие $V_{кр}$ (критическая скорость). Определение $V_{кр}$ в условиях ледовой подготовки и летней подготовки.
33. Организация массовых соревнований зимой типа «Лед надежды нашей», «Ало мы ищем таланты» и «Мама, папа, я – спортивная семья».
34. Судейство соревнований в качестве старшего судьи – хронометриста в конькобежном спорте.
35. Пример тренировочного занятия на воспитание специальной выносливости у конькобежцев (на льду и на суше).
36. Тест Купера. Определение. Контроль каких физических качеств осуществляется при помощи этого теста.
37. Пример планирования недельного цикла подготовки конькобежца. По заданию преподавателя (задачи, этап подготовки).
38. Судейство соревнований по шорт-треку в качестве главного судьи. Обязанности, права.
39. Педагогические тесты применяемые для контроля функциональной подготовленности конькобежцев.
40. Современный спортивный инвентарь и экипировка спортсменов в шорт-треке.

Пятый год обучения (9-й и 10-й семестры)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единиц, 144 академических часов.

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Материально-техническое обеспечение занятий конькобежным спортом	9		4	10		
3	1.2. Оборудование площадок для ОФП и СФП конькобежцев	9		4	10		
4	Раздел 2. Техника скоростного бега на коньках	9		4	10		
7	2.3. Пути совершенствования технического мастерства квалифицированных конькобежцев	9		4	10		
8	Раздел 3. Техника бега в шорт-треке	9		4	12		
10	3.2. Техника и тактика обгона	9		4	12		
11	Раздел 4. Методика воспитания физических качеств конькобежца	9		4	14		
12	4.3. Средства и методы воспитания физических качеств на этапе реализации максимальных возможностей	10		4	14		
13	Раздел 5. Организация и судейство соревнований по скоростному бегу на коньках и шорт-треку	10		10	35		
14	5.1. Судейство соревнований в качестве судьи на переходе, судьи на поворотах, судьи-счетчика кругов,	10		4	14		

	судьи при участниках, судьи хронометриста						
15	5.2. Судейство соревнований в качестве старшего судьи на финише, секретаря на финише и помощника стартера	10		4	14		
16	5.3. Организация и проведение массовых соревнований	10		2	7		
17	Раздел 6. Управление подготовкой конькобежца в многолетнем и годичном циклах	10		6	22		
20	6.3. Педагогический контроль тренировочного процесса и его эффектов	10		2	10		
21	6.4. Специфика и основные особенности планирования годичного цикла подготовки конькобежцев высокой квалификации	10		4	12		
22	Экзамен					9	Экзамен
Итого часов:				32	103	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).

Перечень вопросов к экзамену по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (конькобежный спорт)» для студентов 5 курса

1. Привести пример круговой тренировки (на воспитание специальной выносливости, силы.).
2. Варианты тактики бега в шорт-треке.
3. Состав главной судейской коллегии в скоростном беге на коньках и в шорт-треке.
4. Обозначьте основные отличия в технике бега в скоростном беге на коньках и шорт-треке.
5. Организация и ведение работы главного секретаря соревнований.
6. Какие действия конькобежца на входе в поворот, при беге по повороту могут квалифицироваться как нарушение правил соревнований и снятие его с соревнований.
7. Виды контроля в конькобежном спорте. Педагогический контроль тренировочного процесса.
9. Компоненты тренировочной нагрузки и их варьирование.
10. Оборудование площадок для занятий по ОФП и СФП конькобежцев. Тренажеры в спортивной подготовке конькобежцев.
11. Каковы обязанности судьи при участниках.
12. Организация и проведение соревнований по шорт-треку. Виды соревнований. Состав судейской коллегии.
13. Виды планирования. Оперативное планирование тренировочного процесса в конькобежном спорте.
13. Основные принципы построения отдельного тренировочного занятия.
14. Судейство соревнований в качестве судьи – главного секретаря в конькобежном спорте.
15. Пути совершенствования технического мастерства квалифицированных конькобежцев.
16. Судейство соревнований в качестве судьи – стартера и его помощников в конькобежном спорте. Обязанности, права судьи. Определение фальстарта.
17. Длина и частота шагов, темп бега у высококвалифицированных конькобежцев на различных дистанциях.
18. Действия старшего судьи на финише до начала соревнований, в процессе забегов, правила определения окончательного результата забега.
19. Совершенствование техники бега в шорт-треке.
20. Краткая характеристика наиболее распространенных травм при беге на коньках (в скоростном беге и в шорт-треке) и их предупреждение.
21. Организация и проведение массовых соревнований по конькобежному спорту.
22. Пример тренировочного занятия на воспитание быстроты конькобежца (на льду и на суше).
23. Структура двухциклового планирования подготовки конькобежцев высокой квалификации.

24. Организация и проведение соревнований по конькобежному спорту. Виды соревнований.
25. Структура трехциклового планирования подготовки конькобежцев высокой квалификации.
26. Судейство соревнований в качестве старшего судьи на финише в конькобежном спорте.
27. Организация и проведение соревнований по шорт-треку. Виды соревнований.
28. Судейство соревнований в качестве судьи – стюарда в конькобежном спорте.
29. Совершенствование техники бега в конькобежном спорте с помощью нетрадиционных средств подготовки.
30. Судейство соревнований в качестве судьи на повороте в конькобежном спорте.
31. Пример тренировочного занятия на воспитание быстроты у конькобежцев (на льду и на суше).
32. Понятие $V_{кр}$ (критическая скорость). Определение $V_{кр}$ в условиях ледовой подготовки и летней подготовки.
33. Командный спринт и правила проведения.
34. Судейство соревнований в качестве старшего судьи – хронометриста в конькобежном спорте.
35. Пример тренировочного занятия на воспитание специальной выносливости у конькобежцев (на льду и на суше).
36. Командная гонка и правила проведения.
37. Пример планирования недельного цикла подготовки конькобежца. По заданию преподавателя (задачи, этап подготовки).
38. Судейство соревнований по шорт-треку в качестве главного судьи. Обязанности, права.
39. Педагогические тесты применяемые для контроля функциональной подготовленности конькобежцев.
40. Масстарт в конькобежном спорте и правила проведения.

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

а) Основная литература:

1. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена : основы теории и методики воспитания / В.М. Зациорский. - [3-е изд.]. - М. : Сов. спорт, 2009. - 199 с.
2. Конькобежный спорт : пример, прогр. спортив. подгот. для ДЮСШ., СДЮШОР : доп. Федер. агенством по физ. культуре и спорту / В.П. Кубаткин

[и др.] ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту. - М.: сов. спорт, 2006. - 127 с.

3. Методика сопряженного совершенствования техники старта и развития скоростно-силовых качеств конькобежцев : учеб.-метод. пособие / М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. учреждение "Центр спортив. подгот. сбор. команд России". - М.: ТВТ Дивизион, 2010. - 102 с.

4. Панов Г.М. Тактика бега и тактическая подготовка конькобежцев мира : учеб.-метод. пособие для студентов и слушателей ипк и ппк РГУФКСиТ / Г.М. Панов, Е.В. Метелькова ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: [Физ. культура], 2008. - 131 с.

5. Шорт-трек : пример, прогр. спорт, подгот. для дюшш, СДЮШОР : доп. Федер. агенством по физ. культуре и спорту / [авт.-сост. Г.М. Панов [и др.]] ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту. - М.: Сов. спорт, 2007. - 82 с.

б) Дополнительная литература:

1. Вашляев Б.Ф. О специальной подготовке конькобежцев = On Special Training of Speed Skaters / Б.Ф. Вашляев, И.Р. Вашляева // Теория и практика физ. культуры : тренер : журнал в журнале. - 2006. - N 2. - С. 28-31.

2. Воронов А.В. Биомеханический анализ техники бега на коньках / А.В. Воронов, Ю.С. Лемешева // Вестн. спортив. науки. - 2012. - N 3. - С. 34-43.

3. Воронов А.В. Влияние конькобежного спорта на мышцы-разгибатели коленного сустава / А.В. Воронов, Я.Р. Бравый, Ю.С. Лемешева // Медицина и спорт. - 2006. - N 5. - С. 24-26.

4. Единая всероссийская спортивная классификация 2015-2018 гг. : Зим. виды спорта / [сост. И.В. Попов] ; М-во спорта РФ. - М.: Спорт, 2016. - 133 с.

5. Корх А.Я. Книга спортсмена, тренера и команды единомышленников / А.Я. Корх, В.А. Корх, Н.Л. Корх; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: Флинта: наука, 2004. -367 с.

6. Конькобежный спорт : учеб. для ин-ов физ. культуры: Допущен Ком. по физ. культуре и спорту / ред. Степаненко Е.П. - М.: ФиС, 1977. – 264 с.

7. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Матвеев Л.П. - Киев: Олимп, лит., 1999. - 319 с.
 8. Михайлов В.В. Тренировка конькобежца-многоборца / Михайлов В.В., Панов Г.М. - М.: ФиС, 1975. - 230 с.
 9. Осадченко Л.Ф. Конькобежный спорт и методика преподавания : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Осадченко Л.Ф.; РГАФК. - М., 2002. - 34 с.
 10. Осадченко Л.Ф. Скоростной бег на коньках. Специальные упражнения конькобежца : метод. разработ. для студентов РГУФК : рек. Эксперт.-метод. советом РГУФК / Л.Ф. Осадченко ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2007. - 20 с.
 11. Осадченко Л.Ф. Тренировка и методика обучения технике бега на роликовых коньках : метод. рекомендации : [рек. Эксперт.-метод. советом РГУФКСиТ] / Л.Ф. Осадченко, В.А. Чурсин ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: Физ. культура, 2008. - 24 с.
 12. Стенин Б.А. Конькобежный спорт : учеб. пособие для фак. физ. воспитания пед. ин-тов по специальности "Физ. воспитание" : доп. Гос. ком СССР по народ. образованию / Б.А. Стенин, В.Г. Половцев. - М.: Просвещение, 1990. - 176 с.
 13. Мирзоев О.М. Применение восстановительных средств в спорте / Октай Мирза оглы Мирзоев. - М.: СпортАкадемПресс, 2000. - 203 с.
 14. Суслов Ф.П. Спортивная тренировка в различных климато-географических условиях (среднегорье, жаркий и холодный климат, смена часового пояса) : метод. разработ. для студентов тренерского фак., слушателей ВШТ и ФПК Акад. / Суслов Ф.П.; РГАФК. - М., 1996. - 37 с.
- в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Союз конькобежцев России www.russkating.ru/
2. Международный союз конькобежцев www.isu.org/

3. Конькобежный центр московской области www.kolomna-speed-skating.com/

4. История олимпийских игр <http://olimp-history.ru/node/369>

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

– программное обеспечение дисциплины:

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

Учебные видеофильмы:

- Тренировка сильнейших конькобежцев Норвегии. ИСУ,
- Техника и биомеханика скоростного бега на коньках «Клапскейт». ИСУ;
- Методика подготовки сильнейших конькобежцев мира. ИСУ;
- Техника бега на роликовых коньках;
- История конькобежного спорта
- Начальное обучение бегу на роликовых коньках.

Видеозаписи:

- Чемпионатов Европы, мира и зимних Олимпийских игр по скоростному бегу на коньках и шорт-треку;
- проведения соревнований по марафону в Нидерландах;
- Российский конькобежный спорт (основные этапы становления конькобежного спорта);
- тренировка сильнейших шорт-трековиков мира в подготовительном периоде;
- специальных упражнений конькобежцев, применяемые для обучения

и совершенствования техники бега на коньках.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

Отечественные базы данных:

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

Зарубежные базы данных:

1. «Health Research Premium Collection» компании ProQuest www.proquest.com

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Перечень кабинетов, лабораторий, мастерских и других помещений:

- компьютерный класс;
- аудитория для проведения занятий лекционного типа и семинарского типа;
- аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций;
- спортивный комплекс: ледовая арена (для занятий шорт-треком и фигурным катанием);
- помещение для хранения, ремонта инвентаря и оборудования для конькобежного спорта.

Материально-техническое обеспечение дисциплины:

Оргтехника (год выпуска):

- АРМ в составе системного блока PIV-2 (6МГц), клавиатура, мышь – 2004г.
- Компьютер «Cel 500/64/10/4» - 2004г.
- Копировальный аппарат «Canon PC-860» - 2004г.
- Принтер «HP Laser Jet – 1300» (2шт.), 2003 и 2004г.

- Компьютер - 2007г.
- Ноутбук «HP» - 2007г.
- Монитор «Philips NEC-1550 V-15» - 2004г.
- Принтер «HP Laser Jet-1320» - 2002г.
- Монитор «Samsung» - 2007г.
- Диктофон – 2007г.
- Ноутбук – 1шт. – 2009г.
- Компьютер-стандарт – 10шт. – 2009г.
- Монитор-17" - 2шт. – 2009г.

Научная аппаратура:

- Видеокамера «Sony-DCR-VX-2100E», 2004г.
- Пульсометр «Polar-S 610» - 10шт., 2004г.

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

По дисциплине (модулю) Спортивно-педагогическое совершенствование (Конькобежный спорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 7 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной и заочной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках,

Сроки изучения дисциплины: 1 – 2 семестры.

Форма промежуточного контроля: *дифференцированный зачет – 2 семестр.*

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

Виды работы студентов на занятиях

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
---	--	---	----------------------------

1	Контрольная работа по разделу 1: «Обучение катанию на коньках» Составление план-конспектов занятий по обучению катанию на коньках	2-3 неделя	4
2	Выполнение практических заданий по разделу 1: «Обучение катанию на коньках». Практическое проведение занятий по план-конспектам	4-5 неделя	4
3	Расчетно-графическая работа по теме 3.1: «Разметка беговых дорожек на катках разного размера 111,12 м, 400 м»	5-6 неделя	4
4	Выполнение норм ГТО	7-8 неделя	10
5	Контрольная работа по разделу 2: «Техника скоростного бега на коньках» Составление план-конспектов занятий по обучению технике бега по прямой, повороту или со старта.	10 неделя	4
6	Лабораторная работа по теме 3.3: «Точка коньков»	12-14 неделя	4
7	Выполнение практических заданий по разделу 2: «Техника скоростного бега на коньках» Практическое проведение занятий по план-конспектам	15-17 неделя	4
8	Контрольная работа по разделам 5: «Организация соревнований и их судейство в шорт-треке»	Сентябрь, апрель	6
9	Контрольная работа по разделу 3: «Материально-техническое обеспечение занятий катанием на коньках и конькобежным спортом»	27 неделя	4
10	Контрольная работа по разделам 4: «Организация соревнований и их судейство в скоростном беге на коньках»	В течение уч.года	6
11	Выполнение норм ГТО	май-июнь	8
12	Участие в ежегодном кроссе им. Б. Галушкина	Май	6
13	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по итогам I курса	41 неделя	6
14	Посещение занятий	Весь период	10
	Дифференцированный зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по модулю «Страховка и самостраховка обучающихся катанию на коньках. Обучение технике падений на льду», пропущенному студентом	5
3	Выполнение практического задания по модулю «Разметка беговых дорожек», пропущенному студентом	8
4	Написание план-конспекта занятия по разделу 2 «Техника скоростного бега на коньках», пропущенному студентом	5

5	Презентация по теме «Анализ прошедших соревнований», пропущенному студентом	5
6	Презентация по модулю «Общеразвивающие и специальные упражнения конькобежцев», пропущенному студентом	8
7	Тестирование в системе «МООДУС» (дополнительный раздел)	14

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), 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 оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

По дисциплине (модулю) Спортивно-педагогическое совершенствование (Конькобежный спорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 7 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной и заочной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины: 3 – 4 семестры.

Форма промежуточного контроля: *Дифференцированный зачет – 4 семестр.*

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

Виды работы студентов на занятиях

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по теме 1.1: «Совершенствование техники бега по прямой»; Составление план-конспектов занятий по совершенствованию техники бега по прямой.</i>	4 неделя	3
2	<i>Разноуровневые задачи и задания по разделу 1: «Техника скоростного бега на коньках» Проведение занятий по выполненным план-конспектам.</i>	5-6 неделя	3
3	<i>Контрольная работа по теме 1.2: «Совершенствование техники бега по повороту»; Составление план-конспектов занятий по совершенствованию техники бега по повороту.</i>	7 неделя	3
5	<i>Разноуровневые задачи и задания по теме 3.1 «Судейство соревнований в качестве судьи на переходе, судьи на поворотах, судьи хронометриста».</i>	В течение учебного года	7
6	<i>Выполнение норм ГТО</i>	7-8 неделя	7
7	<i>Лабораторная работа по теме 5.1: «Общеразвивающие и специальные упражнения конькобежцев» Экспертная оценка выполнения специально-подготовительных упражнений в зале.</i>	13 неделя	3
8	<i>Контрольная работа по теме 2.3 «Организация и проведение оздоровительных занятий на коньках с различными возрастными группами населения» Составление план-конспектов занятий по проведение оздоровительных занятий на коньках с различными возрастными группами населения.</i>	10 неделя	3
9	<i>Контрольная работа по теме 6.1: «Организационно-</i>	16-17 неделя	4

	<i>методические основы планирования учебно-тренировочных занятий»</i>		
10	Разноуровневые задачи и задания по теме 3.2 «Судейство соревнований в качестве старшего судьи на финише, секретаря на финише и помощника стартера».	<i>В течение учебного года</i>	7
11	<i>Выполнение норм ГТО</i>	<i>Май</i>	7
12	<i>Участие в ежегодном кроссе им. Б. Галушкина</i>	<i>Май</i>	7
13	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по итогам 2 курса	<i>34 неделя</i>	10
14	<i>Посещение занятий</i>	<i>Весь период</i>	10
	<i>Дифференцированный зачет</i>		20
	ИТОГО		100 баллов

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Защита презентации по модулю «Техника скоростного бега на коньках»</i>	5
3	<i>Выполнение норм ГТО</i>	8
4	<i>Написание план-конспектов занятий и их проведение по разделу «Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием катания на коньках» (для различных возрастных групп населения)</i>	5
5	<i>Защита презентации по разделу «Методика воспитания физических качеств конькобежца»</i>	5
6	<i>Отчет по выполнению практического задания по теме: «Составление личного плана тренировочной деятельности студента в подготовительном периоде»</i>	8
7	<i>Тестирование в системе «МООДУС» (дополнительный раздел)</i>	14

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), 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 оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

По дисциплине (модулю) Спортивно-педагогическое совершенствование (Конькобежный спорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 7 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной и заочной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины: 5 –6 семестры.

Форма промежуточного контроля: *дифференцированный зачет – 6 семестр.*

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

Виды работы студентов на занятиях

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме	Максимальное кол-во баллов
---	--	---------------------------------	----------------------------

		обучения (в неделях)¹	
1	Сдача микрозачета (на льду) по разделам 2 «Техника скоростного бега на коньках» и 3 «Техника бега в шорт-треке»	4-5 неделя	4
2	Выполнение норм ГТО	6-7 неделя	10
3	Контрольная работа по теме 3.1: «Техника бега по прямой и повороту в шорт-треке». Написать план - конспект.	7-8 неделя	4
4	Сдача микрозачета (на льду) по разделу 4 «Методика воспитания физических качеств»	10-11 неделя	4
5	Разноуровневые задачи и задания по теме 5.2 «Судейство соревнований в качестве старшего судьи на финише, секретаря на финише и помощника стартера».	В течение учебного года	4
6	Разноуровневые задачи и задания по теме 5.1 «Судейство соревнований в качестве судьи на переходе, судьи на поворотах, судьи хронометриста».	В течение учебного года	5
7	Расчетно-графическая работа по разделу 6: «Управление подготовкой конькобежца в многолетнем и годичном циклах»	29 неделя	4
8	Контрольная работа по темам 5.1 и 5.2: «Судейство соревнований в качестве судьи на переходе, судьи на поворотах, судьи хронометриста». «Судейство соревнований в качестве старшего судьи на финише, секретаря на финише и помощника стартера». Разгадать кроссворд.	31 неделя	4
9	Участие в ежегодном кроссе им. Б. Галушкина	май	10
10	Выполнение норм ГТО	май	8
11	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по итогам 3 курса	40 неделя	8
	Посещение занятий	Весь период	10
	Дифференцированный зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу 4 «Методика воспитания физических качеств конькобежца», пропущенному студентом	5
3	Контрольная работа по теме 3.1: «Техника бега по прямой и повороту в шорт-треке». Написать план - конспект.	10
4	Написание план-конспекта занятия по разделу 4 «Методика воспитания физических качеств конькобежца», пропущенному студентом	5

5	Расчетно-графическая работа по разделу б: «Управление подготовкой конькобежца в многолетнем и годичном циклах»	5
6	Участие в ежегодном кроссе им. Б. Галушкина	15
7	Тестирование в системе «МООДУС» (дополнительный раздел)	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), 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 оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

По дисциплине (модулю) Спортивно-педагогическое совершенствование (Конькобежный спорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 7 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной и заочной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины: 7 – 8 семестры.

Форма промежуточного контроля: экзамен – 8 семестр (очная форма обучения); дифференцированный зачет (заочная форма обучения) – 8 семестр

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

Виды работы студентов на занятиях

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу 2: «Техника скоростного бега на коньках» Составление план-конспектов занятий для конькобежцев. Контрольная работа по разделу 2: «Техника бега в шорт-треке» Составление план-конспектов занятий для конькобежцев. Экспертная оценка выполнения специально-подготовительных упражнений в зале.	5-6 неделя	5
2	<i>Выполнение норм ГТО</i>	7-8 неделя	7
3	Разноуровневые задачи и задания по теме 5.1 «Судейство соревнований в качестве судьи на переходе, судьи на поворотах, судьи хронометриста, судьи-счетчика кругов».	В течение уч. года	7
4	Контрольная работа по теме 4.1: «Средства и методы воспитания физических качеств» Кроссворд.	8 неделя	4
5	Разноуровневые задачи и задания по теме 4.2: «Средства и методы педагогического контроля за воспитанием физических качеств конькобежцев»	10 неделя	4
6	Разноуровневые задачи и задания по теме 5.2 «Судейство соревнований в качестве старшего судьи на финише, зам. главного секретаря, секретаря, судьи в хитбоксе и стартера».	В течение уч. года	7
7	Контрольная работа по разделу б: «Управление подготовкой конькобежца в многолетнем и годичном циклах»	28 неделя	4
8	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС</i>	31 неделя	8

	<i>по итогам 4 курса</i>		
9	<i>Участие в ежегодном кроссе им. Б. Галушкина</i>	<i>май</i>	<i>7</i>
10	<i>Выполнение норм ГТО</i>	<i>май</i>	<i>7</i>
11	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение уч. года</i>	<i>10</i>
12	<i>Экзамен /Дифференцированный зачет</i>		<i>20/30</i>
	<i>ИТОГО</i>		<i>100 баллов</i>

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Защита презентации по модулю «Определение ошибок и методика их устранения»</i>	5
3	<i>Защита презентации по модулю «Техника бега по прямой и повороту в шорт-треке»</i>	8
4	<i>Защита презентации по разделу «Методика воспитания физических качеств конькобежца»</i>	5
5	<i>Защита презентации по модулю «Педагогический контроль тренировочного процесса»</i>	8
6	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по итогам 4 курса</i>	14

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), 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 оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

По дисциплине (модулю) Спортивно-педагогическое совершенствование (Конькобежный спорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, 7 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной и заочной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины: 9 – 10 семестры.

Форма промежуточного контроля: экзамен – 10 семестр

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

Виды работы студентов на занятиях

№	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 2: «Техника скоростного бега на коньках» Составление планов-конспектов занятий для конькобежцев. Контрольная работа по разделу 2: «Техника бега в шорт-треке» Составление планов-конспектов занятий для конькобежцев. Экспертная оценка выполнения специально-подготовительных упражнений в зале.</i>		5
2	<i>Выполнение норм ГТО</i>		7

3	Разноуровневые задачи и задания по теме 5.1 «Судейство соревнований в качестве судьи на переходе, судьи на поворотах, судьи хронометриста, судьи-счетчика кругов».		7
4	Контрольная работа по теме 4.1: «Средства и методы воспитания физических качеств» Кроссворд.		4
5	Разноуровневые задачи и задания по теме 4.2: «Средства и методы педагогического контроля за воспитанием физических качеств конькобежцев»		4
6	Разноуровневые задачи и задания по теме 5.2 «Судейство соревнований в качестве старшего судьи на финише, зам. главного секретаря, секретаря, судьи в хитбоксе и стартера».		7
7	Контрольная работа по разделу б: «Управление подготовкой конькобежца в многолетнем и годичном циклах»		4
8	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по итогам 5 курса		8
9	Участие в ежегодном кроссе им. Б. Галушкина		7
10	Выполнение норм ГТО		7
11	Посещение занятий	В течение уч. года	10
12	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Защита презентации по модулю «Определение ошибок и методика их устранения»	5
3	Защита презентации по модулю «Техника бега по прямой и повороту в шорт-треке»	8
4	Защита презентации по разделу «Методика воспитания физических качеств конькобежца»	5
5	Защита презентации по модулю «Педагогический контроль тренировочного процесса»	8
6	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по итогам 5 курса	14

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), 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 оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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

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

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



Институт спорта и физического воспитания

**Кафедра ТiМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на
коньках**

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

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

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): [1-8] очная форма, [1-10] заочная форма.

Цель освоения дисциплины (модуля): заключается в органичном продолжении основных разделов дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (конькобежный спорт)» и направлена на овладение предусмотренных программой общепрофессиональными и профессиональными компетенциями, включая физическую подготовленность к будущей профессиональной деятельности.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Обучение катанию на коньках	1		10	26		
2	1.1 Исходное положение, катание по прямой и повороту	1		4	8		
3	1.2 Страховка и самостраховка обучающихся катанию на коньках, техника падений на льду	1		2	6		
4	1.3 Обучение разновидностям торможения	1		2	8		
5	1.4 Подвижные игры на льду	1		2	8		
6	Раздел 2. Техника скоростного бега на коньках и шорт-трека	1		58	107		
7	2.1 Обучение техники бега по прямой	1		4	8		
8	2.2 Обучение техники бега по повороту	1		2	10		
9	2.3 Обучение техники бега со			2	8		

	старта	1					
10	2.4 Совершенствование техники бега на коньках по прямой, повороту и со старта	1		4	8		
11	2.5 Совершенствование техники бега по прямой	3		4	6		
12	2.6 Совершенствование техники бега по повороту	3		6	6		
13	2.7 Совершенствование техники бега со старта	3		4	6		
14	2.8 Совершенствование техники бега на коньках	5		2	6		
15	2.9 Определение ошибок и методика устранения ошибок	5		2	4		
16	2.10 Техника бега по прямой и по повороту	5		2	4		
17	2.11 Техника и тактика обгона	5		4	6		
18	2.12. Контроль за становлением и совершенствованием техники бега на коньках	7		4	8		
19	2.13. Определение ошибок и методика устранения ошибок	7		4	8		
20	2.14 Пути совершенствования технического мастерства квалифицированных конькобежцев	7		2	6		
21	2.15 Техника бега по прямой и по повороту	7		4	12		
22	2.16 Техника и тактика обгона	7		4	11		
23	Раздел 3. Материально-техническое обеспечение занятий катанием на коньках и конькобежным спортом:	1-2		18	50		
24	3.1 Разметка беговых дорожек на катках разного размера (111, 200, 250, 333 и 400 м);	1		2	6		
25	3.2 Подготовка катка с естественным льдом и заливка льда;	1		2	4		
26	3.3 Клепка и точка коньков	2		2	6		
27	3.4. Подготовка катка с искусственным и естественным льдом	5		2	6		
28	3.5 Оборудование площадок для ОФП и СФП конькобежцев	2		2	8		
29	3.6 Подготовка катка с искусственным и естественным льдом	7		4	10		
30	3.7. Оборудование площадок для ОФП и СФП конькобежцев	7		4	10		

31	Раздел 4. Организация соревнований и их судейство в скоростном беге на коньках и в шорт-треке	2		12	40		
32	4.1 Судейство соревнований в качестве судьи на переходе, судьи на поворотах, судьи-счетчика кругов, судьи при участниках	2		8	36		
33	4.2 Организация и проведение массовых соревнований	6		4	4		
34	Раздел 5. Организация соревнований и их судейство в шорт-треке	2		46	96		
35	5.1 Судейство соревнований в качестве судьи-счетчика кругов, судьи при участниках и в качестве стюардов в поле, помощника стартера	2		8	38		
36	5.2 Судейство соревнований в качестве судьи на переходе, судьи на поворотах, судьи-счетчика кругов, судьи при участниках, судьи хронометриста	6		4	4		
37	5.3. Судейство соревнований в качестве судьи на переходе, судьи на поворотах, судьи-счетчика кругов, судьи при участниках, судьи хронометриста	4		6	3		
38	5.4. Судейство соревнований в качестве старшего судьи на финише, секретаря на финише и помощника стартера	4		4	3		
39	5.5 Организация соревнований и их судейство в шорт-треке	4		10	6		
40	5.6 Судейство соревнований в качестве судьи на переходе, судьи на поворотах, судьи-счетчика кругов, судьи при участниках, судьи хронометриста	8		4	10		
41	5.7. Судейство соревнований в качестве старшего судьи на финише, секретаря на финише и помощника стартера	6		4	10		
42	5.8 Судейство соревнований в качестве старшего судьи на финише, секретаря на финише и помощника стартера	8		4	10		
43	5.9 Организация и проведение массовых соревнований	8		2	12		

44	Раздел 6. Методика воспитания физических качеств конькобежца	2		50	78		
45	6.1 Общеразвивающие и специальные упражнения, применяемые в тренировке конькобежцев	2		6	20		
46	6.2 Средства и методы воспитания физических качеств	5		1	6		
47	6.3 Общеразвивающие и специальные упражнения конькобежцев	4		6	6		
48	6.4. Средства и методы педагогического контроля за воспитанием физических качеств конькобежцев	5		1	6		
49	6.5 Общеразвивающие и специальные упражнения конькобежцев	6		1	4		
50	6.6 Методика воспитания силы конькобежцев	6		4	4		
51	6.7. Методика воспитания быстроты конькобежцев	6		4	4		
52	6.8 Методика воспитания выносливости конькобежцев	6		4	4		
53	6.9 Методика воспитания гибкости, ловкости конькобежцев	6		4	2		
54	6.10 Средства и методы воспитания физических качеств	7		4	20		
55	6.11 Средства и методы воспитания физических качеств на этапе реализации максимальных возможностей	8		2	4		
56	6.12 Средства и методы педагогического контроля за воспитанием физических качеств конькобежцев	7		4	8		
57	Раздел 7. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием катания на коньках			14	14		
58	7.1 Организация и проведение занятий на коньках в средне-образовательной школе	3		4	4		
59	7.2 Анализ состояния и перспективы развития скоростного бега на коньках на международной арене и в Российской Федерации (по итогам прошедшего зимнего спортивного сезона)	3		6	6		
60	7.3 Организация и проведение оздоровительных занятий на коньках с различными возрастными группами населения конькобежному	3		4	4		
61	Раздел 8. Управление подготовкой			30	50		

	конькобежцев в многолетнем и годовом циклах						
62	8.1 Организационно-методические основы планирования учебно-тренировочных занятий	4		6	6		
63	8.2 Технология планирования учебно-тренировочной нагрузки в многолетнем цикле подготовки	6		2	2		
64	8.3 Перспективное планирование тренировочной нагрузки в годовом цикле спортсменов-разрядников	6		4	2		
65	8.4. Оперативное планирование тренировочной нагрузки	6		2	2		
66	8.5. Текущее планирование тренировочной нагрузки	6		2	2		
67	8.6. Перспективное планирование тренировочной нагрузки в годовом цикле спортсменов-разрядников	8		4	10		
68	8.7 Текущее и оперативное планирование тренировочной нагрузки	8		4	6		
69	8.8 Педагогический контроль тренировочного процесса и его эффектов	8		4	10		
70	8.9 Специфика и основные особенности планирования годового цикла подготовки конькобежцев высокой квалификации	8		2	10		
Итого часов:				232	479	9	

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Обучение катанию на коньках			2	20		
2	1.1 Исходное положение, катание по прямой и повороту	1		1	4		
3	1.2 Страховка и самостраховка обучающихся катанию на коньках, техника падений на льду	1			4		
4	1.3 Обучение разновидностям торможения	1			4		
5	1.4 Подвижные игры на льду	1		1	8		
6	Раздел 2. Техника скоростного бега на коньках и шорт-трека			22	127		
7	2.1 Обучение техники бега по прямой	1			4		
8	2.2 Обучение техники бега по повороту	1			6		
9	2.3 Обучение техники бега со старта	1			4		
10	2.4 Совершенствование техники бега на коньках по прямой, повороту и со старта	1			4		
11	2.5 Совершенствование техники бега по прямой	3		1	8		
12	2.6 Совершенствование техники бега по повороту	3		2	8		
13	2.7 Совершенствование техники бега со старта	3		1	8		
14	2.8 Совершенствование техники бега на коньках	5		1	10		
15	2.9 Определение ошибок и методика устранения ошибок	5		1	10		
16	2.10 Техника бега по прямой и по повороту	5		2	4		
17	2.11 Техника и тактика обгона	5		2	6		
18	2.12 Контроль за становлением и совершенствованием техники бега на коньках	7		2	10		
19	2.13. Определение ошибок и методика устранения ошибок	7			8		

20	2.14 Техника бега по прямой и по повороту	7		2	15		
21	2.16 Пути совершенствования технического мастерства квалифицированных конькобежцев	9		4	10		
22	2.18 Техника и тактика обгона	9		4	12		
23	Раздел 3. Материально-техническое обеспечение занятий катанием на коньках и конькобежным спортом:			10	56		
24	3.1 Разметка беговых дорожек на катках разного размера (111, 200, 250, 333 и 400 м);	1		1	6		
25	3.2 Подготовка катка с естественным льдом и заливка льда;	1			4		
26	3.3 Клепка и точка коньков	2			2		
27	3.4. Подготовка катка с искусственным и естественным льдом	5		2	12		
28	3.5 Оборудование площадок для ОФП и СФП конькобежцев	2		1	4		
29	3.6 Подготовка катка с искусственным и естественным льдом	7		2	14		
30	3.8. Оборудование площадок для ОФП и СФП конькобежцев	9		4	10		
31	Раздел 4. Организация соревнований и их судейство в скоростном беге на коньках и в шорт-треке			2	30		
32	4.1 Судейство соревнований в качестве судьи на переходе, судьи на поворотах, судьи-счетчика кругов, судьи при участниках	2		2	20		
33	4.2 Организация и проведение массовых соревнований	6			10		
34	Раздел 5. Организация соревнований и их судейство в шорт-треке			20	153		
35	5.1 Судейство соревнований в качестве судьи-счетчика кругов, судьи при участниках и в качестве стюардов в поле, помощника стартера	2			20		
36	5.2 Судейство соревнований в качестве судьи на переходе, судьи на поворотах, судьи-счетчика кругов, судьи при участниках, судьи	6		2	10		

	хронометриста						
37	5.3. Судейство соревнований в качестве судьи на переходе, судьи на поворотах, судьи-счетчика кругов, судьи при участниках, судьи хронометриста	4		1	12		
38	5.4. Судейство соревнований в качестве старшего судьи на финише, секретаря на финише и помощника стартера	4		1	12		
39	5.5 Организация соревнований и их судейство в шорт-треке	4		2	22		
40	5.6 Судейство соревнований в качестве судьи на переходе, судьи на поворотах, судьи-счетчика кругов, судьи при участниках, судьи хронометриста	8			12		
41	5.7. Судейство соревнований в качестве старшего судьи на финише, секретаря на финише и помощника стартера	6		2	2		
42	5.8 Организация и проведение массовых соревнований	6			10		
43	5.9 Судейство соревнований в качестве старшего судьи на финише, секретаря на финише и помощника стартера	8		2	12		
44	5.10 Организация и проведение массовых соревнований	8			6		
45	5.11 Судейство соревнований в качестве судьи на переходе, судьи на поворотах, судьи-счетчика кругов, судьи при участниках, судьи хронометриста	10		4	14		
46	5.12 Судейство соревнований в качестве старшего судьи на финише, секретаря на финише и помощника стартера	10		4	14		
47	5.13 Организация и проведение массовых соревнований	10		2	7		
48	Раздел 6. Методика воспитания физических качеств конькобежца			18	100		
49	6.1 Общеразвивающие и специальные упражнения, применяемые в тренировке конькобежцев	2		2	20		
50	6.2 Средства и методы воспитания физических качеств	5		1	6		
51	6.3 Общеразвивающие и специальные упражнения конькобежцев	4		2	14		

52	6.4. Средства и методы педагогического контроля за воспитанием физических качеств конькобежцев	5		1	6		
53	6.5 Общеразвивающие и специальные упражнения конькобежцев	6		1	4		
54	6.6 Методика воспитания силы конькобежцев	6		1	4		
55	6.7. Методика воспитания быстроты конькобежцев	6		1	4		
56	6.8 Методика воспитания выносливости конькобежцев	6		1	4		
57	6.9 Методика воспитания гибкости, ловкости конькобежцев	6			2		
58	6.10 Средства и методы воспитания физических качеств	7		2	14		
59	6.11 Средства и методы педагогического контроля за воспитанием физических качеств конькобежцев	7		2	10		
60	6.12 Средства и методы воспитания физических качеств на этапе реализации максимальных возможностей	10		4	14		
61	Раздел 7. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием катания на коньках			4	30		
62	7.1 Организация и проведение занятий на коньках в средне-образовательной школе	3		1	10		
63	7.2 Анализ состояния и перспективы развития скоростного бега на коньках на международной арене и в Российской Федерации (по итогам прошедшего зимнего спортивного сезона)	3		2	10		
64	7.3 Организация и проведение оздоровительных занятий на коньках с различными возрастными группами населения конькобежному	3		1	10		
65	Раздел 8. Управление подготовкой конькобежцев в многолетнем и годичном циклах			18	84		
66	8.1 Организационно-методические основы планирования учебно-тренировочных занятий	4		2	14		
67	8.2 Технология планирования учебно-тренировочной нагрузки в многолетнем цикле подготовки	6		2	8		
68	8.3 Перспективное планирование	6			8		

	тренировочной нагрузки в годичном цикле спортсменов-разрядников						
69	8.4. Оперативное планирование тренировочной нагрузки	6			6		
70	8.5. Текущее планирование тренировочной нагрузки	6			6		
71	8.6. Перспективное планирование тренировочной нагрузки в годичном цикле спортсменов-разрядников	8		4	10		
72	8.7 Текущее и оперативное планирование тренировочной нагрузки	8		4	10		
73	8.8 Педагогический контроль тренировочного процесса и его эффектов	10		2	10		
74	8.9 Специфика и основные особенности планирования годичного цикла подготовки конькобежцев высокой квалификации	10		4	12		
Итого часов:				90	621	9	

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 легкой атлетики им. Н. Г. Озолина

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

Направление подготовки:
49.03.01 «Физическая культура»

Профиль: «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»

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

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
Теории и методики лёгкой атлетики им. Н. Г. Озолина
Протокол №34 от «24» мая 2017 г.

Составитель:

Степанова Анастасия Максимовна, преподаватель кафедры ТиМ лёгкой
атлетики им. Н. Г. Озолина

Рецензент:

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (легкая атлетика)» является – совершенствование профессионально-педагогических знаний, умений и навыков, необходимых для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура", 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. Дисциплина реализуется на русском языке.

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

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

Имеет тесную содержательно-методическую взаимосвязь с дисциплинами профессионального цикла: «Теория и методика избранного вида спорта (легкая атлетика)» и «Легкая атлетика», анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, физика, спортивная метрология, спортивная медицина, история физической культуры, психология, педагогика, социология, теория физической культуры. Знания, получаемые при освоении дисциплины применяются при прохождении практики (по получению первичных профессиональных умений и навыков; по получению первичных профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности; преддипломная)

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

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	наименование	
1	2	3
ОПК-2	Знать: - принципы построения учебного занятия (урока) по легкой атлетике; - специфику проведения подготовительной части занятия (урока) со школьниками различного возраста; - дидактику (основные принципы, лежащие в основе) обучения технике различных видов легкой атлетики учащихся всех возрастов;	4
	Уметь: - демонстрировать современную технику видов легкой атлетики (и их частей) - применять на практике общепринятые методы подготовки в легкой атлетике; - применять на практике методы обучения видам легкой атлетики	6
	Владеть: - практическими навыками в проведении занятий по легкой атлетике с различным возрастным контингентом, различающимся по уровню подготовленности; - практическими навыками в применении упражнений специально-физической и подготовительной направленности в ходе обучения видам легкой атлетики; - методикой обучения и технического совершенствования во всех видах легкой атлетики;	8

	- общепринятыми средствами и методами физической подготовки;	
ОПК-3	Знать: - принципы и методы обучения; - медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся;	4
	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 легкой атлетике с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.	6, 8
	Владеть: - навыками планирования и проведения тренировочных занятий по легкой атлетике с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по легкой атлетике.	8
ОПК-5	Знать: - методы измерения физических способностей, - основы аппаратных измерений в легкой атлетике - основы биомеханического анализа техники видов легкой атлетики.	4
	Уметь: - применять педагогические методы тестирования физических способностей - использовать инструментальные методы для оценки физических качеств и функционального состояния занимающихся; - оценивать технику легкоатлетических и физических упражнений с точки зрения биомеханических законов; - проводить срочную оценку состояния занимающихся.	6
	Владеть: - способами оценки текущего состояния занимающихся; - способами проведения анализатехники с применением биомеханических, математических и инструментальных методик; - методами обработки фактических данных, с целью анализа, обобщения и выдачи рекомендаций по корректировке тренировочной нагрузки;	8
ОПК-8	Знать: - правила соревнований в различных видах легкой атлетики; - документацию по планированию и проведению соревнований; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - обязанности организаторов и судей соревнований; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.	4, 6
	Уметь: - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.	6
	Владеть: - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.	8
ПК-10	Знать: - методики отбора и спортивной ориентации в легкой атлетике; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.	6
	Уметь: - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.	6
	Владеть: - умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.	8

ПК-11	Знать: - федеральный стандарт спортивной подготовки по легкой атлетике, примерные программы подготовки по легкой атлетике; - содержание тренировочного процесса в легкой атлетике на этапах детско-юношеского и массового спорта; - методы планирования тренировочного процесса в легкой атлетике.	6
	Уметь: - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки).	8 8 8
	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 и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности.	8 8 8
ПК-14	Знать: - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в легкой атлетике.	6
	Уметь: - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями легкой атлетики демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.	8
	Владеть: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.	8
ПК-15	Знать: - средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности;	6
	Уметь: - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.	6
	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;	8 8

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Заочная ускоренная форма обучения

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

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

№	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	Всего: 180 часов (6 ЗЕТ)	2		10	206		2 семестр: зачет
1	Тема 1. Совершенствование техники изучаемых видов легкой атлетики (спортивная ходьба, толкание ядра, бег на короткие дистанции, прыжок в высоту, прыжок в длину, метание копья).	1-2		2	76		
2	Тема 2. Специально-подготовительные упражнения в изучаемых видах легкой атлетики (в спортивной ходьбе, в толкании ядра, в беге на короткие дистанции, в прыжке в высоту, в прыжке в длину, в метании копья).	1-2		2	66		
3	Тема 3. Подготовка оборудования и места для проведения соревнований по изучаемым видам легкой атлетики (спортивная ходьба, толкание ядра, бег на короткие дистанции, прыжок в высоту, прыжок в длину, метание копья).	2		2	21		
4	Тема 4. Техника безопасности и предупреждение травм при занятиях легкой атлетикой.	2		2	21		
5	Тема 5. Варианты проведения подготовительной части урока по легкой атлетике	2		2	22		
2 курс	Всего: 108час. (4 ЗЕТ)	3-4		14	94		4 семестр: зачет
1	Тема 1. Совершенствование техники изучаемых видов легкой атлетики (эстафетный бег, бег с барьерами, тройной прыжок, метание диска, бег на средние и длинные дистанции).	3-4		4	28		
2	Тема 2. Специально-подготовительные упражнения в изучаемых видах легкой атлетики (в эстафетном беге, в беге с барьерами, в тройном прыжке, в метании диска, в беге на средние и длинные дистанции).	3-4		4	28		
3	Тема 3. Учет возрастных особенностей школьников при проведении подготовительной части занятия по легкой атлетике	3		2	19		
4	Тема 4. Формирование знаний и умений в работе с документацией по организации и проведению соревнований в дисциплинах легкой атлетики.	4		4	19		

3 курс	Всего: 144 час. (4 ЗЕТ)	5-6		10	134		6 семестр: зачет
1	Тема 1. Совершенствование техники изучаемых видов легкой атлетики (метание молота и прыжок с шестом).	5-6		2	30		
2	Тема 2. Специально-подготовительные упражнения в изучаемых видах легкой атлетики (метание молота и прыжок с шестом).	5-6		2	30		
3	Тема 3. Подготовка оборудования и места для проведения соревнований по изучаемым видам легкой атлетики (эстафетный бег, бег с барьерами, тройной прыжок, метание диска, бег на средние и длинные дистанции).	5-6			14		
4	Тема 4. Особенности проведения урока по легкой атлетике с детьми различного школьного возраста	5			14		
5	Тема 5. Методы срочной оценки состояния занимающихся и методы самоконтроля	5		2	16		
6	Тема 6. Особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике с детьми	6		2	15		
7	Тема 7. Формирование умений по судейству соревнований различного уровня в качестве судей	6		2	15		
4 курс	Всего: 252 часа (7 ЗЕТ)	7-8		10	233	9	8 семестр: экзамен
1	Тема 1. Средства и методы физической подготовки в изученных видах легкой атлетики (бег на короткие дистанции, бег с барьерами, бег на средние и длинные дистанции, спортивная ходьба, толкание ядра, метание диска, метание копья прыжок в длину, прыжок в высоту, тройной прыжок, метание молота, прыжок с шестом, легкоатлетические многоборья).	7-8		4	24		
2	Тема 2. Виды, методы и средства контроля в видах легкой атлетики на этапах многолетней подготовки. Педагогические тесты, используемые при отборе в легкой атлетике.	7		2	22		
3	Тема 3. Анализ техники легкоатлетических видов с использованием инструментальных методик	7			22		
4	Тема 4. Формирование умений в проведении тренировочного занятия по легкой атлетике	7-8		2	22		
5	Тема 5. Формирование умений по объективному судейству соревнований по легкой атлетике	7-8			22		
6	Тема 6. Особенности распределения нагрузок в годичном цикле подготовки и в процессе многолетней тренировки в видах легкой атлетики.	7-8		2	33		
7	Тема 7. Методы определения утомления у легкоатлетов. Восстановительные мероприятия при тренировке легкоатлетов. Особенности психологической подготовки в различных	8			22		

	видах легкой атлетики.					
8	Тема 8. Коррекция тренировочных нагрузок на основании данных, полученных при анализе техники легкоатлетических видов с использованием инструментальных методик.	7-8			22	
9	Тема 9. Прогнозирование и моделирование в легкой атлетике. Информационные и компьютерные технологии при разработке документов планирования тренировочного процесса	7			22	
10	Тема 10. Упражнения оздоровительной направленности в легкой атлетике.	8			22	
Итого часов:					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).

Вопросы для зачета студентов 1 курса

1. Содержание, классификация и общая характеристика легкоатлетических упражнений.
2. Циклические, ациклические и смешанные легкоатлетические упражнения.
3. Характерные особенности ходьбы и бега.
4. Части техники ходьбы и бега.
5. Критерии оценки эффективности техники ходьбы и бега.
6. Характеристика прыжков и метаний.
7. Составные части техники метаний.
8. Принципы и методы обучения, особенности их применения.
9. Урок легкой атлетики и тренировочные задания в нем. Содержание частей урока и их взаимосвязь. Структура и черты тренировочного задания.
10. Подбор упражнений подготовительной части урока и их дозировка.
11. Учёт возрастных особенностей школьников при проведении подготовительной части урока.
12. Методы организации занимающихся на уроке по легкой атлетике.
13. Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой.
14. Основные требования техники безопасности при занятиях бегом, прыжками и

метаниями.

15. Основные требования по подготовке мест занятий, оборудования и инвентаря, спортивной формы и обуви.
16. Причины травм и меры обеспечения безопасности занимающихся в легкоатлетическом манеже, на стадионе, в естественных условиях.
17. Спортивные сооружения, используемые для проведения тренировочных занятий по легкой атлетике.
18. Спортивные сооружения, используемые для проведения соревнований по легкой атлетике.
19. Специальные упражнения в легкой атлетике.
20. Основы обучения легкоатлетическим упражнениям.
21. Первоначальное овладение техникой, углубленное разучивание, закрепление и совершенствование техники двигательного действия.
22. Общая характеристика техники спринтерского бега. Части дистанции.
23. Низкий старт. Варианты расстановки стартовых колодок. Положение спортсмена при выполнении команд «На старт!» и «Внимание!».
24. Особенности стартового разбега на разных спринтерских дистанциях.
25. Кинематические и динамические характеристики техники бега на короткие дистанции.
26. Способы финиширования. Изменение техники бега в условиях утомления.
27. Основные ошибки в технике бега на короткие дистанции и методы их исправления.
28. Современная техника толкания ядра.
29. Документация по организации и проведению соревнований в беговых дисциплинах легкой атлетики.
30. Документация по организации и проведению соревнований по прыжковым дисциплинам.
31. Изменения в правилах соревнований и их влияние на подготовку спортсменов.
32. Основные различия в судействе соревнований по прыжкам в высоту и по прыжкам в длину.
33. Состав бригады судей по толканию ядра и метанию копья.
34. Состав главной судейской коллегии.
35. Состав судейской коллегии.
36. Директор соревнования и его роль в организации и проведении соревнования.
37. Главный судья (менеджер) соревнования и его обязанности.

38. Секретарь соревнования и его обязанности.
39. Технический менеджер (заместитель главного судьи по оборудованию) и его обязанности.
40. Рефери по видам и их обязанности.
41. Технические правила проведения соревнований по спортивной ходьбе.
42. Судейство беговых видов и спортивной ходьбы.
43. Судейство технических видов. Порядок участия в соревнованиях. Количество попыток.
44. Обязанности старшего судьи на виде
45. Движения прыгуна в полете и их значение.
46. Особенности приземления в горизонтальных и вертикальных прыжках.
47. Современная техника прыжка в высоту.
48. Специально-подготовительные и подводящие упражнения в спортивной ходьбе.
49. Специально-подготовительные и подводящие упражнения в беге с низкого старта.
50. Специально-подготовительные и подводящие упражнения в метании копья с разбега.
51. Специально-подготовительные и подводящие упражнения в прыжке в длину с разбега.
52. Специально-подготовительные и подводящие упражнения в прыжке в высоту способом «перешагивание».
53. Специально-подготовительные и подводящие упражнения в прыжке в высоту способом «фосбери-флоп».

Вопросы для зачета студентов 2 курса

1. Современная техника бега на средние, длинные и сверхдлинные дистанции.
2. Современная техника эстафетного бега.
3. Специально-подводящие упражнения в эстафетном беге.
4. Современная техника барьерного бега.
5. Специально-подводящие упражнения в беге с барьерами.
6. Современная техника тройного прыжка.
7. Специально-подводящие упражнения в тройном прыжке.
8. Современная техника метания диска.
9. Специально-подводящие упражнения в метании диска.
10. Основные ошибки в технике бега на средние и длинные дистанции и методы их

исправления.

11. Методы и средства развития отдельных видов быстроты, дозировка.
12. Тесты, определяющие уровень развития быстроты.
13. Методы и средства развития силовых способностей в легкой атлетике, дозировка.
14. Использование упражнений с отягощениями; изменение веса отягощений в зависимости от пола и возраста занимающихся.
15. Тесты, определяющие уровень развития силы различных мышечных групп.
16. Методы и средства развития скоростно-силовых способностей в легкой атлетике, дозировка.
17. Тесты, определяющие уровень развития скоростно-силовых качеств.
18. Методы и средства развития общей и специальной выносливости, дозировка.
19. Тесты, определяющие уровень развития общей и специальной выносливости, гибкости, ловкости и координации.
20. Методы и средства развития гибкости, дозировка.
21. Тесты, определяющие уровень гибкости.
22. Методы и средства развития ловкости и координации, дозировка.
23. Тесты, определяющие уровень развития ловкости и координации.
24. Организация и проведение соревнований различного уровня.
25. Содержание положения о различных соревнованиях по легкой атлетике.
26. Основные пункты сметы на проведение различных соревнований по легкой атлетике.
27. Подготовка оборудования и места с учетом правил техники безопасности при проведении соревнований в метаниях.
28. Подготовка оборудования и места с учетом правил техники безопасности при проведении соревнований в прыжковых видах легкой атлетики.
29. Подготовка оборудования и места с учетом правил техники безопасности при проведении соревнований в беговых видах легкой атлетики.
30. Функции медицинского обеспечения во время проведения соревнований.
31. Главная судейская коллегия соревнований по легкой атлетике.
32. Организация и проведение соревнований в легкоатлетических метаниях.
33. Организация и проведение соревнований в прыжковых видах легкой атлетики.
34. Организация и проведение соревнований в спортивной ходьбе и марафоне.
35. Организация и проведение соревнований в беговых видах легкой атлетики.
36. Сценарий открытия и закрытия соревнований.
37. Содержание отчета о соревнованиях.

38. Особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике с детьми 7-8 лет.
39. Особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике с детьми 9-10 лет.
40. Особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике с детьми 11-12 лет.
41. Методы срочной оценки состояния занимающихся.
42. Методы самоконтроля, используемые при занятиях легкой атлетикой.
43. Особенности проведения урока по легкой атлетике в школе с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста.

Вопросы для зачета студентов 3 курса

1. Современная техника прыжка с шестом.
2. Эволюция спортивного инвентаря и сектора для прыжков с шестом.
3. Современная техника метания молота.
4. Специально-подготовительные и подводящие упражнения метателя молота.
5. Специально-подготовительные и подводящие упражнения прыгуна с шестом.
6. Содержание, методы и задачи этапного, текущего и оперативного контроля в спортивной тренировке.
7. Педагогический контроль спортивных школ.
8. Меры безопасности при проведении соревнований различного уровня.
9. Медицинское сопровождение соревнований различного уровня.
10. Отбор и прогнозирование в легкой атлетике.
11. Спортивный отбор и спортивная ориентация.
12. Критерии первичного отбора
13. Учет темпов прироста показателей тренированности.
14. Генетическая предрасположенность как фактор достижений спортивных успехов.
15. «Должные нормы» и «модельные показатели», их отличия друг от друга.
16. Педагогические показатели тренированности, преимущественно влияющие на достижения в видах с проявлением выносливости.
17. Ведущие антропометрические показатели юных и взрослых спортсменов, специализирующихся в отдельных видах легкой атлетикой.

18. Психологический статус легкоатлета (в зависимости от вида легкой атлетики).
19. Медико-биологические критерии перспективности легкоатлетов в видах с преимущественным проявлением выносливости.
20. Медико-биологические критерии, определяющие высокие достижения в скоростных и скоростно-силовых видах легкой атлетики.
21. Педагогические показатели тренированности, преимущественно влияющие на достижения в скоростных и скоростно-силовых видах легкой атлетики.
22. Антропометрические показатели, влияющие на спортивную результативность в отдельных видах легкой атлетики.
23. Модельные показатели в различных видах легкой атлетики.
24. Основы тренировки и содержание тренировочного процесса в легкой атлетике.
25. Планирование многолетней тренировки.
26. Составление плана спортивной тренировки.
27. Планирование годичного цикла тренировки. Различные варианты годичного цикла.
28. Средства и методы физической подготовки в спринтерском беге.
29. Средства и методы физической подготовки в барьерном беге.
30. Средства и методы физической подготовки в беге на средние, длинные, сверхдлинные дистанции, 3000 м с препятствиями и спортивной ходьбе.
31. Средства и методы физической подготовки в прыжках в высоту.
32. Средства и методы физической подготовки в прыжках в длину.
33. Средства и методы физической подготовки в тройном прыжке.
34. Средства и методы физической подготовки в метании копья.
35. Средства и методы физической подготовки в толкании ядра.

Вопросы для экзамена студентов 4 курса

1. Средства и методы физической подготовки в прыжках с шестом.
2. Средства и методы физической подготовки в метании молота.
3. Средства и методы физической подготовки в легкоатлетических многоборьях.
4. Этапное и недельное планирование. Микроцикл как наиболее удобная и важная форма планирования тренировочного процесса.
5. Управление процессом подготовки легкоатлетов.
6. Проблемы утомления и восстановления работоспособности легкоатлетов.
7. Планирование многолетней тренировки. Составление плана спортивной

- тренировки.
8. Планирование годичного цикла тренировки. Различные варианты годичного цикла.
 9. Этапное и недельное планирование. Микроцикл как наиболее удобная и важная форма планирования тренировочного процесса.
 10. Информационные и технологии, используемые при планировании и коррекции тренировочного процесса.
 11. Проблемы утомления и восстановления работоспособности легкоатлетов.
 12. Контроль в тренировке высококвалифицированных легкоатлетов.
 13. Как осуществляется коррекция тренировочных нагрузок на основании данных полученных при анализе техники легкоатлетических видов?
 14. Инструментальные методики, используемые для оценки техники легкоатлетических видов.
 15. Методические приемы управления процессом психологической подготовки легкоатлетов высокой квалификации в годичном цикле.
 16. Дневник и ежедневный самоконтроль спортсмена. Их значимость.
 17. Обязательный ежедневный минимум самоконтроля.
 18. Составить график переносимости спортсменом соревновательных и тренировочных нагрузок
 19. Прогнозирование спортивных результатов в различных видах легкой атлетики.
 20. Составить комплекс оздоровительных упражнений для различных возрастных групп.
 21. Составить динамику ЧСС для людей различного возраста, занимающихся бегом с целью оздоровления.
 22. Характеристика ЧСС для управления тренировочным процессом в беговых видах легкой атлетики.
 23. Определение состояния спортсменов по скорости восстановления ЧСС после выполнения различных упражнений.
 24. Педагогические, медико-биологические и психологические средства восстановления и их характеристика.
 25. Средства восстановления и методика их использования в различных видах легкой атлетики.
 26. Дать оценку пригодности на основе анализа морфологических особенностей спортсмена.
 27. Показатели двигательных способностей для определения спортивной

- пригодности.
28. Биомеханические и педагогические аспекты оценки техники различных видов легкой атлетики.
 29. Особенности структурирования тренировочного процесс у высококвалифицированных легкоатлетов.
 30. Организация и судейство массовых соревнований
 31. Организация и судейство соревнований среди людей с ограниченными возможностями.
 32. Подготовка оборудования и сектора для прыжков с шестом
 33. Подготовка оборудования и сектора для метания молота.
 34. Особенности организации и проведения соревнований по легкоатлетическим многоборьям.
 35. Правила составления положения о соревнованиях.
 36. Подсчёт очков в легкоатлетических многоборьях.

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

А) Основная литература

1. Легкая атлетика : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению "Физ. культура" и специальности "Физ. культура и спорт" : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / под ред. Н.Н. Чеснокова, В.Г. Никитушкина. - М.: Физ. культура, 2010. - 440 с.: ил.
2. Книга тренера по лёгкой атлетике / под ред. Л. С. Хоменкова. - М.: Физкультура и спорт, 1987. - 478 с.
3. Лёгкая атлетика: учеб. для ин-тов физ. культуры / под общ. ред. Н. Г. Озолина, В. И. Воронкина, Ю. Н. Примакова. - М.: Физкультура и спорт, 1989. – 671 с.
4. Озолин, Н. Г. Настольная книга тренера. Наука-побеждать / Н. Г. Озолин.- М.: АСТ: Астрель, 2004. - 863 с.
5. Правила соревнований по лёгкой атлетике на 2012-2013 гг.- ИААФ.- 229 с.

Б) дополнительная литература:

1. Арселли, Э. Тренировка в марафонском беге: Научный подход / Арселли Э., Каова Р (перевод Дементьевой М.) .- М.: Терра-спорт, 2000.- 79 с.
2. Бондаренко, Е.Н. Прыжок с шестом у женщин / Бондаренко Е. Н. // Лёгкая атлетика.- 1997.- № 6.- С.

- 3.Бондаренко, С. К. Построение тренировочной нагрузки в годичном цикле у квалифицированных спортсменов в спортивной ходьбе: автореф. дис. ...канд. пед. наук / Бондаренко С. К. – М., 1987. – 23 с.
- 4.Бондарчук, А. П. Периодизация спортивной тренировки / Бондарчук А. П. – Киев, Олимпийская литература, 2005. – 304 с.
- 5.Верхошанский, Ю. В. Программирование и организация тренировочного процесса / Верхошанский Ю. В.- М.: Физкультура и спорт, 1985. - 176 с.
- 6.Вовк, С.И. Специальная физическая подготовка бегуний на короткие дистанции на этапе спортивного совершенствования: Автореф. дис. ... канд. пед. наук.- М., ГЦОЛИФК, 1997. - 21 с.
- 7.Гагуа, Е.Д. Тренировка спринтера / Гагуа Е. Д. – М.: Олимпия Пресс, Terra-Спорт, 2001. – 72 с.
- 8.Годик, М. А. Контроль за тренировочными и соревновательными нагрузками / М. А. Годик.- М.: Физкультура и спорт, 1978.
- 9.Детская лёгкая атлетика. Программа международной ассоциации атлетической федерации.- М.: Terra-спорт, Олимпия-пресс, 2002.- 80 с.
- 10.Димова, А.Л. Построение тренировки бегуний различных квалификаций на 2000 м с препятствиями: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Димова А.Л.; РГАФК. – М., 1995. - 22 с.
- 11.Зеличенко, В. Б. Будущее молодёжной лёгкой атлетики / Зеличенко В. Б., перевод Озолина Э.З. - М.: Олимпия-пресс, Terra-спорт, 2004.- 80 с.
- 12.Креер В.А. Легкоатлетические прыжки / Креер В. А., Попов В. Б. – М.: Физкультура и спорт, 1986. - 206 с.
- 13.Логачёв Ю. А. Структура тренировочных нагрузок и физической подготовленности прыгуний в высоту на этапе углубленной тренировки: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Логачев Ю. А. – М.: ВНИИФК, 1997. – 23 с.
- 14.Маслаков, В. М. Эстафетный бег: история, техника, обучение, тренировка / Маслаков В. М., Врублевский Е. П., Мирзоев О. М.- М.: Олимпия, 2009.- 166 с.
- 15.Матвеев, Л.П. Общая теория спорта. Учебная книга для завершающих уровней высшего физкультурного образования / Матвеев Л. П.- М.: 4-й филиала Воениздата, 1997.- 304 с.
- 16.Матвеев, Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. — Киев, Олимпийская литература, 1999.- с.
- 17.Меерсон, Ф. З. Адаптация к стрессовым ситуациям и физическим нагрузкам / Меерсон Ф. З., Пшенникова М. Г. – М.: Медицина, 1988. – 256 с.
18. Обучение технике легкоатлетических упражнений в контексте формирования

профессионально-педагогических умений: учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – С-Пб.: 2001. - 87с.

19. Павлова О. И. Система тренировки Виктора Пушкина / Павлова О. И., Камардина О. Н.- М.: Олимпия-пресс, Terra-спорт, 2005.- 96 с.

20. Полуниин, А. И. Управление подготовкой бегунов на средние и длинные дистанции / Полуниин А. И. - М.: Советский спорт, 1992. - 150 с.

21. Попов В. Б. Система специальных упражнений в подготовке легкоатлетов / Попов В. Б.- М.: Terra-спорт, 2006.-217 с.

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

<http://la.sportedu.ru>

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

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – MicrosoftOfficeStandard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - AdobeAcrobatDC.

–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).

- Учебные аудитории № 210 и 211, с мультимедийным оборудованием
- Легкоатлетический манеж с необходимым спортивным инвентарем и оборудованием для проведения практических занятий
- Методический кабинет (303) с необходимой литературой

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Спортивно-педагогическое совершенствование (легкая атлетика) для обучающихся Института спорта и физического воспитания 1 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» заочной ускоренной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики легкой атлетики им. Н. Г. Озолина, e-mail: l-a@sportedu.ru
Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестры
Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в спортивной ходьбе	10
2	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в беге на короткие дистанции	10
3	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в прыжках в высоту	15
4	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в прыжках в длину	15
5	<i>Посещение занятий</i>	3 балла за каждое занятие = 30 баллов за учебный год
6	<i>Зачет</i>	20
	ИТОГО	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Составление и проведение комплекса подводящих упражнений в виде легкой атлетики, по которому студент пропустил занятия	3
2	<i>Письменная работа:</i> Составление 5 комплексов общеразвивающих упражнений: без предмета, с предметом, в движении, у гимнастической стенки, в паре	5
3	<i>Написание реферата:</i> «Подготовка оборудования и места для соревнований в видах легкой атлетики»	3

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к 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), 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(легкая атлетика)» для обучающихся Института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» заочной ускоренной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики легкой атлетики им. Н. Г. Озолина, e-mail: l-a@sportedu.ru

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестры

Форма промежуточной аттестации: зачет.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимально кол-во баллов
5	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в толкании ядра	20
6	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в метании копья	20
7	<i>Письменная работа:</i> Составление 5 комплексов общеразвивающих упражнений: без предмета, с предметом, в движении, у гимнастической стенки, в паре	20
10	<i>Посещение занятий</i>	3 балла за каждое занятие = 20 баллов за учебный год
11	Зачет	20
	ИТОГО	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Составление и проведение комплекса подводящих упражнений в виде легкой атлетики, по которому студент пропустил занятия	5
2	<i>Письменная работа:</i> Составление 5 комплексов общеразвивающих упражнений: без предмета, с предметом, в движении, у гимнастической стенки, в паре	10
3	<i>Написание реферата:</i> «Учет возрастных особенностей школьников при проведении подготовительной части занятия по легкой атлетике»	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» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование(легкая атлетика)» для обучающихся Института спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» заочной ускоренной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики легкой атлетики им. Н. Г. Озолина, e-mail: l-a@sportedu.ru

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестры

Форма промежуточной аттестации: зачет.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в беге с барьерами	15
2	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в метании диска	10
3	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в тройном прыжке	10
4	<i>Опрос по теме:</i> Особенности проведения соревнований по легкой атлетике для детей	15
5	<i>Опрос по теме:</i> «Подготовка оборудования и места для соревнований в видах легкой атлетики»	10
6	<i>Посещение занятий</i>	2 балла за каждое занятие = 20 баллов за учебный год
7	Экзамен	20
	ИТОГО	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в виде легкой атлетики, по которому студент пропустил занятия	5 баллов за каждый пропущенный вид
2	<i>Написание реферата:</i> Особенности проведения соревнований по легкой атлетике для детей	5
3	<i>Написание реферата:</i> «Подготовка оборудования и места для соревнований в видах легкой атлетики»	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» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (легкая атлетика)» для обучающихся Института спорта и физического воспитания 4 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» заочной/ускоренной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики легкой атлетики им. Н. Г. Озолина, e-mail: l-a@sportedu.ru

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестры

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в метании молота	5
2	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в прыжке с шестом	5
3	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса педагогических тестов, используемых при отборе в избранном виде легкой атлетики	5
4	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса упражнений специальной физической подготовки в избранном виде легкой атлетики.	10
5	<i>Опрос по теме:</i> «Виды, методы и средства контроля в видах легкой атлетики на этапах многолетней подготовки»	10
6	Посещение занятий	5 баллов за каждое занятие = 35 баллов за учебный год
7	<i>Экзамен</i>	30
	ИТОГО	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса упражнений специальной физической подготовки в видах легкой атлетики	4
2	Составление и проведение комплекса подводящих упражнений в виде	4

	легкой атлетики, по которому студент пропустил занятия	
3	<i>Написание реферата:</i> «Виды, методы и средства контроля в видах легкой атлетики на этапах многолетней подготовки»	4
4	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса педагогических тестов, используемых при отборе в избранном виде легкой атлетики	4

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» (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 легкой атлетики им. Н. Г. Озолина

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

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

Направление подготовки:
49.03.01 «Физическая культура»

Профиль: «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»

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

Москва – 2017 г.

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

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

3.Цель освоения дисциплины (модуля):совершенствование профессионально-педагогических знаний, умений и навыков, необходимых 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. Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	наименование	
1	2	3
ОПК-2	способность проводить тренировочные занятия по легкой атлетике с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов	4-8
ОПК-3	способность осуществлять спортивную подготовку в легкой атлетике с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки	4-8
ОПК-5	способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений	4-8
ОПК-8	способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по легкой атлетике	4-8
ПК-10	способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в легкой атлетике с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся	6-8
ПК-11	способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта	6-8
ПК-14	способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями легкой атлетики техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности	6-8
ПК-15	способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму	6-8

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Заочная ускоренная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Совершенствование техники изучаемых видов легкой атлетики	1-6		8	134		
2	Специально-подготовительные упражнения в изучаемых видах легкой атлетики	1-6		8	124		
3	Подготовка оборудования и мест для проведения соревнований по легкой атлетике	1-4		4	56		
4	Особенности организации и проведения занятий по легкой атлетике	2-8		8	93		
5	Тренировка в легкой атлетике	5-8		8	189		
6	Организация и судейство соревнований различного уровня по легкой атлетике	2-6		8	71		
	Всего за 1 курс			10	206		Зачет (2 семестр)
	Всего за 2 курс			14	94		Зачет (4 семестр)
	Всего за 3 курс			10	134		Зачет(6 семестр)
	Всего за 4 курс			10	233	9	Экзамен (8 семестр)
	Итого:			44	667	9	
	Всего часов:					720	

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра Теории и методик легкой атлетики им. Н. Г. Озолина

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

Направление подготовки:
49.03.01 «Физическая культура»

Профиль: «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *заочная*
Год набора 2016г.

Москва – 2017г.

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики лёгкой атлетики им. Н. Г. Озолина
Протокол №34 от «24» мая 2017г.

Составитель:

Степанова Анастасия Максимовна, преподаватель кафедры ТиМ лёгкой
атлетики им. Н. Г. Озолина

Рецензент:

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (легкая атлетика)» является – совершенствование профессионально-педагогических знаний, умений и навыков, необходимых для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура", 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. Дисциплина реализуется на русском языке.

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

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

Имеет тесную содержательно-методическую взаимосвязь с дисциплинами профессионального цикла: «Теория и методика избранного вида спорта (легкая атлетика)» и «Легкая атлетика», анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, физика, спортивная метрология, спортивная медицина, история физической культуры, психология, педагогика, социология, теория физической культуры. Знания, получаемые при освоении дисциплины применяются при прохождении практики (по получению первичных профессиональных умений и навыков; по получению первичных профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности; преддипломная)

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

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	наименование	
1	2	3
ОПК-2	Знать: - принципы построения учебного занятия (урока) по легкой атлетике; - специфику проведения подготовительной части занятия (урока) со школьниками различного возраста; - дидактику (основные принципы, лежащие в основе) обучения технике различных видов легкой атлетики учащихся всех возрастов;	2 2 4
	Уметь: - демонстрировать современную технику видов легкой атлетики (и их частей) - применять на практике общепринятые методы подготовки в легкой атлетике; - применять на практике методы обучения видам легкой атлетики	2,4 6 4,6
	Владеть: - практическими навыками в проведении занятий по легкой атлетике с различным возрастным контингентом, различающимся по уровню подготовленности; - практическими навыками в применении упражнений специально-физической и подготовительной направленности в ходе обучения видам легкой атлетики;	10 8

	- методикой обучения и технического совершенствования во всех видах легкой атлетики; - общепринятыми средствами и методами физической подготовки;	8 8
ОПК-3	Знать: - принципы и методы обучения; - медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся;	4, 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 легкой атлетике с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.	8 10 10
	Владеть: - навыками планирования и проведения тренировочных занятий по легкой атлетике с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по легкой атлетике.	8, 10
ОПК-5	Знать: - методы измерения физических способностей, - основы аппаратных измерений в легкой атлетике - основы биомеханического анализа техники видов легкой атлетики.	4, 6
	Уметь: - применять педагогические методы тестирования физических способностей - использовать инструментальные методы для оценки физических качеств и функционального состояния занимающихся; - оценивать технику легкоатлетических и физических упражнений с точки зрения биомеханических законов; - проводить срочную оценку состояния занимающихся.	6 10 10 4
	Владеть: - способами оценки текущего состояния занимающихся; - способами проведения анализатехники с применением биомеханических, математических и инструментальных методик; - методами обработки фактических данных, с целью анализа, обобщения и выдачи рекомендаций по корректировке тренировочной нагрузки;	6 10 10 10
ОПК-8	Знать: - правила соревнований в различных видах легкой атлетики; - документацию по планированию и проведению соревнований; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - обязанности организаторов и судей соревнований; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.	4 2 6 4 6
	Уметь: - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.	10
	Владеть: - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.	10
ПК-10	Знать: - методики отбора и спортивной ориентации в легкой атлетике;	6
	Уметь: - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.	8
	Владеть: - умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.	10

ПК-11	Знать: - федеральный стандарт спортивной подготовки по легкой атлетике, примерные программы подготовки по легкой атлетике; - содержание тренировочного процесса в легкой атлетике на этапах детско-юношеского и массового спорта; - методы планирования тренировочного процесса в легкой атлетике.	6
	Уметь: - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки).	8
	Владеть: - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта; - информационными и компьютерными технологиями при разработке документов планирования; - навыками построения и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности.	10
ПК-14	Знать: - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в легкой атлетике.	8
	Уметь: - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями легкой атлетики демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.	8
	Владеть: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.	10
ПК-15	Знать: - средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности;	6
	Уметь: - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.	8
	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;	10

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Заочная форма обучения

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

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

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1 курс	Всего: 144 часа (4 ЗЕТ)	1-2		10	134		2 семестр: зачет
1	Тема 1. Совершенствование техники изучаемых видов легкой атлетики (спортивная ходьба, толкание ядра, бег на короткие дистанции, прыжок в высоту, прыжок в длину, метание копья).	1-2		2	40		
2	Тема 2. Специально-подготовительные упражнения в изучаемых видах легкой атлетики (в спортивной ходьбе, в толкании ядра, в беге на короткие дистанции, в прыжке в высоту, в прыжке в длину, в метании копья).	1-2		2	40		
3	Тема 3. Подготовка оборудования и места для проведения соревнований по изучаемым видам легкой атлетики (спортивная ходьба, толкание ядра, бег на короткие дистанции, прыжок в высоту, прыжок в длину, метание копья).	1-2		2	18		
4	Тема 4. Техника безопасности и предупреждение травм при занятиях легкой атлетикой.	1		2	18		
5	Тема 5. Учет возрастных особенностей школьников при проведении подготовительной части занятия по легкой атлетике	2		2	18		
2 курс	Всего: 144 часа (4 ЗЕТ)	3-4		16	128		4 семестр: зачет
1	Тема 1. Совершенствование техники изучаемых видов легкой атлетики (эстафетный бег, бег с барьерами, тройной прыжок, метание диска, бег на средние и длинные дистанции).	3-4		2	30		
2	Тема 2. Специально-подготовительные упражнения в изучаемых видах легкой атлетики (в эстафетном беге, в беге с барьерами, в тройном прыжке, в метании диска, в беге на средние и длинные дистанции).	3-4		2	30		
3	Тема 3. Подготовка оборудования и места для проведения соревнований по изучаемым видам легкой атлетики (эстафетный бег, бег с барьерами, тройной прыжок, метание диска, бег на средние и длинные дистанции).	3-4		2	10		
4	Тема 4. Особенности проведения урока по легкой атлетике с детьми различного	3		2	14		

	школьного возраста						
5	Тема 5. Методы срочной оценки состояния занимающихся. Методы самоконтроля при занятиях легкой атлетикой.	3		2	10		
6	Тема 6. Варианты проведения подготовительной части урока по легкой атлетике			2	14		
7	Тема 7. Особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике с детьми	4		2	10		
8	Тема 8. Формирование умений по судейству соревнований различного уровня в качестве судей	3-4		2	10		
3 курс	Всего: 144 часа (4 ЗЕТ)	3-4		16	128		6 семестр: зачет
1	Тема 1. Совершенствование техники изучаемых видов легкой атлетки (метание молота и прыжок с шестом).	5-6		2	30		
2	Тема 2. Специально-подготовительные упражнения в изучаемых видах легкой атлетки (метание молота и прыжок с шестом).	5-6		2	30		
3	Тема 3. Подготовка оборудования и места для проведения соревнований по изучаемым видам легкой атлетки (метание молота и прыжок с шестом).	5-6		2	10		
4	Тема 4. Средства и методы физической подготовки в изученных видах легкой атлетки (бег на короткие дистанции, бег с барьерами, бег на средние и длинные дистанции, спортивная ходьба, толкание ядра, метание диска, метание копья прыжок в длину, прыжок в высоту, тройной прыжок).	5-6		2	14		
5	Тема 5. Педагогические тесты, используемые при отборе в легкой атлетике. Анализ техники легкоатлетических видов с использованием инструментальных методик	6		2	10		
6	Тема 6. Виды, методы и средства контроля в видах легкой атлетки на этапах многолетней подготовки.	6		2	14		
7	Тема 7. Формирование умений в проведении тренировочного занятия по легкой атлетике	5-6		2	10		
8	Тема 8. Формирование умений по объективному судейству соревнований по легкой атлетике	5-6		2	10		
4 курс	Всего: 144 часа (4 ЗЕТ)	3-4		16	128		8 семестр: зачет
1	Тема 1. Средства и методы физической подготовки в изученных видах легкой атлетки (метание молота, прыжок с шестом, легкоатлетические многоборья).	7		2	30		
2	Тема 2. Особенности распределения нагрузок в годичном цикле подготовки и в процессе многолетней тренировки в видах легкой атлетки.	7-8		2	30		
3	Тема 3. Коррекция тренировочных нагрузок на основании данных,	7-8		2	10		

	полученных при анализе техники легкоатлетических видов с использованием инструментальных методик.					
4	Тема 4. Прогнозирование и моделирование в легкой атлетике	7		2	14	
5	Тема 5. Упражнения оздоровительной направленности в легкой атлетике.	8		2	10	
6	Тема 6. Особенности психологической подготовки в различных видах легкой атлетики.	8		2	14	
7	Тема 7. Информационные и компьютерные технологии при разработке документов планирования тренировочного процесса	8		2	10	
8	Тема 8. Закрепление навыков судейства соревнований по легкой атлетике различного уровня в качестве судей и организаторов	7-8		2	10	
5 курс	Всего: 144 час. (4 ЗЕТ)	9-10		32	103	9
1	Тема 1. Средства и методы физической подготовки в изученных видах легкой атлетики (метание молота, прыжок с шестом, легкоатлетические многоборья).	9		10	25	
2	Тема 2. Особенности распределения нагрузок в годичном цикле подготовки и в процессе многолетней тренировки в видах легкой атлетики.	10		12	28	
3	Тема 3. Методы определения утомления у легкоатлетов	9		2	25	
4	Тема 4. Комплекс восстановительных мероприятий при тренировке легкоатлета.	10		8	25	
Итого часов:				90	621	9

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

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

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

Вопросы для экзамена студентов 1 курса

1. Содержание, классификация и общая характеристика легкоатлетических упражнений.
2. Циклические, ациклические и смешанные легкоатлетические упражнения.
3. Характерные особенности ходьбы и бега.
4. Части техники ходьбы и бега.
5. Критерии оценки эффективности техники ходьбы и бега.
6. Характеристика прыжков и метаний.

7. Составные части техники метаний.
8. Принципы и методы обучения, особенности их применения.
9. Урок легкой атлетики и тренировочные задания в нем. Содержание частей урока и их взаимосвязь. Структура и черты тренировочного задания.
10. Подбор упражнений подготовительной части урока и их дозировка.
11. Учёт возрастных особенностей школьников при проведении подготовительной части урока.
12. Методы организации занимающихся на уроке по легкой атлетике.
13. Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой.
14. Основные требования техники безопасности при занятиях бегом, прыжками и метаниями.
15. Основные требования по подготовке мест занятий, оборудования и инвентаря, спортивной формы и обуви.
16. Причины травм и меры обеспечения безопасности занимающихся в легкоатлетическом манеже, на стадионе, в естественных условиях.
17. Спортивные сооружения, используемые для проведения тренировочных занятий по легкой атлетике.
18. Спортивные сооружения, используемые для проведения соревнований по легкой атлетике.
19. Специальные упражнения в легкой атлетике.
20. Основы обучения легкоатлетическим упражнениям.
21. Первоначальное овладение техникой, углубленное разучивание, закрепление и совершенствование техники двигательного действия.
22. Общая характеристика техники спринтерского бега. Части дистанции.
23. Низкий старт. Варианты расстановки стартовых колодок. Положение спортсмена при выполнении команд «На старт!» и «Внимание!».
24. Особенности стартового разбега на разных спринтерских дистанциях.
25. Кинематические и динамические характеристики техники бега на короткие дистанции.
26. Способы финиширования. Изменение техники бега в условиях утомления.
27. Основные ошибки в технике бега на короткие дистанции и методы их исправления.
28. Современная техника толкания ядра.
29. Документация по организации и проведении соревнований в беговых дисциплинах легкой атлетики.

30. Документация по организации и проведении соревнований по прыжковым дисциплинам.

Вопросы для экзамена студентов 2 курса

1. Современная техника бега на средние, длинные и сверхдлинные дистанции.
2. Современная техника эстафетного бега.
3. Специально-подводящие упражнения в эстафетном беге.
4. Современная техника барьерного бега.
5. Специально-подводящие упражнения в беге с барьерами.
6. Современная техника тройного прыжка.
7. Специально-подводящие упражнения в тройном прыжке.
8. Современная техника метания диска.
9. Специально-подводящие упражнения в метании диска.
10. Основные ошибки в технике бега на средние и длинные дистанции и методы их исправления.
11. Методы и средства развития отдельных видов быстроты, дозировка.
12. Тесты, определяющие уровень развития быстроты.
13. Изменения в правилах соревнований и их влияние на подготовку спортсменов.
14. Основные различия в судействе соревнований по прыжкам в высоту и по прыжкам в длину.
15. Состав бригады судей по толканию ядра и метанию копья.
16. Состав главной судейской коллегии.
17. Состав судейской коллегии.
18. Директор соревнования и его роль в организации и проведении соревнования.
19. Главный судья (менеджер) соревнования и его обязанности.
20. Секретарь соревнования и его обязанности.
21. Технический менеджер (заместитель главного судьи по оборудованию) и его обязанности.
22. Рефери по видам и их обязанности.
23. Технические правила проведения соревнований по спортивной ходьбе.
24. Судейство беговых видов и спортивной ходьбы.
25. Судейство технических видов. Порядок участия в соревнованиях. Количество попыток.
26. Обязанности старшего судьи на виде

27. Движения прыгуна в полете и их значение.
28. Особенности приземления в горизонтальных и вертикальных прыжках.
29. Современная техника прыжка в высоту.
30. Специально-подготовительные и подводящие упражнения в спортивной ходьбе.
31. Специально-подготовительные и подводящие упражнения в беге с низкого старта.
32. Специально-подготовительные и подводящие упражнения в метании копья с разбега.
33. Специально-подготовительные и подводящие упражнения в прыжке в длину с разбега.
34. Специально-подготовительные и подводящие упражнения в прыжке в высоту способом «перешагивание».
35. Специально-подготовительные и подводящие упражнения в прыжке в высоту способом «фосбери-флоп».

36. Методы и средства развития силовых способностей в легкой атлетике, дозировка.
37. Использование упражнений с отягощениями; изменение веса отягощений в зависимости от пола и возраста занимающихся.
38. Тесты, определяющие уровень развития силы различных мышечных групп.
39. Методы и средства развития скоростно-силовых способностей в легкой атлетике, дозировка.
40. Тесты, определяющие уровень развития скоростно-силовых качеств.

Вопросы для экзамена студентов 3 курса

1. Современная техника прыжка с шестом.
2. Эволюция спортивного инвентаря и сектора для прыжков с шестом.
3. Современная техника метания молота.
4. Специально-подготовительные и подводящие упражнения метателя молота.
5. Специально-подготовительные и подводящие упражнения прыгуна с шестом.
6. Содержание, методы и задачи этапного, текущего и оперативного контроля в спортивной тренировке.
7. Педагогический контроль спортивных школ.
8. Меры безопасности при проведении соревнований различного уровня.

9. Медицинское сопровождение соревнований различного уровня.
10. Методы и средства развития общей и специальной выносливости, дозировка.
11. Тесты, определяющие уровень развития общей и специальной выносливости, гибкости, ловкости и координации.
12. Методы и средства развития гибкости, дозировка.
13. Тесты, определяющие уровень гибкости.
14. Методы и средства развития ловкости и координации, дозировка.
15. Тесты, определяющие уровень развития ловкости и координации.
16. Организация и проведение соревнований различного уровня.
17. Содержание положения о различных соревнованиях по легкой атлетике.
18. Основные пункты сметы на проведение различных соревнований по легкой атлетике.
19. Подготовка оборудования и места с учетом правил техники безопасности при проведении соревнований в метаниях.
20. Подготовка оборудования и места с учетом правил техники безопасности при проведении соревнований в прыжковых видах легкой атлетики.
21. Подготовка оборудования и места с учетом правил техники безопасности при проведении соревнований в беговых видах легкой атлетики.
22. Функции медицинского обеспечения во время проведения соревнований.
23. Главная судейская коллегия соревнований по легкой атлетике.
24. Организация и проведение соревнований в легкоатлетических метаниях.
25. Организация и проведение соревнований в прыжковых видах легкой атлетики.
26. Организация и проведение соревнований в спортивной ходьбе и марафоне.
27. Организация и проведение соревнований в беговых видах легкой атлетики.
28. Сценарий открытия и закрытия соревнований.
29. Содержание отчета о соревнованиях.
30. Особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике с детьми 7-8 лет.
31. Особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике с детьми 9-10 лет.
32. Особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике с детьми 11-12 лет.
33. Методы срочной оценки состояния занимающихся.
34. Методы самоконтроля, используемые при занятиях легкой атлетики.

35. Особенности проведения урока по легкой атлетике в школе с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста.

Вопросы для экзамена студентов 4 курса

1. Средства и методы физической подготовки в прыжках с шестом.
2. Средства и методы физической подготовки в метании молота.
3. Отбор и прогнозирование в легкой атлетике.
4. Спортивный отбор и спортивная ориентация.
5. Критерии первичного отбора
6. Учет темпов прироста показателей тренированности.
7. Генетическая предрасположенность как фактор достижений спортивных успехов.
8. «Должные нормы» и «модельные показатели», их отличия друг от друга.
9. Педагогические показатели тренированности, преимущественно влияющие на достижения в видах с проявлением выносливости.
10. Ведущие антропометрические показатели юных и взрослых спортсменов, специализирующихся в отдельных видах легкой атлетики.
11. Психологический статус легкоатлета (в зависимости от вида легкой атлетики).
12. Медико-биологические критерии перспективности легкоатлетов в видах с преимущественным проявлением выносливости.
13. Медико-биологические критерии, определяющие высокие достижения в скоростных и скоростно-силовых видах легкой атлетики.
14. Педагогические показатели тренированности, преимущественно влияющие на достижения в скоростных и скоростно-силовых видах легкой атлетики.
15. Антропометрические показатели, влияющие на спортивную результативность в отдельных видах легкой атлетики.
16. Модельные показатели в различных видах легкой атлетики.
17. Основы тренировки и содержание тренировочного процесса в легкой атлетике.
18. Планирование многолетней тренировки.
19. Составление плана спортивной тренировки.
20. Планирование годичного цикла тренировки. Различные варианты годичного цикла.
21. Средства и методы физической подготовки в спринтерском беге.
22. Средства и методы физической подготовки в барьерном беге.
23. Средства и методы физической подготовки в беге на средние, длинные,

- сверхдлинные дистанции, 3000 м с препятствиями и спортивной ходьбе.
24. Средства и методы физической подготовки в прыжках в высоту.
 25. Средства и методы физической подготовки в прыжках в длину.
 26. Средства и методы физической подготовки в тройном прыжке.
 27. Средства и методы физической подготовки в метании копья.
 28. Средства и методы физической подготовки в толкании ядра.
 29. Средства и методы физической подготовки в легкоатлетических многоборьях.
 30. Этапное и недельное планирование. Микроцикл как наиболее удобная и важная форма планирования тренировочного процесса.
 31. Управление процессом подготовки легкоатлетов.
 32. Проблемы утомления и восстановления работоспособности легкоатлетов.

Вопросы для экзамена студентов 5 курса

1. Планирование многолетней тренировки. Составление плана спортивной тренировки.
2. Планирование годового цикла тренировки. Различные варианты годового цикла.
3. Этапное и недельное планирование. Микроцикл как наиболее удобная и важная форма планирования тренировочного процесса.
4. Информационные и технологии, используемые при планировании и коррекции тренировочного процесса.
5. Проблемы утомления и восстановления работоспособности легкоатлетов.
6. Контроль в тренировке высококвалифицированных легкоатлетов.
7. Как осуществляется коррекция тренировочных нагрузок на основании данных полученных при анализе техники легкоатлетических видов?
8. Инструментальные методики, используемые для оценки техники легкоатлетических видов.
9. Методические приемы управления процессом психологической подготовки легкоатлетов высокой квалификации в годовом цикле.
10. Дневник и ежедневный самоконтроль спортсмена. Их значимость.
11. Обязательный ежедневный минимум самоконтроля.
12. Составить график переносимости спортсменом соревновательных и тренировочных нагрузок
13. Прогнозирование спортивных результатов в различных видах легкой атлетики.

14. Составить комплекс оздоровительных упражнений для различных возрастных групп.
15. Составить динамику ЧСС для людей различного возраста, занимающихся бегом с целью оздоровления.
16. Характеристика ЧСС для управления тренировочным процессом в беговых видах легкой атлетики.
17. Определение состояния спортсменов по скорости восстановления ЧСС после выполнения различных упражнений.
18. Педагогические, медико-биологические и психологические средства восстановления и их характеристика.
19. Средства восстановления и методика их использования в различных видах легкой атлетики.
20. Дать оценку пригодности на основе анализа морфологических особенностей спортсмена.
21. Показатели двигательных способностей для определения спортивной пригодности.
22. Биомеханические и педагогические аспекты оценки техники различных видов легкой атлетики.
23. Особенности структурирования тренировочного процесса у высококвалифицированных легкоатлетов.
24. Организация и судейство массовых соревнований
25. Организация и судейство соревнований среди людей с ограниченными возможностями.
26. Подготовка оборудования и сектора для прыжков с шестом
27. Подготовка оборудования и сектора для метания молота.
28. Особенности организации и проведения соревнований по легкоатлетическим многоборьям.
29. Правила составления положения о соревнованиях.
30. Подсчёт очков в легкоатлетических многоборьях.

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

А) Основная литература

1. Легкая атлетика : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению "Физ. культура" и специальности "Физ. культура и спорт" : рек. УМО по образованию в обл. физ.

культуры и спорта / под ред. Н.Н. Чеснокова, В.Г. Никитушкина. - М.: Физ. культура, 2010. - 440 с.: ил.

2. Книга тренера по лёгкой атлетике / под ред. Л. С. Хоменкова. - М.: Физкультура и спорт, 1987. - 478 с.

3. Лёгкая атлетика: учеб. для ин-тов физ. культуры / под общ. ред. Н. Г. Озолина, В. И. Воронкина, Ю. Н. Примакова. - М.: Физкультура и спорт, 1989. - 671 с.

4. Озолин, Н. Г. Настольная книга тренера. Наука-побеждать / Н. Г. Озолин. - М.: АСТ: Астрель, 2004. - 863 с.

5. Правила соревнований по лёгкой атлетике на 2012-2013 гг. - ИААФ. - 229 с.

Б) дополнительная литература:

1. Арселли, Э. Тренировка в марафонском беге: Научный подход / Арселли Э., Каова Р (перевод Дементьевой М.) .- М.: Терра-спорт, 2000.- 79 с.

2. Бондаренко, Е.Н. Прыжок с шестом у женщин / Бондаренко Е. Н. // Лёгкая атлетика.- 1997.- № 6.- С.

3. Бондаренко, С. К. Построение тренировочной нагрузки в годичном цикле у квалифицированных спортсменов в спортивной ходьбе: автореф. дис. ...канд. пед. наук / Бондаренко С. К. – М., 1987. – 23 с.

4. Бондарчук, А. П. Периодизация спортивной тренировки / Бондарчук А. П. – Киев, Олимпийская литература, 2005. – 304 с.

5. Верхошанский, Ю. В. Программирование и организация тренировочного процесса / Верхошанский Ю. В.- М.: Физкультура и спорт, 1985. - 176 с.

6. Вовк, С.И. Специальная физическая подготовка бегуний на короткие дистанции на этапе спортивного совершенствования: Автореф. дис. ... канд. пед. наук.- М., ГЦОЛИФК, 1997. - 21 с.

7. Гагуа, Е.Д. Тренировка спринтера / Гагуа Е. Д. – М.: Олимпия Пресс, Терра-Спорт, 2001. – 72 с.

8. Годик, М. А. Контроль за тренировочными и соревновательными нагрузками / М. А. Годик.- М.: Физкультура и спорт, 1978.

9. Детская лёгкая атлетика. Программа международной ассоциации атлетической федерации.- М.: Терра-спорт, Олимпия-пресс, 2002.- 80 с.

10. Димова, А.Л. Построение тренировки бегуний различных квалификаций на 2000 м с препятствиями: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Димова А.Л.; РГАФК. – М., 1995. - 22 с.

11. Зеличенко, В. Б. Будущее молодёжной лёгкой атлетики / Зеличенко В. Б., перевод Озолина Э.З. - М.: Олимпия-пресс, Терра-спорт, 2004.- 80 с.

12. Креер В.А. Легкоатлетические прыжки / Креер В. А., Попов В. Б. – М.:

Физкультура и спорт, 1986. - 206 с.

13.Логачёв Ю. А. Структура тренировочных нагрузок и физической подготовленности прыгуний в высоту на этапе углубленной тренировки: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Логачев Ю. А. – М.: ВНИИФК, 1997. – 23 с.

14.Маслаков, В. М. Эстафетный бег: история, техника, обучение, тренировка / Маслаков В. М., Врублевский Е. П., Мирзоев О. М.- М.: Олимпия, 2009.- 166 с.

15.Матвеев, Л.П. Общая теория спорта. Учебная книга для завершающих уровней высшего физкультурного образования / Матвеев Л. П.- М.: 4-й филиала Воениздата, 1997.- 304 с.

16.Матвеев, Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. — Киев, Олимпийская литература, 1999.- с.

17.Меерсон, Ф. З. Адаптация к стрессовым ситуациям и физическим нагрузкам / Меерсон Ф. З., Пшенникова М. Г. – М.: Медицина, 1988. – 256 с.

18. Обучение технике легкоатлетических упражнений в контексте формирования профессионально-педагогических умений: учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / СПБГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – С-Пб.: 2001. - 87с.

19.Павлова О. И. Система тренировки Виктора Пушкина / Павлова О. И., Камардина О. Н.- М.: Олимпия-пресс, Терра-спорт, 2005.- 96 с.

20.Полунин, А. И. Управление подготовкой бегунов на средние и длинные дистанции / Полунин А. И. - М.: Советский спорт, 1992. - 150 с.

21. Попов В. Б. Система специальных упражнений в подготовке легкоатлетов / Попов В. Б.- М.: Терра-спорт, 2006.-217 с.

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

<http://la.sportedu.ru>

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

- Операционная система – Microsoft Windows.
 - Офисный пакет приложений – MicrosoftOfficeStandard.
 - Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
 - Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - AdobeAcrobatDC.
- 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).

- Учебные аудитории № 210 и 211, с мультимедийным оборудованием
- Легкоатлетический манеж с необходимым спортивным инвентарем и оборудованием для проведения практических занятий
- Методический кабинет (303) с необходимой литературой

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (легкая атлетика)» для обучающихся Института спорта и физического воспитания 1 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка» заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики легкой атлетики им. Н. Г. Озолина, e-mail: l-a@sportedu.ru
Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестры
Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в спортивной ходьбе	5
2	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в беге на короткие дистанции	5
3	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в прыжках в высоту	10
4	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в прыжках в длину	5
5	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в толкании ядра	5
6	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в метании копья	5
7	<i>Письменная работа:</i> Составление 5 комплексов общеразвивающих упражнений: без предмета, с предметом, в движении, у гимнастической стенки, в паре	15
8	<i>Посещение занятий</i>	3 балла за каждое занятие = 30 баллов за учебный год
9	Зачет	20
	ИТОГО	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Составление комплекса подводящих упражнений в виде легкой атлетики, по которому студент пропустил занятия	5
2	<i>Письменная работа:</i> Составление 5 комплексов общеразвивающих упражнений: без предмета, с предметом, в движении, у гимнастической стенки, в паре	5

3	<i>Написание реферата: «Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике»</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 зачет на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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 (легкая атлетика)» для обучающихся Института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка» заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики легкой атлетики им. Н. Г. Озолина, e-mail: l-a@sportedu.ru

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестры

Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в беге с барьерами	8
2	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в эстафетном беге	8
3	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в метании диска	8
4	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в беге на средние и длинные дистанции	8
5	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в тройном прыжке	8
6	<i>Опрос по теме:</i> Особенности проведения соревнований по легкой атлетике для детей	10
7	<i>Посещение занятий</i>	3 балла за каждое занятие = 30 баллов за учебный год
8	Зачет	20
	ИТОГО	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Составление комплекса подводящих упражнений в виде легкой атлетики, по которому студент пропустил занятия	5 баллов за каждый пропущенный вид
2	<i>Написание реферата:</i> Особенности проведения соревнований по легкой атлетике для детей	5
3	<i>Написание реферата:</i> «Подготовка оборудования и места для соревнований в видах легкой атлетики»	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» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (легкая атлетика)» для обучающихся Института спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка» заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики легкой атлетики им. Н. Г. Озолина, e-mail: l-a@sportedu.ru

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестры

Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в метании молота	5
2	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса подводящих упражнений в прыжке с шестом	5
3	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса педагогических тестов, используемых при отборе в избранном виде легкой атлетики	5
4	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса упражнений специальной физической подготовки в беговых дисциплинах.	10
5	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса упражнений специальной физической подготовки в легкоатлетических метаниях.	10
6	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса упражнений специальной физической подготовки в прыжковых дисциплинах.	10
7	<i>Опрос по теме:</i> «Виды, методы и средства контроля в видах легкой атлетики на этапах многолетней подготовки»	5
9	Посещение занятий	3 балла за каждое занятие = 30 баллов за учебный год
10	Зачет	20
	ИТОГО	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса упражнений специальной физической подготовки в видах легкой атлетики	5
2	Составление комплекса подводящих упражнений в виде легкой атлетики, по которому студент пропустил занятия	5
3	<i>Написание реферата:</i> «Виды, методы и средства контроля в видах легкой атлетики на этапах многолетней подготовки»	5
4	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса педагогических тестов, используемых при отборе в избранном виде легкой атлетики	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» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (легкая атлетика)» для обучающихся Института спорта и физического воспитания 4 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка» заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики легкой атлетики им. Н. Г. Озолина, e-mail: l-a@sportedu.ru

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестры

Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Письменная работа:</i> Составить комплекс упражнений специальной физической подготовки метателя молота	10
2	<i>Письменная работа:</i> Составить комплекс упражнений специальной физической подготовки прыгуна с шестом	10
3	<i>Письменная работа:</i> Составить комплекс специальных упражнений для развития физических качеств многоборцев на различных этапах подготовки	10
6	<i>Опрос по теме:</i> Особенности психологической подготовки в видах легкой атлетики	10
7	<i>Опрос по теме:</i> Информационные и компьютерные технологии при разработке документов планирования тренировочного процесса	10
10	Посещение занятий	3 за каждое занятие = 30 баллов
	Экзамен	20
	ИТОГО	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса упражнений специальной физической подготовки в видах, по которым студент пропустил занятия	5
3	<i>Написание реферата:</i> Особенности психологической подготовки в видах	5

	легкой атлетики	
4	<i>Написание реферата:</i> Информационные и компьютерные технологии при разработке документов планирования тренировочного процесса	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» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (легкая атлетика)» для обучающихся Института спорта и физического воспитания 5 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка» заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики легкой атлетики им. Н. Г. Озолина, e-mail: l-a@sportedu.ru

Сроки изучения дисциплины (модуля): 9-10 семестр

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
	<i>Опрос по теме:</i> Методы определения утомления у легкоатлетов	26 неделя	20
	<i>Опрос по теме:</i> Комплекс восстановительных мероприятий при тренировке легкоатлетов	28 неделя	20
	Посещение занятий	В течение учебного года	3 за каждое занятие = 30 баллов
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса упражнений специальной физической подготовки в видах, по которым студент пропустил занятия	4
3	<i>Написание реферата:</i> Особенности психологической подготовки в видах легкой атлетики	4
4	<i>Написание реферата:</i> Методы определения утомления и восстановительные мероприятия в подготовке легкоатлетов	4

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» (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 методик легкой атлетики им. Н. Г. Озолина

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

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

Направление подготовки:
49.03.01 «Физическая культура»

Профиль: «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *заочная*
Год набора 2016г.

Москва – 2017 г.

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

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

3.Цель освоения дисциплины (модуля):совершенствование профессионально-педагогических знаний, умений и навыков, необходимых 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. Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	наименование	
1	2	3
ОПК-2	способность проводить тренировочные занятия по легкой атлетике с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов	2-10
ОПК-3	способность осуществлять спортивную подготовку в легкой атлетике с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки	4-10
ОПК-5	способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений	4-10
ОПК-8	способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по легкой атлетике	4-10
ПК-10	способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в легкой атлетике с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся	6-10
ПК-11	способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта	6-10
ПК-14	способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями легкой атлетики техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности	8-10
ПК-15	способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму	6-10

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Совершенствование техники изучаемых видов легкой атлетики	1-6		6	100		
2	Специально-подготовительные упражнения в изучаемых видах легкой атлетики	1-6		6	100		
3	Подготовка оборудования и мест для проведения соревнований по легкой атлетике	1-6		8	56		
4	Особенности организации и проведения занятий по легкой атлетике	2-6		10	66		
5	Тренировка в легкой атлетике	5-10		52	259		
6	Организация и судейство соревнований различного уровня по легкой атлетике	4-9		8	40		
	Всего за 1 курс			10	134		Зачет (2 семестр)
	Всего за 2 курс			16	128		Зачет (4 семестр)
	Всего за 3 курс			16	128		Зачет (6 семестр)
	Всего за 4 курс			16	128		Зачет (8 семестр)
	Всего за 5 курс			32	103	9	Зачет (10 семестр)
	Итого:			90	621	9	
Всего часов:					720		

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 легкой атлетики им. Н. Г. Озолина

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

Направление подготовки/специальность:
49.03.01 «Физическая культура»

Профиль: «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *очная*
Год набора 2016г.

Москва – 2017г.

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики лёгкой атлетики им. Н. Г. Озолина
Протокол №34 от «24» мая 2017г.

Составитель:

Степанова Анастасия Максимовна, преподаватель кафедры ТИМ лёгкой
атлетики им. Н. Г. Озолина

Рецензент:

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (легкая атлетика)» является – совершенствование профессионально-педагогических знаний, умений и навыков, необходимых для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура", 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. Дисциплина реализуется на русском языке.

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

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

Имеет тесную содержательно-методическую взаимосвязь с дисциплинами профессионального цикла: «Теория и методика избранного вида спорта (легкая атлетика)» и «Легкая атлетика», анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, физика, спортивная метрология, спортивная медицина, история физической культуры, психология, педагогика, социология, теория физической культуры. Знания, получаемые при освоении дисциплины применяются при прохождении практики (по получению первичных профессиональных умений и навыков; по получению первичных профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности; преддипломная)

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

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	наименование	
1	2	3
ОПК-2	Знать: - принципы построения учебного занятия (урока) по легкой атлетике; - специфику проведения подготовительной части занятия (урока) со школьниками различного возраста; - дидактику (основные принципы, лежащие в основе) обучения технике различных видов легкой атлетики учащихся всех возрастов;	2 2 4
	Уметь: - демонстрировать современную технику видов легкой атлетики (и их частей) - применять на практике общепринятые методы подготовки в легкой атлетике; - применять на практике методы обучения видам легкой атлетики	6, 8
	Владеть: - практическими навыками в проведении занятий по легкой атлетике с различным возрастным контингентом, различающимся по уровню подготовленности; - практическими навыками в применении упражнений специально-физической и подготовительной направленности в ходе обучения видам легкой атлетики; - методикой обучения и технического совершенствования во всех видах легкой атлетики; - общепринятыми средствами и методами физической подготовки;	8

ОПК-3	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы и методы обучения; - медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся; 	4
	<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 легкой атлетике с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки. 	6, 8
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками планирования и проведения тренировочных занятий по легкой атлетике с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по легкой атлетике. 	8
ОПК-5	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы измерения физических способностей, - основы аппаратных измерений в легкой атлетике - основы биомеханического анализа техники видов легкой атлетики. 	4
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять педагогические методы тестирования физических способностей - использовать инструментальные методы для оценки физических качеств и функционального состояния занимающихся; - оценивать технику легкоатлетических и физических упражнений с точки зрения биомеханических законов; - проводить срочную оценку состояния занимающихся. 	6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способами оценки текущего состояния занимающихся; - способами проведения анализатехники с применением биомеханических, математических и инструментальных методик; - методами обработки фактических данных, с целью анализа, обобщения и выдачи рекомендаций по корректировке тренировочной нагрузки; 	8
ОПК-8	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила соревнований в различных видах легкой атлетики; - документацию по планированию и проведению соревнований; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - обязанности организаторов и судей соревнований; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований. 	2, 4
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований. 	6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований. 	8
ПК-10	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики отбора и спортивной ориентации в легкой атлетике; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 	6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта. 	6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 	8
ПК-11	<p>Знать:</p>	6

	<ul style="list-style-type: none"> - федеральный стандарт спортивной подготовки по легкой атлетике, примерные программы подготовки по легкой атлетике; - содержание тренировочного процесса в легкой атлетике на этапах детско-юношеского и массового спорта; - методы планирования тренировочного процесса в легкой атлетике. 	
	<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
	<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 и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности. 	8
ПК-14	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в легкой атлетике. 	6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями легкой атлетики демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности. 	8
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство. 	8
ПК-15	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; 	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. 	6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности; - средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности. - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия; 	8

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Очная форма обучения

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

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

№	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	Всего: 234 часа (6,5 ЗЕТ)	1-2		52	182		2 семестр: зачет
1	Тема 1. Совершенствование техники изучаемых видов легкой атлетики (спортивная ходьба, толкание ядра, бег на короткие дистанции, прыжок в высоту, прыжок в длину, метание копья).	1-2		16	45		
2	Тема 2. Специально-подготовительные упражнения в изучаемых видах легкой атлетики(в спортивной ходьбе, в толкании ядра, в беге на короткие дистанции, в прыжке в высоту, в прыжке в длину, в метании копья).	1-2		14	45		
3	Тема 3. Подготовка оборудования и места для проведения соревнований по изучаемым видам легкой атлетики (спортивная ходьба, толкание ядра, бег на короткие дистанции, прыжок в высоту, прыжок в длину, метание копья).	1-2		4	16		
4	Тема 4. Техника безопасности и предупреждение травм при занятиях легкой атлетикой.	1		2	4		
5	Тема 5. Спортивные сооружения, используемые для проведения тренировочных занятий и соревнований по легкой атлетике.	1		2	4		
6	Тема 6. Спортивный инвентарь и оборудование, используемое при занятиях легкой атлетикой.	1		2	4		
7	Тема 7. Учет возрастных особенностей школьников при проведении подготовительной части занятия по легкой атлетике	2		2	6		
8	Тема 8. Варианты проведения подготовительной части урока по легкой атлетике	2		2	15		
9	Тема 9. Формирование знаний и умений в работе с документацией по организации и проведению соревнований в беговых дисциплинах легкой атлетики и в спортивной ходьбе.	1-2		2	12		
10	Тема 10. Формирование знаний и умений в работе с документацией по организации и проведению соревнований по легкоатлетическим прыжкам.	1-2		2	12		
11	Тема 11.Формирование умений по	1-2		4	19		

	судейству соревнований различного уровня в качестве помощников судей					
2 курс	Всего: 126 часов (3,5 ЗЕТ)	3-4	60	66		4 семестр: зачет
1	Тема 1. Совершенствование техники изучаемых видов легкой атлетики (эстафетный бег, бег с барьерами, тройной прыжок, метание диска, бег на средние и длинные дистанции).	3-4	16	31		
2	Тема 2. Специально-подготовительные упражнения в изучаемых видах легкой атлетики (в эстафетном беге, в беге с барьерами, в тройном прыжке, в метании диска, в беге на средние и длинные дистанции).	3-4	16	13		
3	Тема 3. Подготовка оборудования и места для проведения соревнований по изучаемым видам легкой атлетики (эстафетный бег, бег с барьерами, тройной прыжок, метание диска, бег на средние и длинные дистанции).	3-4	4	4		
4	Тема 4. Особенности проведения урока по легкой атлетике с детьми младшего школьного возраста	3	2	2		
5	Тема 5. Особенности проведения урока по легкой атлетике с детьми среднего школьного возраста	3	2	2		
6	Тема 6. Особенности проведения урока по легкой атлетике с детьми старшего школьного возраста	3	2	2		
7	Тема 7. Методы срочной оценки состояния занимающихся.	3	2	2		
8	Тема 8. Методы самоконтроля при занятиях легкой атлетикой.	4	2	2		
9	Тема 9. Особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике с детьми 7-8 лет	4	2	2		
10	Тема 10. Особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике с детьми 9-10 лет	4	2	2		
11	Тема 11. Особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике с детьми 11-12 лет	4	2	2		
12	Тема 12. Формирование умений по судейству соревнований различного уровня в качестве судей	3-4	8	2		
3 курс	Всего: 126 часов (3,5 ЗЕТ)	5-6	60	66		6 семестр: зачет
1	Тема 1. Совершенствование техники изучаемых видов легкой атлетики (метание молота и прыжок с шестом).	5-6	12	10		
2	Тема 2. Специально-подготовительные упражнения в изучаемых видах легкой атлетики (метание молота и прыжок с шестом).	5-6	8	10		
3	Тема 3. Подготовка оборудования и места для проведения соревнований по изучаемым видам легкой атлетики (метание молота и прыжок с шестом).	5-6	6	6		
4	Тема 4. Средства и методы физической подготовки в изученных видах легкой атлетики (бег на короткие дистанции, бег	5-6	10	6		

	с барьерами, бег на средние и длинные дистанции, спортивная ходьба, толкание ядра, метание диска, метание копья прыжок в длину, прыжок в высоту, тройной прыжок).						
5	Тема 5. Педагогические тесты, используемые при отборе в легкой атлетике.	6		2	3		
6	Тема 6. Виды, методы и средства контроля в видах легкой атлетики на этапах многолетней подготовки.	6		2	4		
8	Тема 8. Формирование умений в проведении тренировочного занятия по легкой атлетике	5-6		8	9		
9	Тема 9. Формирование умений по объективному судейству соревнований по легкой атлетике	5-6		8	9		
10	Тема 10. Формирование умений по анализу техники легкоатлетических видов с использованием инструментальных методик	5-6		4	9		
4 курс	Всего: 234 час. (3,5 ЗЕТ)	7-8		60	165	9	8 семестр: экзамен
1	Тема 1. Средства и методы физической подготовки в изученных видах легкой атлетики (метание молота, прыжок с шестом, легкоатлетические многоборья).	7		15	30		
2	Тема 2. Особенности распределения нагрузок в годичном цикле подготовки и в процессе многолетней тренировки в видах легкой атлетики.	7-8		15	35		
3	Тема 3. Методы определения утомления у легкоатлетов	8		2	10		
4	Тема 4. Комплекс восстановительных мероприятий при тренировке легкоатлета.	8		4	10		
5	Тема 5. Коррекция тренировочных нагрузок на основании данных, полученных при анализе техники легкоатлетических видов с использованием инструментальных методик.	7-8		4	10		
6	Тема 6. Прогнозирование и моделирование в легкой атлетике	7		4	10		
7	Тема 7. Упражнения оздоровительной направленности в легкой атлетике.	8		2	10		
8	Тема 8. Особенности психологической подготовки в различных видах легкой атлетики.	8		2	11		
9	Тема 9. Информационные и компьютерные технологии при разработке документов планирования тренировочного процесса	8		2	11		
10	Тема 10. Закрепление навыков судейства соревнований по легкой атлетике различного уровня в качестве судей и организаторов	7-8		4	10		
11	Тема 11. Разработка и написание положения соревнований по легкой атлетике	7		4	10		
12	Тема 12. Подсчет очков и особенности проведения соревнований по легкоатлетическим многоборьям.			2	8		

Итого часов:		232	479	9	

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

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

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

Вопросы для экзамена студентов 1 курса

1. Содержание, классификация и общая характеристика легкоатлетических упражнений.
2. Циклические, ациклические и смешанные легкоатлетические упражнения.
3. Характерные особенности ходьбы и бега.
4. Части техники ходьбы и бега.
5. Критерии оценки эффективности техники ходьбы и бега.
6. Характеристика прыжков и метаний.
7. Составные части техники метаний.
8. Принципы и методы обучения, особенности их применения.
9. Урок легкой атлетики и тренировочные задания в нем. Содержание частей урока и их взаимосвязь. Структура и черты тренировочного задания.
10. Подбор упражнений подготовительной части урока и их дозировка.
11. Учёт возрастных особенностей школьников при проведении подготовительной части урока.
12. Методы организации занимающихся на уроке по легкой атлетике.
13. Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой.
14. Основные требования техники безопасности при занятиях бегом, прыжками и метаниями.
15. Основные требования по подготовке мест занятий, оборудования и инвентаря, спортивной формы и обуви.
16. Причины травм и меры обеспечения безопасности занимающихся в легкоатлетическом манеже, на стадионе, в естественных условиях.
17. Спортивные сооружения, используемые для проведения тренировочных занятий по легкой атлетике.
18. Спортивные сооружения, используемые для проведения соревнований по легкой

атлетике.

19. Специальные упражнения в легкой атлетике.
20. Основы обучения легкоатлетическим упражнениям.
21. Первоначальное овладение техникой, углубленное разучивание, закрепление и совершенствование техники двигательного действия.
22. Общая характеристика техники спринтерского бега. Части дистанции.
23. Низкий старт. Варианты расстановки стартовых колодок. Положение спортсмена при выполнении команд «На старт!» и «Внимание!».
24. Особенности стартового разбега на разных спринтерских дистанциях.
25. Кинематические и динамические характеристики техники бега на короткие дистанции.
26. Способы финиширования. Изменение техники бега в условиях утомления.
27. Основные ошибки в технике бега на короткие дистанции и методы их исправления.
28. Современная техника толкания ядра.
29. Документация по организации и проведению соревнований в беговых дисциплинах легкой атлетики.
30. Документация по организации и проведению соревнований по прыжковым дисциплинам.
31. Изменения в правилах соревнований и их влияние на подготовку спортсменов.
32. Основные различия в судействе соревнований по прыжкам в высоту и по прыжкам в длину.
33. Состав бригады судей по толканию ядра и метанию копья.
34. Состав главной судейской коллегии.
35. Состав судейской коллегии.
36. Директор соревнования и его роль в организации и проведении соревнования.
37. Главный судья (менеджер) соревнования и его обязанности.
38. Секретарь соревнования и его обязанности.
39. Технический менеджер (заместитель главного судьи по оборудованию) и его обязанности.
40. Рефери по видам и их обязанности.
41. Технические правила проведения соревнований по спортивной ходьбе.
42. Судейство беговых видов и спортивной ходьбы.
43. Судейство технических видов. Порядок участия в соревнованиях. Количество попыток.

44. Обязанности старшего судьи на виде
45. Движения прыгуна в полете и их значение.
46. Особенности приземления в горизонтальных и вертикальных прыжках.
47. Современная техника прыжка в высоту.
48. Специально-подготовительные и подводящие упражнения в спортивной ходьбе.
49. Специально-подготовительные и подводящие упражнения в беге с низкого старта.
50. Специально-подготовительные и подводящие упражнения в метании копья с разбега.
51. Специально-подготовительные и подводящие упражнения в прыжке в длину с разбега.
52. Специально-подготовительные и подводящие упражнения в прыжке в высоту способом «перешагивание».
53. Специально-подготовительные и подводящие упражнения в прыжке в высоту способом «фосбери-флоп».

Вопросы для экзамена студентов 2 курса

1. Современная техника бега на средние, длинные и сверхдлинные дистанции.
2. Современная техника эстафетного бега.
3. Специально-подводящие упражнения в эстафетном беге.
4. Современная техника барьерного бега.
5. Специально-подводящие упражнения в беге с барьерами.
6. Современная техника тройного прыжка.
7. Специально-подводящие упражнения в тройном прыжке.
8. Современная техника метания диска.
9. Специально-подводящие упражнения в метании диска.
10. Основные ошибки в технике бега на средние и длинные дистанции и методы их исправления.
11. Методы и средства развития отдельных видов быстроты, дозировка.
12. Тесты, определяющие уровень развития быстроты.
13. Методы и средства развития силовых способностей в легкой атлетике, дозировка.
14. Использование упражнений с отягощениями; изменение веса отягощений в зависимости от пола и возраста занимающихся.
15. Тесты, определяющие уровень развития силы различных мышечных групп.
16. Методы и средства развития скоростно-силовых способностей в легкой атлетике,

дозировка.

17. Тесты, определяющие уровень развития скоростно-силовых качеств.
18. Методы и средства развития общей и специальной выносливости, дозировка.
19. Тесты, определяющие уровень развития общей и специальной выносливости, гибкости, ловкости и координации.
20. Методы и средства развития гибкости, дозировка.
21. Тесты, определяющие уровень гибкости.
22. Методы и средства развития ловкости и координации, дозировка.
23. Тесты, определяющие уровень развития ловкости и координации.
24. Организация и проведение соревнований различного уровня.
25. Содержание положения о различных соревнованиях по легкой атлетике.
26. Основные пункты сметы на проведение различных соревнований по легкой атлетике.
27. Подготовка оборудования и места с учетом правил техники безопасности при проведении соревнований в метаниях.
28. Подготовка оборудования и места с учетом правил техники безопасности при проведении соревнований в прыжковых видах легкой атлетики.
29. Подготовка оборудования и места с учетом правил техники безопасности при проведении соревнований в беговых видах легкой атлетики.
30. Функции медицинского обеспечения во время проведения соревнований.
31. Главная судейская коллегия соревнований по легкой атлетике.
32. Организация и проведение соревнований в легкоатлетических метаниях.
33. Организация и проведение соревнований в прыжковых видах легкой атлетики.
34. Организация и проведение соревнований в спортивной ходьбе и марафоне.
35. Организация и проведение соревнований в беговых видах легкой атлетики.
36. Сценарий открытия и закрытия соревнований.
37. Содержание отчета о соревнованиях.
38. Особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике с детьми 7-8 лет.
39. Особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике с детьми 9-10 лет.
40. Особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике с детьми 11-12 лет.
41. Методы срочной оценки состояния занимающихся.
42. Методы самоконтроля, используемые при занятиях легкой атлетики.

43. Особенности проведения урока по легкой атлетике в школе с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста.
44. Принципы и методы обучения, особенности их применения.
45. Урок легкой атлетики и тренировочные задания в нем. Содержание частей урока и их взаимосвязь. Структура и черты тренировочного задания.
46. Подбор упражнений подготовительной части урока и их дозировка.
47. Учёт возрастных особенностей школьников при проведении подготовительной части урока.
48. Методы организации занимающихся на уроке по легкой атлетике.
49. Основы обучения легкоатлетическим упражнениям.
50. Информационные и технологии, используемые при планировании и коррекции тренировочного процесса.
51. Как осуществляется коррекция тренировочных нагрузок на основании данных полученных при анализе техники легкоатлетических видов?
52. Инструментальные методики, используемые для оценки техники легкоатлетических видов.
53. Документация по организации и проведении соревнований в беговых дисциплинах легкой атлетики.
54. Документация по организации и проведении соревнований по прыжковым дисциплинам.

Вопросы для экзамена студентов 3 курса

1. Современная техника прыжка с шестом.
2. Эволюция спортивного инвентаря и сектора для прыжков с шестом.
3. Современная техника метания молота.
4. Специально-подготовительные и подводящие упражнения метателя молота.
5. Специально-подготовительные и подводящие упражнения прыгуна с шестом.
6. Содержание, методы и задачи этапного, текущего и оперативного контроля в спортивной тренировке.
7. Педагогический контроль спортивных школ.
8. Меры безопасности при проведении соревнований различного уровня.
9. Медицинское сопровождение соревнований различного уровня.
10. Информационные и технологии, используемые при планировании и коррекции

тренировочного процесса.

11. Как осуществляется коррекция тренировочных нагрузок на основании данных полученных при анализе техники легкоатлетических видов?
12. Инструментальные методики, используемые для оценки техники легкоатлетических видов.
13. Отбор и прогнозирование в легкой атлетике.
14. Спортивный отбор и спортивная ориентация.
15. Критерии первичного отбора
16. Учет темпов прироста показателей тренированности.
17. Генетическая предрасположенность как фактор достижений спортивных успехов.
18. «Должные нормы» и «модельные показатели», их отличия друг от друга.
19. Педагогические показатели тренированности, преимущественно влияющие на достижения в видах с проявлением выносливости.
20. Ведущие антропометрические показатели юных и взрослых спортсменов, специализирующихся в отдельных видах легкой атлетике.
21. Психологический статус легкоатлета (в зависимости от вида легкой атлетике).
22. Медико-биологические критерии перспективности легкоатлетов в видах с преимущественным проявлением выносливости.
23. Медико-биологические критерии, определяющие высокие достижения в скоростных и скоростно-силовых видах легкой атлетике.
24. Педагогические показатели тренированности, преимущественно влияющие на достижения в скоростных и скоростно-силовых видах легкой атлетике.
25. Антропометрические показатели, влияющие на спортивную результативность в отдельных видах легкой атлетике.
26. Модельные показатели в различных видах легкой атлетике.
27. Методы срочной оценки состояния занимающихся.
28. Методы самоконтроля, используемые при занятиях легкой атлетике.
29. Основы тренировки и содержание тренировочного процесса в легкой атлетике.
30. Планирование многолетней тренировки.
31. Составление плана спортивной тренировки.
32. Планирование годичного цикла тренировки. Различные варианты годичного цикла.
33. Средства и методы физической подготовки в спринтерском беге.
34. Средства и методы физической подготовки в барьерном беге.
35. Средства и методы физической подготовки в беге на средние, длинные,

- сверхдлинные дистанции, 3000 м с препятствиями и спортивной ходьбе.
36. Средства и методы физической подготовки в прыжках в высоту.
 37. Средства и методы физической подготовки в прыжках в длину.
 38. Средства и методы физической подготовки в тройном прыжке.
 39. Средства и методы физической подготовки в метании копья.
 40. Средства и методы физической подготовки в толкании ядра.

Вопросы для экзамена студентов 4 курса

1. Средства и методы физической подготовки в прыжках с шестом.
2. Средства и методы физической подготовки в метании молота.
3. Средства и методы физической подготовки в легкоатлетических многоборьях.
4. Этапное и недельное планирование. Микроцикл как наиболее удобная и важная форма планирования тренировочного процесса.
5. Управление процессом подготовки легкоатлетов.
6. Проблемы утомления и восстановления работоспособности легкоатлетов.
7. Планирование многолетней тренировки. Составление плана спортивной тренировки.
8. Планирование годичного цикла тренировки. Различные варианты годичного цикла.
9. Этапное и недельное планирование. Микроцикл как наиболее удобная и важная форма планирования тренировочного процесса.
10. Информационные и технологии, используемые при планировании и коррекции тренировочного процесса.
11. Проблемы утомления и восстановления работоспособности легкоатлетов.
12. Контроль в тренировке высококвалифицированных легкоатлетов.
13. Как осуществляется коррекция тренировочных нагрузок на основании данных полученных при анализе техники легкоатлетических видов?
14. Инструментальные методики, используемые для оценки техники легкоатлетических видов.
15. Методические приемы управления процессом психологической подготовки легкоатлетов высокой квалификации в годичном цикле.
16. Дневник и ежедневный самоконтроль спортсмена. Их значимость.
17. Обязательный ежедневный минимум самоконтроля.
18. Составить график переносимости спортсменом соревновательных и

тренировочных нагрузок

19. Прогнозирование спортивных результатов в различных видах легкой атлетики.
20. Составить комплекс оздоровительных упражнений для различных возрастных групп.
21. Составить динамику ЧСС для людей различного возраста, занимающихся бегом с целью оздоровления.
22. Характеристика ЧСС для управления тренировочным процессом в беговых видах легкой атлетики.
23. Определение состояния спортсменов по скорости восстановления ЧСС после выполнения различных упражнений.
24. Педагогические, медико-биологические и психологические средства восстановления и их характеристика.
25. Средства восстановления и методика их использования в различных видах легкой атлетики.
26. Дать оценку пригодности на основе анализа морфологических особенностей спортсмена.
27. Показатели двигательных способностей для определения спортивной пригодности.
28. Биомеханические и педагогические аспекты оценки техники различных видов легкой атлетики.
29. Особенности структурирования тренировочного процесса у высококвалифицированных легкоатлетов.
30. Организация и судейство массовых соревнований
31. Организация и судейство соревнований среди людей с ограниченными возможностями.
32. Подготовка оборудования и сектора для прыжков с шестом
33. Подготовка оборудования и сектора для метания молота.
34. Особенности организации и проведения соревнований по легкоатлетическим многоборьям.
35. Правила составления положения о соревнованиях.
36. Подсчёт очков в легкоатлетических многоборьях.

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

А) Основная литература

1. Легкая атлетика : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению "Физ.

культура" и специальности "Физ. культура и спорт" : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / под ред. Н.Н. Чеснокова, В.Г. Никитушкина. - М.: Физ. культура, 2010. - 440 с.: ил.

2. Книга тренера по лёгкой атлетике / под ред. Л. С. Хоменкова. - М.: Физкультура и спорт, 1987. - 478 с.

3. Лёгкая атлетика: учеб. для ин-тов физ. культуры / под общ. ред. Н. Г. Озолина, В. И. Воронкина, Ю. Н. Примакова. - М.: Физкультура и спорт, 1989. - 671 с.

4. Озолин, Н. Г. Настольная книга тренера. Наука-побеждать / Н. Г. Озолин. - М.: АСТ: Астрель, 2004. - 863 с.

5. Правила соревнований по лёгкой атлетике на 2012-2013 гг. - ИААФ. - 229 с.

Б) дополнительная литература:

1. Арселли, Э. Тренировка в марафонском беге: Научный подход / Арселли Э., Каова Р (перевод Дементьевой М.) .- М.: Terra-спорт, 2000.- 79 с.

2. Бондаренко, Е.Н. Прыжок с шестом у женщин / Бондаренко Е. Н. // Лёгкая атлетика.- 1997.- № 6.- С.

3. Бондаренко, С. К. Построение тренировочной нагрузки в годичном цикле у квалифицированных спортсменов в спортивной ходьбе: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Бондаренко С. К. – М., 1987. – 23 с.

4. Бондарчук, А. П. Периодизация спортивной тренировки / Бондарчук А. П. – Киев, Олимпийская литература, 2005. – 304 с.

5. Верхошанский, Ю. В. Программирование и организация тренировочного процесса / Верхошанский Ю. В.- М.: Физкультура и спорт, 1985. - 176 с.

6. Вовк, С.И. Специальная физическая подготовка бегуний на короткие дистанции на этапе спортивного совершенствования: Автореф. дис. ... канд. пед. наук.- М., ГЦОЛИФК, 1997. - 21 с.

7. Гагуа, Е.Д. Тренировка спринтера / Гагуа Е. Д. – М.: Олимпия Пресс, Terra-Спорт, 2001. – 72 с.

8. Годик, М. А. Контроль за тренировочными и соревновательными нагрузками / М. А. Годик.- М.: Физкультура и спорт, 1978.

9. Детская лёгкая атлетика. Программа международной ассоциации атлетической федерации.- М.: Terra-спорт, Олимпия-пресс, 2002.- 80 с.

10. Димова, А.Л. Построение тренировки бегуний различных квалификаций на 2000 м с препятствиями: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Димова А.Л.; РГАФК. – М., 1995. - 22 с.

11. Зеличенко, В. Б. Будущее молодёжной лёгкой атлетики / Зеличенко В. Б., перевод Озолина Э.З. - М.: Олимпия-пресс, Terra-спорт, 2004.- 80 с.

12. Креер В.А. Легкоатлетические прыжки / Креер В. А., Попов В. Б. – М.: Физкультура и спорт, 1986. - 206 с.
13. Логачёв Ю. А. Структура тренировочных нагрузок и физической подготовленности прыгуний в высоту на этапе углубленной тренировки: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Логачев Ю. А. – М.: ВНИИФК, 1997. – 23 с.
14. Маслаков, В. М. Эстафетный бег: история, техника, обучение, тренировка / Маслаков В. М., Врублевский Е. П., Мирзоев О. М.- М.: Олимпия, 2009.- 166 с.
15. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта. Учебная книга для завершающих уровней высшего физкультурного образования / Матвеев Л. П.- М.: 4-й филиала Воениздата, 1997.- 304 с.
16. Матвеев, Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. — Киев, Олимпийская литература, 1999.- с.
17. Меерсон, Ф. З. Адаптация к стрессовым ситуациям и физическим нагрузкам / Меерсон Ф. З., Пшенникова М. Г. – М.: Медицина, 1988. – 256 с.
18. Обучение технике легкоатлетических упражнений в контексте формирования профессионально-педагогических умений: учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – С-Пб.: 2001. - 87с.
19. Павлова О. И. Система тренировки Виктора Пушкина / Павлова О. И., Камардина О. Н.- М.: Олимпия-пресс, Терра-спорт, 2005.- 96 с.
20. Полунин, А. И. Управление подготовкой бегунов на средние и длинные дистанции / Полунин А. И. - М.: Советский спорт, 1992. - 150 с.
21. Попов В. Б. Система специальных упражнений в подготовке легкоатлетов / Попов В. Б.- М.: Терра-спорт, 2006.-217 с.

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

<http://la.sportedu.ru>

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

- Операционная система – Microsoft Windows.
 - Офисный пакет приложений – MicrosoftOfficeStandard.
 - Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
 - Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - AdobeAcrobatDC.
- 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).

- Учебные аудитории № 210 и 211, с мультимедийным оборудованием
- Легкоатлетический манеж с необходимым спортивным инвентарем и оборудованием для проведения практических занятий
- Методический кабинет (303) с необходимой литературой

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (легкая атлетика)» для обучающихся Института спорта и физического воспитания 1 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики легкой атлетики им. Н. Г. Озолина, e-mail: l-a@sportedu.ru

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестры

Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения а очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Выполнение практического задания:</i> Составление и проведение комплекса подводящих упражнений в спортивной ходьбе	8-9 неделя	6
2	<i>Выполнение практического задания:</i> Составление и проведение комплекса подводящих упражнений в беге на короткие дистанции	12-13 неделя	6
3	<i>Выполнение практического задания:</i> Составление и проведение комплекса подводящих упражнений в прыжках в высоту	16-17 неделя	6
4	<i>Выполнение практического задания:</i> Составление и проведение комплекса подводящих упражнений в прыжках в длину	27-28 неделя	6
5	<i>Выполнение практического задания:</i> Составление и проведение комплекса подводящих упражнений в толкании ядра	20-21 неделя	6
6	<i>Выполнение практического задания:</i> Составление и проведение комплекса подводящих упражнений в метании копья	35-36 неделя	6
7	<i>Письменная работа:</i> Составление 5 комплексов общеразвивающих упражнений: без предмета, с предметом, в движении, у гимнастической стенки, в паре	34 неделя	10
8	<i>Опрос по теме:</i> «Подготовка оборудования и места для соревнований в видах легкой атлетики»(из изучаемых на 1	36 неделя	6

	курсе)		
9	Участие в организации и судействе соревнований в качестве помощника судьи.	В течение учебного года	10
10	Посещение занятий	В течение учебного года	0,3 балла за каждое занятие = 18 баллов за учебный год
11	Зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Составление и проведение комплекса подводящих упражнений в виде легкой атлетики, по которому студент пропустил занятия	3
2	<i>Письменная работа:</i> Составление 5 комплексов общеразвивающих упражнений: без предмета, с предметом, в движении, у гимнастической стенки, в паре	5
3	<i>Написание реферата:</i> «Подготовка оборудования и места для соревнований в видах легкой атлетики» (из изучаемых на 1 курсе)	3

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к 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 зачет на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (легкая атлетика)» для обучающихся Института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики легкой атлетики им. Н. Г. Озолина, e-mail: l-a@sportedu.ru

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестры

Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения а очной форме обучения (в неделях) ²	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Выполнение практического задания:</i> Составление и проведение комплекса подводящих упражнений в беге с барьерами	15-16 неделя	7
2	<i>Выполнение практического задания:</i> Составление и проведение комплекса подводящих упражнений в эстафетном беге	8-9 неделя	7
3	<i>Выполнение практического задания:</i> Составление и проведение комплекса подводящих упражнений в метании диска	31-32 неделя	7
4	<i>Выполнение практического задания:</i> Составление и проведение комплекса подводящих упражнений в беге на средние и длинные дистанции	25-26 неделя	7
5	<i>Выполнение практического задания:</i> Составление и проведение комплекса подводящих упражнений в тройном прыжке	37-38 неделя	7
6	<i>Опрос по теме:</i> Особенности проведения соревнований по легкой атлетике для детей	40 неделя	3
7	<i>Опрос по теме:</i> «Подготовка оборудования и места для соревнований в видах легкой атлетики» (из изучаемых на 2 курсе)	37 неделя	3
8	Участие в организации и судействе соревнований	В течение учебного года	15
9	<i>Посещение занятий</i>	В течение учебного года	0,4 балла за каждое занятие = 24 балла за учебный год
10	Зачет		20

	ИТОГО		100 баллов
--	--------------	--	-------------------

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Составление и проведение комплекса подводящих упражнений в виде легкой атлетики, по которому студент пропустил занятия	5 баллов за каждый пропущенный вид
2	<i>Написание реферата:</i> Особенности проведения соревнований по легкой атлетике для детей	3
3	<i>Написание реферата:</i> «Подготовка оборудования и места для соревнований в видах легкой атлетики» (из изучаемых на 2 курсе)	3

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к 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» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (легкая атлетика)» для обучающихся Института спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики легкой атлетики им. Н. Г. Озолина, e-mail: l-a@sportedu.ru

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестры

Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ³	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Выполнение практического задания:</i> Составление и проведение комплекса подводящих упражнений в метании молота	<i>14-17 неделя</i>	<i>6</i>
2	<i>Выполнение практического задания:</i> Составление и проведение комплекса подводящих упражнений в прыжке с шестом	<i>33-36 неделя</i>	<i>6</i>
3	<i>Опрос по теме:</i> «Подготовка оборудования и места для соревнований в видах легкой атлетики» (из изучаемых на 3 курсе)	<i>37 неделя</i>	<i>6</i>
4	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса педагогических тестов, используемых при отборе в избранном виде легкой атлетики	<i>24 неделя</i>	<i>6</i>
5	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса упражнений специальной физической подготовки в беговых дисциплинах.	<i>6 неделя</i>	<i>6</i>
6	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса упражнений специальной физической подготовки в легкоатлетических метаниях.	<i>12 неделя</i>	<i>6</i>
7	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса упражнений специальной физической подготовки в прыжковых дисциплинах.	<i>28 неделя</i>	<i>6</i>
8	<i>Опрос по теме:</i> «Виды, методы и средства контроля в видах легкой атлетики на этапах многолетней подготовки»	<i>30 неделя</i>	<i>6</i>
9	Участие в организации и судействе соревнований	<i>В течение учебного года</i>	<i>14</i>

10	Посещение занятий	В течение учебного года	0,3 балла за каждое занятие = 18 баллов за учебный год
11	Зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса упражнений специальной физической подготовки в видах легкой атлетики	4
2	Составление и проведение комплекса подводящих упражнений в виде легкой атлетики, по которому студент пропустил занятия	4
3	<i>Написание реферата:</i> «Подготовка оборудования и места для соревнований в видах легкой атлетики» (из изучаемых на 3 курсе)	4
4	<i>Написание реферата:</i> «Виды, методы и средства контроля в видах легкой атлетики на этапах многолетней подготовки»	4
5	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса педагогических тестов, используемых при отборе в избранном виде легкой атлетики	4

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» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (легкая атлетика)» для обучающихся Института спорта и физического воспитания 4 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики легкой атлетики им. Н. Г. Озолина, e-mail: l-a@sportedu.ru

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ⁴	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Выполнение практического задания:</i> Составить комплекс упражнений специальной физической подготовки метателя молота	10 неделя	6
2	<i>Выполнение практического задания:</i> Составить комплекс упражнений специальной физической подготовки прыгуна с шестом	14 неделя	6
3	<i>Выполнение практического задания:</i> Составить комплекс специальных упражнений для развития физических качеств многоборцев на различных этапах подготовки	17 неделя	6
4	<i>Опрос по теме:</i> Методы определения утомления у легкоатлетов	26 неделя	3
5	<i>Опрос по теме:</i> Комплекс восстановительных мероприятий при тренировке легкоатлетов	28 неделя	3
6	<i>Опрос по теме:</i> Особенности психологической подготовки в видах легкой атлетики	30 неделя	3
7	<i>Опрос по теме:</i> Информационные и компьютерные технологии при разработке документов планирования тренировочного процесса	38 неделя	3
8	Разработка и написание положения о соревнованиях по легкоатлетическому троеборью «Мемориал Д. П. Маркова и В. И. Воронкина»	9-11 неделя	8
9	Организация и проведение соревнований по легкоатлетическому троеборью «Мемориал Д. П. Маркова и В. И. Воронкина»	11-13 неделя	10

	Участие в организации и судействе соревнований	В течение учебного года	10
10	Посещение занятий	В течение учебного года	0,2 за каждое занятие = 12 баллов
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Письменная работа:</i> Составление комплекса упражнений специальной физической подготовки в видах, по которым студент пропустил занятия	4
3	<i>Написание реферата:</i> Особенности психологической подготовки в видах легкой атлетики	4
4	<i>Написание реферата:</i> Методы определения утомления и восстановительные мероприятия в подготовке легкоатлетов	4

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» (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 легкой атлетики им. Н. Г. Озолина

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

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

Направление подготовки:
49.03.01 «Физическая культура»

Профиль: «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *очная*
Год набора 2016г.

Москва – 2017 г.

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

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

3.Цель освоения дисциплины (модуля):совершенствование профессионально-педагогических знаний, умений и навыков, необходимых для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура", 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. Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	наименование	
1	2	3
ОПК-2	способность проводить тренировочные занятия по легкой атлетике с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов	2-8
ОПК-3	способность осуществлять спортивную подготовку в легкой атлетике с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки	4-8
ОПК-5	способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений	4-8
ОПК-8	способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по легкой атлетике	2-8
ПК-10	способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в легкой атлетике с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся	6-8
ПК-11	способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта	6-8
ПК-14	способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями легкой атлетики техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности	6-8
ПК-15	способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму	6-8

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. Совершенствование техники изучаемых видов легкой атлетики	1-6		44	86		
	2. Специально-подготовительные упражнения в изучаемых видах легкой атлетики	1-6		38	68		
	3. Подготовка оборудования и мест для проведения соревнований по легкой атлетике	1-6		20	38		
	4. Особенности организации и проведения занятий по легкой атлетике	1-4		22	40		
	5. Тренировка в легкой атлетике	5-8		68	159		
	6. Организация и судейство соревнований различного уровня по легкой атлетике	1-8		40	88		
	Всего за 1 курс			52	182		Экзамен (2 семестр)
	Всего за 2 курс			60	66		Экзамен (4 семестр)
	Всего за 3 курс			60	66		Экзамен (6 семестр)
	Всего за 4 курс			60	165	9	Экзамен (8 семестр)
	Итого:			232	479	9	
	Всего часов:				720		

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теории и методики футбола

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания_
Протокол № 30 от «12» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики фехтования, современного
пятиборья, восточных боевых искусств
(наименование)

Протокол № 29 от «19» апреля 2017 г

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Лексаков Андрей Владимирович – кандидат педагогических наук, доцент
кафедры ТиМ футбола; Шадрин Александр Сергеевич старший
преподаватель кафедры ТиМ футбола ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», Орлов
Алексей Викторович– кандидат педагогических наук кафедры ТиМ
футбола ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ».

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (мини-футбол)» – обеспечить

формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по мини-футболу и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

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

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как Теория и методика избранного вида спорта, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология, безопасность жизнедеятельности, восстановление в спорте, врачебный контроль, аналогичные мини-футболу виды спорта и др.. Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7

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 видах мини-футбола; – методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пятиборцев. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по мини-футболу; – применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки пятиборцев. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по мини-футболу с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры; – навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пятиборцев. 	1-2		
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных видах мини-футбола. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по мини-футболу. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по мини-футболу 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 современном пятиборье на начальном и тренировочном этапах подготовки. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в современном пятиборье 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 современном пятиборье на этапе совершенствования спортивного мастерства. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> навыками планирования и проведения тренировочных занятий в современном пятиборье 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 современном пятиборье <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать технику выполнения упражнений в видах мини-футбола 	1-2		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать тактику в видах мини-футбола. 	3-4		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня работоспособности спортсменов в видах мини-футбола. 	5-6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня специализированных качеств у спортсменов в видах мини-футбола 	7-8		
ОПК-8	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции младших судей по плаванию и комбинированному виду в комплексе мини-футбола. 	1-2		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции младших судей по фехтованию и верховой езде 	3-4		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции старших судей и секретарей при проведении соревнований по плаванию и комбинированному виду 	5-6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками организации и проведения соревнований в отдельных видах мини-футбола 	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 современном пятиборье 	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 современном пятиборье 	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 современному пятиборью 	7-8		

ПК-14	<i>Уметь:</i> – владеть техникой видов мини-футбола	1-2		
	<i>Владеть:</i> – умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий видах мини-футбола	3-4		
	<i>Владеть:</i> – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий современным пятиборьем	5-6		
ПК-15	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль на занятиях различными видами мини-футбола.	3-4		
	<i>Владеть:</i> умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности – оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.	7-8		

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

4.1 Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 84 часа, самостоятельная работа студентов – 600 часов.

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

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (современное пятиборье)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Характеристика мини-футбола как вида спорта, средства физического воспитания и учебного предмета. Содержание игровой деятельности футболистов	III	12	78		
2	Раздел 2. Методика подготовки футболистов	III IV	6	75		

2.	Раздел 3. Спортивно-массовая работа по мини-футболу	V	6	38		
2.1	Раздел 4. Организация и проведение соревнований по мини-футболу	V	6	40		
3.	Раздел 5. Система многолетней подготовки юных футболистов	VI	12	78		
4.	Раздел 6. Система подготовки футболистов высокой квалификации	VII	12	78		
4.1	Раздел 7. Обеспечение подготовки футболистов	VIII	12	78		
6.1	Раздел 8. Управление подготовкой футболистов	IX	12	78		
	Раздел 9. Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов	X	12	78		
Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)			90	621	9	ЭКЗАМЕН

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

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

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

Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов заочного обучения (по всему курсу)

1. Знание программного материала разделов дисциплины.
2. Раскройте требования, предъявляемые к физическим качествам футболиста.
3. Специфические особенности игровой деятельности вратаря.
4. Способы преодоления мышечной напряжённости.
5. Раскройте основные понятия, связанные с тактикой и стратегией игры «мини-футбол».
6. Покажите значимость тактики и её взаимосвязь с техникой и физической подготовкой.
7. Охарактеризуйте средства, методы и методические подходы к обучению техническим приёмам игры в мини-футбол.
8. Сформулируйте основные требования по организации и проведению занятий по обучению технике игры в мини-футбол.
9. Толкование основных параграфов правил.
10. Разработка документов планирования и проведения соревнований.
11. Каковы наиболее значимые психические качества футболиста для успешного ведения игровой деятельности.
12. Охарактеризуйте наиболее практикуемые тактические варианты атакующих действий.
13. Раскройте принципы и варианты тактических действий в позиционной атаке.
14. Покажите особенности тактики оборонительных действий в численном неравенстве.
15. Охарактеризуйте подходы к формированию приёмов техники с высокой степенью надёжности.
16. Каковы особенности методических подходов к обучению и совершенствованию тактики игры вратаря.
17. Охарактеризуйте организационно-методические формы занятий по воспитанию физических качеств.
18. Особенности воспитания физических качеств вратаря.
19. Каковы средства, методы и методические подходы к развитию психических функций и волевых качеств футболистов.
20. Охарактеризуйте методику формирования личностных качеств футболиста и межличностных отношений внутри коллектива команды.
21. Дайте характеристику основным системам розыгрыша.
22. Каковы цели и задачи системы многолетней подготовки юных футболистов.
23. Охарактеризуйте многолетнюю подготовку юных футболистов.
24. Раскройте возрастные особенности юных футболистов.
25. Охарактеризуйте этапы многолетней подготовки юных футболистов.

26. Раскройте формы и содержание физической подготовки на различных возрастных этапах.
27. Раскройте формы и содержание технико-тактической подготовки в возрастном аспекте.
28. Покажите динамику соревновательной подготовки юных футболистов в возрастном аспекте.
29. Состояние проблемы эффективности отбора в ДЮСШ и СДЮШОР по мини-футболу.
30. Методика оценки игрового мышления и игровых способностей юных футболистов.
31. Раскройте специфику организации отбора юных футболистов в сборную команду.
32. Методика оценки подготовленности кандидатов в сборную команду.
33. Охарактеризуйте структуру и содержание системы подготовки футболистов.
34. Охарактеризуйте основные составляющие системы подготовки футболистов.
35. Опишите схему управления тренировочным процессом.
36. Значимость и соотношение отдельных видов подготовки на этапах годового цикла.
37. Динамика средств и методов воздействия на отдельные виды подготовки на этапах годового цикла
38. Раскройте особенности построения тренировочного процесса на отдельных этапах годового цикла.
39. Охарактеризуйте особенности построения микроциклов на соревновательных этапах.
40. Раскройте организацию и методику отбора футболистов высокой квалификации.
41. Охарактеризуйте критерии отбора высококвалифицированных футболистов.
42. Охарактеризуйте необходимое материально-техническое обеспечение подготовки футболистов.
43. Охарактеризуйте современные тренажерные устройства и технические средства, применяемые в тренировочном процессе футболистами высокой квалификации
44. Охарактеризуйте технологию разработки программ и планов на годичный цикл, мезо- и микроциклы.
45. Раскройте содержание текущего плана подготовки футболистов высокой квалификации.
46. Раскройте организацию и проведение комплексного контроля за подготовкой футболистов.
47. Охарактеризуйте тесты и тестирующие процедуры по оценке общей и специальной физической и технико-тактической подготовленности футболистов.
48. Какова методика оценки соревновательной деятельности футболистов.
49. Какова структура и содержание педагогического контроля за подготовкой футболистов.
50. Раскройте содержание текущего врачебного контроля.
51. Методика проведения оперативного контроля.
52. Охарактеризуйте стратегическое и оперативное управление тренировочным процессом.
53. Раскройте сущность оперативного и стратегического управления соревновательной деятельностью футболистов.
54. Какова методика разработки плана предстоящего матча.
55. Охарактеризуйте виды и значимость восстановительных мероприятий.
56. Охарактеризуйте основные мероприятия по профилактике травматизма.
57. Дать характеристику основным методикам, используемым в исследованиях по мини-футболу.
58. Сбор и обработка фактического материала для выпускной квалификационной работы.

Примерный перечень вопросов к экзамену по всему курсу

1. Физическая подготовка в системе тренировки футболистов. Значение и виды физической подготовки, характеристика различных форм, средств и методов.
2. Силовые качества футболистов и формы их проявления в соревновательной деятельности.
3. Средства, методы и режимы работы при воспитании собственно силовых качеств.
4. Скоростные и скоростно-силовые качества футболистов и формы их проявления в соревновательной деятельности.
5. Средства, методы и режимы работы при воспитании собственно силовых качеств.
6. Характеристика скоростных качеств футболиста. Формы проявления скоростных качеств. Факторы, определяющие уровень проявления скоростных качеств.
7. Быстрота двигательной реакции. Виды реакции и их характеристика. Методика развития быстроты реакции.
8. Стартовая и дистанционная скорость футболиста. Факторы, определяющие проявление. Методика развития стартовой и дистанционной скорости.
9. Определение и характеристика выносливости футболиста и виды ее проявления в соревновательной деятельности.
10. Аэробный механизм энергообеспечения деятельности футболиста. Его характеристика. Методика совершенствования аэробных способностей футболиста.
11. Анаэробно-гликолитический механизм энергообеспечения деятельности футболиста. Его характеристика и методика совершенствования.
12. Анаэробно-алактатный механизм энергообеспечения деятельности футболиста. Его характеристика и методика совершенствования.
13. Характеристика координационных качеств футболиста и формы их проявления в соревновательной деятельности.
14. Характеристика физического качества – гибкость. Методы, средства и методические приемы по воспитанию гибкости.
15. Понятие и классификация техники мини-футбола. Структура технического приема. Признаки классификации техники мини-футбола.
16. Характеристика основных методов обучения приемам техники.
17. Техника передвижения футболиста, классификация. Биомеханический анализ бега. Методика обучения бегу.
18. Техника бега спиной вперед, скрестными и приставными шагами. Анализ техники бега и методика обучения.
19. Техника поворотов футболиста. Виды поворота, их характеристика и анализ. Методика обучения.
20. Техника ударов по мячу. Виды ударов и их характеристика. Биомеханический анализ удара по мячу. Методика обучения и совершенствования.
21. Классификация передач. Анализ техники выполнения передачи.
22. Техника отбора шайбы клюшкой. Виды отбора шайбы клюшкой и их характеристика. Методика обучения отбору шайбы клюшкой.
23. Техника отбора мяча. Виды отбора и их характеристика. Методика обучения отбору мяча.
24. Техника игры вратаря. Классификация техники. Анализ и методика обучения ловле и отбиванию мяча.
25. Техника игры вратаря. Анализ и методика обучения передвижению вратаря.
26. Понятия: тактика и тактическая подготовка. Формы тактической подготовки и их характеристика.

27.Индивидуальные технико-тактические действия футболистов в атаке. Их характеристика. Методика обучения и совершенствования индивидуальных тактических действий в атаке.

28.Индивидуальные технико-тактические действия в обороне. Их характеристика и методика обучения и совершенствования.

29.Групповые тактические действия футболистов в атаке и обороне, их характеристика, методика обучения и совершенствования.

30.Командная тактика нападения. Виды атакующих действий. Характеристика отдельных фаз атаки. Методика обучения и совершенствования атакующих действий.

31.Командная тактика обороны. Характеристика малоактивных оборонительных систем. Методика обучения и совершенствования оборонительной системы .

32.Контратаки, тактика быстрого нападения. Их характеристика, методика обучения и совершенствования.

33.Позиционное нападение, его характеристика и методика обучения и совершенствования одного из тактических вариантов позиционного нападения.

34.Тактика игры в численном неравенстве. Методика обучения и совершенствования игры в меньшинстве, в большинстве.

35.Психологическая подготовка футболиста к предстоящему матчу. Её характеристика, задачи, формы и содержание.

36.Охарактеризуйте основные правила игры в мини-футбол (положение вне игры и штрафы за нарушение правил).

37.Организация и проведение соревнований по мини-футболу. Виды соревнований, положение о соревнованиях, характеристика систем розыгрыша.

38.Организационно-методические особенности проведения занятий с группами среднего и пожилого возраста.

39.Возрастные особенности юных футболистов.

40.Особенности физической подготовки юных футболистов.

41.Система многолетней подготовки юных футболистов.

42.Структура и содержание этапов предварительной и начальной подготовки юных футболистов.

43.Структура и содержание этапа углублённой специализации подготовки юных футболистов.

44.Особенности технической подготовки юных футболистов.

45.Задачи, объём и виды соревновательной подготовки юных футболистов в возрастном аспекте.

46.Организация и методика проведения начального отбора.

47.Виды мезоциклов. Их характеристика и особенности построения на этапах годового цикла.

48.Методика определения величины и направленности тренировочных нагрузок.

49.Современное оборудование, тренажерные устройства и технические средства и методика их применения в тренировочном процессе.

50.Задачи и организация работы по научно-методическому обеспечению подготовки высококвалифицированных футболистов.

51.Медико-биологические восстановительные мероприятия.

52.Физические восстановительные мероприятия, их характеристика и методика применения.

53.Стратегия применения различных восстанавливающих средств на отдельных этапах годового цикла.

54.Задачи и содержание текущих врачебных обследований.

55.Этапные комплексные обследования, их характеристика и методика применения в годовом цикле.

56.Травматизм при занятиях мини-футболом. Причины возникновения и признаки различных спортивных травм. Доврачебная помощь (остановка кровотечения, переноска пострадавших). Меры профилактики.

57.Характеристика физических нагрузок.

58.Контроль тренировочной деятельности футболистов. Оценка величины и направленности тренировочных нагрузок.

59.Методические подходы к оценке тренировочной и соревновательной деятельности футболистов высокой квалификации.

60.Методические подходы к нормированию тренировочных нагрузок.

61.Контроль физической и технико-тактической подготовленности. Характеристика практикуемых в настоящее время в мини-футболе тестов.

62.Характеристика оперативного управления соревновательной деятельностью футболистов.

63.Характеристика стратегического управления соревновательной деятельностью футболистов.

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

а) основная литература:

1. Теория и методика футбола: учебник /под общ. Ред. В.П. Губа, А.В. Лексаков.-М.: «Спорт», 2015.-568с.

2. Футбол: Учебник для институтов физической культуры / Под ред. По-лишкиса М.С., Выжгина В.А.-М.:ФОН, 2010.

3. *Губа В.П.* Комплексный контроль интегральной физической подготовленности футболистов / В.П. Губа, А.А. Шамардин. — М.: Советский спорт, 2015. —282 с.

4. *Губа В.П.* Интегральная подготовка футболистов/В.П. Губа, А. В. Лек-саков. -М.: Советский спорт, 2010. -208 с.

б) дополнительная литература:

1. *Антипов А.В.* Диагностика и тренировка двигательных способностей в детско-юношеском футболе: научно-методическое пособие / А,В.Антипов, В.П. Губа, С.Ю. Тюленьков. - М.: Советский спорт, 2008.- 152с.

2. *Варюшин, В.В.* Тренировка юных футболистов: учебное пособие / В.В. Варюшин. - М.: Физическая культура и спорт, 2007.- 112 с.

3. *Губа В.П.* Интегральная подготовка футболистов/В.П. Губа, А. В. Лек-саков. -М.: Советский спорт, 2010. -208 с.

4. *Губа В.П.* Методология подготовки юных футболистов / В.П. Губа, А.А. Стула.-М.: Человек, 2015.-236с.

5. *Губа В.* Методология подготовки юных футболистов / В. Губа. А. Стула. -М.: СРОКТ-Человск, 2015. - 184 с.

6. *Губа В.П.* Теория и методика футбола: учебник/В.П. Губа, А.В. Лек-саков.-М.: Советский спорт, 2013,-536 с.

7. *Губа В.П.* Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта: монография / В.П. Губа. - М.: Советский спорт, 2008. - 304 с.

8. *Матвеев Л.П.* Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев. - М.; Физкультура и спорт, 1991. - 543 с.

в) интернет-ресурсы:

Сайт РГУФКСМиТ – www.sportedu.ru

Сервер дистанционного обучения МООДУС ГЦОЛИФК –
www.moodus.sportedu.ru

Онлайн - библиотека по футболу – www.footballstudy.ru

Канал «Футбольная наука» - www.Youtube.ru

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

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*
 1. Операционная система – Microsoft Windows.
 2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
 3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
 4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
 5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант.
- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*
 1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
 2. Национальный цифровой ресурс «Руконт» 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, индивидуальных¹ и (или) групповых² консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
 - 1) *перечень кабинетов, лабораторий, мастерских и других помещений:*

Кабинеты:

 - аудиторный класс – 3
 - компьютерный класс – 1
 - футбольный зал – 1
 - 2) *Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий*
 - Видеопроектор -3
 - Ноутбук – 3
 - Принтер – 3
 - Сканер -1
 - Копировальный аппарат Canon - 1.
 - Стационарный компьютер - 5
 - Телевизор - 1
 - 3) *Спортивный инвентарь*
 - футбольные мячи

¹ Указываются при наличии индивидуальных консультаций в учебной нагрузке по дисциплине (модулю), в том числе при руководстве курсовыми работами

² Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

- манишки
- ворота
- электронное табло

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики футбола
Сроки изучения дисциплины (модуля): 2-4 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по мини-футболу 2. Подготовка мест занятий по мини-футболу и изучение инструкций по технике безопасности 3. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности 4. Занятия мини-футболом по программе начальной подготовки 5. Занятия по анализу техники мини-футбола 6. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке футболистов 7. Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитров.	5 5 10 10 10 5 10
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	15
4	Сдача экзамена (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	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 (мини-футбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики футбола

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

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество Баллов
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной частей занятий по мини-футболу. 2. Занятия мини-футболом по программе тренировочного цикла 3. Самоконтроль в процессе занятий мини-футболом 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке. 5. Занятия по анализу тактики мини-футбола 6. Методики обучения мини-футболу. 7. Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке футболистов 8. Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитров	10 5 5 5 5 20 5 5
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	10
4	Сдача экзамена (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 (мини-футбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами ДЮСШ по мини-футболу 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по мини-футболу 3. Изучение структуры и организации работы ДЮСШ, по мини-футболу 4. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий мини-футболом 5. Разработка годового плана подготовки футболистов на различных этапах. 6. Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в мини-футболе. 7. Хронометраж занятий по мини-футболу. 8. Формирование навыков судейства в качестве арбитров	5 5 5 10 5 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	10
4	Сдача экзамена (промежуточный контроль)	20
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<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 (мини-футбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Проведение занятий с группами спортивного совершенствования в ДЮСШ по мини-футболу 2. Сохранение и поддержание спортивной формы 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности 4. Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по мини-футболу 5. Навыки определения уровня специализированных качеств у спортсменов в мини-футболе 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 фехтования, футбола, восточных боевых искусств

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

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

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: Физическая культура
(код и наименование)

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

Уровень образования: *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

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

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

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (современное пятиборье)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятель- ная работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Характеристика мини-футбола как вида спорта, средства физического воспитания и учебного предмета. Содержание игровой деятельности футболистов	III	12	78		
2	Раздел 2. Методика подготовки футболистов	III IV	6	75		
2.	Раздел 3. Спортивно-массовая работа по мини- футболу	V	6	38		
2.1	Раздел 4. Организация и проведение соревнований по мини-футболу	V	6	40		
3.	Раздел 5. Система многолетней подготовки юных футболистов	VI	6	78		
4.	Раздел 6. Система подготовки футболистов высокой квалификации	VII	12	78		
4.1	Раздел 7. Обеспечение подготовки футболистов	VIII	12	78		
6.1	Раздел 8. Управление подготовкой футболистов	IX	12	78		
	Раздел 9. Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов	X	12	78		
Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)			90	621	9	ЭКЗАМЕН

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теории и методики футбола

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания_
Протокол № 10 от «24» апреля 2014 г.

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики футбола
(наименование)
Протокол № 29 от «19» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Составитель:

Лексаков Андрей Владимирович – кандидат педагогических наук, доцент
кафедры ТиМ футбола; Шадрин Александр Сергеевич старший
преподаватель кафедры ТиМ футбола ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», Орлов

Алексей Викторович – кандидат педагогических наук кафедры ТиМ футбола ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ».

Рецензент:

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

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

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

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

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как Теория и методика избранного вида спорта, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология, безопасность жизнедеятельности, восстановление в спорте, врачебный контроль, аналогичные мини-футболу виды спорта и др.. Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
------------------	--	--

	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 в различных видах мини-футбола; – методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке футболистов. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по мини-футболу; – применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки футболистов. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по мини-футболу с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры; – навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке футболистов. 	1-2		
ОПК-3	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных видах мини-футбола. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по мини-футболу. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по мини-футболу 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 мини-футболе на начальном и тренировочном этапах подготовки. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в мини-футболе с учетом особенностей 	5-6		

	занимающихся на начальном и тренировочном этапах подготовки.			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в мини-футболе на этапе совершенствования спортивного мастерства. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> навыками планирования и проведения тренировочных занятий в мини-футболе 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 мини-футболе <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать технику выполнения упражнений в видах мини-футбола 	1-2		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать тактику в видах мини-футбола. 	3-4		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня работоспособности спортсменов в видах мини-футбола. 	5-6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня специализированных качеств у спортсменов в видах мини-футбола 	7-8		
ОПК-8	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции младших судей по по мини-футболу. 	1-2		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции младших судей по мини-футболу 	3-4		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции старших судей проведении соревнований по мини-футболу 	5-6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками организации и проведения соревнований в отдельных видах мини-футбола 	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 в мини-футбол 	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 мини-футболе 	5-6		

	<i>Владеть:</i> – навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства в мини-футболе	7-8		
ПК-14	<i>Уметь:</i> – владеть техникой видов мини-футбола	1-2		
	<i>Владеть:</i> – умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий видах мини-футбола	3-4		
	<i>Владеть:</i> – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий мини-футбола	5-6		
ПК-15	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль на занятиях различными видами мини-футбола.	3-4		
	<i>Владеть:</i> умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности – оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.	7-8		

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

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 (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (мини-футбол)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Содержание игровой деятельности футболистов		16	54		
	1.1. Структура соревновательной деятельности футболистов	I	4	10		

	1.2. Физические качества футболиста	I	2	10		
	1.3. Психические качества футболиста	III	2	10		
	1.4. Техника мини-футбола	I III	4	10		
	1.5. Тактика мини-футбола	II III	4	14		
2.	Раздел 2. Методика подготовки футболистов		18	58		
	2.1. Основы методики обучения и совершенствования игровой деятельности	II	4	18		
	2.2. Методика обучения и совершенствования техники мини-футбола	II III	4	10		
	2.3. Методика обучения и совершенствования тактики мини-футбола	III	2	10		
	2.4. Методика воспитания физических качеств футболиста	IV	4	10		
	2.5. Методика психологической и теоретической подготовки футболистов	IV	4	10		
3.	Раздел 3. Спортивно-массовая работа по мини-футболу		18	40		
	3.1. Особенности организации и проведения занятий по мини-футболу с детьми по месту жительства	II	4	12		
	3.2. Мини-футбол в системе физического воспитания в ВУЗах, средне-специальных учебных заведениях и общеобразовательных школах	IV	6	14		
	3.3. Особенности организации и проведения занятий с лицами среднего и пожилого возраста	V	8	14		
4.	Раздел 4. Организация и проведение соревнований по мини-футболу		10	50		

	4.1. Правила игры и методика судейства	II	4	30		
	5.2. Организация и проведение соревнований. Положение о соревнованиях.	IV	6	20		
5.	Раздел 5. Система многолетней подготовки юных футболистов		20	50		
	5.1. Цель, задачи и характеристика основных составляющих системы	V	4	12		
	5.2. Характеристика этапов многолетней подготовки юных футболистов	V	2	16		
	5.3. Построение макро-, мезо- и микроциклов подготовки	V	8	14		
	5.4. Организационно-методические формы и виды учебно-тренировочных занятий, и виды их проведения	V	6	8		
6.	Раздел 6. Система подготовки футболистов высокой квалификации		20	44		
	6.1. Структура и содержание системы	V	6	15		
	6.2. Виды подготовки в системе тренировки футболистов	VI	10	15		
	6.3. Построение процесса подготовки футболистов на отдельных этапах годового цикла		4	14		
7.	Раздел 7. Обеспечение подготовки футболистов		34	34		
	7.1. Отбор юных футболистов для занятий мини-футболом	VI	10	6		
	7.2. Проблема отбора и комплектования команд высокой квалификации	VI	6	8		

	7.3. Подготовка тренерских кадров по мини-футболу	VI	2	6		
	7.4. Материально-техническое обеспечение	VII	8	8		
	7.5. Научно-методическое обеспечение	VII	8	6		
8.	Раздел 8. Управление подготовкой футболистов		52	99		
	8.1. Программирование подготовки футболистов	VI VII	10	12		
	8.2. Контроль за подготовкой футболистов	VII	10	12		
	8.3. Управление тренировочным процессом футболистов	VII	8	45		
	8.4. Управление соревновательной деятельностью футболистов	VIII	6	10		
	8.5. Восстановительные мероприятия	VIII	10	10		
	8.6. Профилактика травматизма	VIII	8	10		
9.	Раздел 9. Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов		44	50		
	9.1. Задачи и организация НИР по мини-футболу	VI VIII	4 6	15		
	9.2. Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по мини-футболу	VI VIII	8 10	15		
	9.3. НИР и УИРС в процессе обучения студентов	VIII	16	20		
Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)			232	479	9	ЭКЗАМЕН

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

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

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

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

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

1. Овладеть методиками оценки уровня развития физических качеств у футболистов.
2. Особенности физической подготовки вратаря.
3. Особенности современной техники и её значение для роста спортивного мастерства.
4. Кинематические и динамические характеристики.
5. Фазовая структура удара.
6. Качественные критерии эффективности техники.
7. Провести анализ индивидуальных, групповых и командных тактических действий в атаке и обороне с использованием видеозаписей игр ведущих команд мира.
8. Показать значимость тактики и её взаимосвязь с техникой и физической подготовкой.
9. Овладеть основными методами обучения.
10. Провести учёт индивидуальных особенностей занимающихся (группы студентов) при обучении основным приёмам техники.
11. Освоение частных методик обучения различным приёмам техники.
12. Определить типичные ошибки при выполнении начинающими футболистами отдельных технических приёмов и способы их исправления.
13. Составление текущего плана учебно-тренировочной и воспитательной работы с детьми по месту жительства.
14. Составление плана-конспекта для проведения урока по мини-футболу с группой начальной подготовки.
15. Последние изменения правил игры.
16. Материалы международного судейского комитета по уточнению толкования отдельных пунктов правил и методике судейства.

Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов I курса

1. Раскройте тезис: «Физическая подготовка – основа спортивного мастерства».
2. Охарактеризуйте виды физической подготовки.
3. Раскройте понятия и классификацию техники мини-футбола, структуру технического приема. Признаки классификации.
4. Охарактеризуйте основные методы обучения приемам техники.
5. Раскройте факторы, лимитирующие эффективность и результативность ударов по мячу.
6. Раскройте понятия и классификацию тактики мини-футбола.
7. Покажите тактические варианты организации атаки - выход из зоны защиты.
8. Покажите тактические варианты завершающей фазы быстрого нападения.
9. Проведите анализ вариантов тактики и контратакующих действий из зоны защиты и средней зоны.

10. Раскройте сущность позиционной атаки. Покажите тактические варианты позиционной атаки, практикуемые в современном мини-футболе.
11. Раскройте принципы командных оборонительных действий футболистов.
12. Охарактеризуйте активную тактическую оборонительную систему 5-4-1.
13. Охарактеризуйте тактическую малоактивную оборонительную систему 3-4-3.
14. Раскройте педагогические принципы обучения и их реализацию в процессе обучения футболистов технико-тактическим приемам игры.
 15. Владеть следующими профессиональными навыками:
 - знание правил игры и умение реализовать их в судействе;
 - подготовка документов проведения соревнований;
 - подбор и методика проведения тренировочных упражнений по общей физической подготовке;
 - проведение подготовительной части урока.
 16. Выполнить требования по физической, технической и тактической подготовленности:
 - владение техникой выполнения основных игровых приёмов: способов передвижения, приёмов владения мячом (ведение, удары, остановки и отбор мяча);
 - выполнение нормативных требований по физической и технико-тактической подготовленности;
 - участие в педагогических наблюдениях по анализу соревновательной и тренировочной деятельности футболистов;
 - участие в тестирующих процедурах по оценке физической и технико-тактической подготовленности.

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

1. Знание программного материала разделов дисциплины.
2. Раскройте требования, предъявляемые к физическим качествам футболиста.
3. Специфические особенности игровой деятельности вратаря.
4. Способы преодоления мышечной напряжённости.
5. Раскройте основные понятия, связанные с тактикой и стратегией игры «мини-футбол».
6. Покажите значимость тактики и её взаимосвязь с техникой и физической подготовкой.
7. Охарактеризуйте средства, методы и методические подходы к обучению техническим приёмам игры в мини-футбол.
8. Сформулируйте основные требования по организации и проведению занятий по обучению технике игры в мини-футбол.
9. Организационно-методические формы работы с юными футболистами по месту жительства.
10. Особенности проведения массовых соревнований по мини-футболу с юными футболистами.
11. Толкование основных параграфов правил.
12. Разработка документов планирования и проведения соревнований.

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

Контрольные вопросы и практические задания для проведения текущего контроля студентов 2 курса

1. Опишите психологические особенности игровой деятельности футболистов.
2. Сформулируйте задачи общей психологической подготовки.
3. Расскажите о формах и содержании интеллектуальной подготовки.
4. Дайте краткую характеристику фазам техники бега.

5. Каковы состав и структура движений при выполнении ударов по мячу? Сущность двигательного механизма этих приёмов.
6. Раскройте сущность командных атакующих действий. Приведите примерные схемы контратаки по фазам и позиционной атаки.
7. Каковы особенности игры в численном неравенстве? Приведите примеры игры в численном большинстве и меньшинстве.
8. Расскажите об основных средствах и методах обучения техники владения мячом и её совершенствования.
9. Раскройте сущность основных форм, средств и методов тактической подготовки.
10. Раскройте частные методики обучения различным индивидуальным, групповым и командным тактическим действиям в атаке и обороне.
11. Охарактеризуйте силовые качества и факторы, их определяющие.
12. Охарактеризуйте физические качества ловкости и гибкости и особенности их проявления в соревновательной деятельности.
13. Каковы задачи психологической подготовки к конкретному матчу? Укажите пути их реализации.
14. Раскройте методику развития процессов восприятия, внимания, тактического мышления.

Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов 2 курса

1. Понятия: подготовка, тренировка и обучение. Дать их характеристику на конкретных примерах работы с футболистами.
2. Физическая подготовка в системе тренировки футболистов. Значение и виды физической подготовки, характеристика различных форм, средств и методов.
3. Силовые качества футболистов. Виды силовых качеств, их характеристика. Факторы, определяющие силу спортсмена.
4. Техника передвижения футболиста, классификация. Биомеханический анализ бега. Методика обучения бегу.
5. Средства, методы и режимы работы при воспитании собственно силовых качеств.
6. Техника ударов по мячу. Виды ударов и их характеристика. Биомеханический анализ удара. Методика обучения и совершенствования.
7. Средства, методы и режимы работы мышц при воспитании скоростно-силовых качеств.
8. Техника поворотов футболиста. Виды поворота, их характеристика и анализ. Методика обучения.
9. Техника отбора мяча. Виды отбора и их характеристика. Методика обучения отбору мяча.
10. Характеристика скоростных качеств футболиста. Формы проявления скоростных качеств. Факторы, определяющие уровень проявления скоростных качеств.
11. Быстрота двигательной реакции. Виды реакции и их характеристика. Методика развития быстроты реакции.
12. Техника игры вратаря. Классификация техники. Анализ и методика обучения ловли и отбивания мяча.
13. Стартовая и дистанционная скорость футболиста. Факторы, определяющие их проявление. Методика развития стартовой и дистанционной скорости.
14. Техника бега спиной вперёд. Характеристика.
15. Скоростная подготовка в структуре тренировки футболистов.
16. Техника игры вратаря. Анализ и методика.
17. Определение и характеристика выносливости футболиста. Виды выносливости. Факторы их определяющие. Механизмы биоэнергетического обеспечения игровой деятельности футболиста

18. Понятия: тактика и тактическая подготовка. Формы тактической подготовки и их характеристика.
19. Аэробный механизм энергообеспечения деятельности футболиста. Его характеристика. Методика совершенствования аэробных способностей футболиста.
20. Индивидуальные технико-тактические действия футболистов в атаке. Их характеристика. Методика обучения и совершенствования индивидуальных тактических действий в атаке.
21. Анаэробно-гликолитический механизм энергообеспечения деятельности футболиста. Его характеристика и методика совершенствования.
22. Индивидуальные технико-тактические действия в обороне. Их характеристика и методика обучения и совершенствования.
23. Анаэробно-алактатный механизм энергообеспечения деятельности футболиста. Его характеристика и методика совершенствования.
24. Групповые тактические действия футболистов в атаке и обороне, их характеристика, методика обучения и совершенствования.
25. Тренировочные нагрузки. Классификация нагрузок, методические подходы к нормированию тренировочных нагрузок.
26. Командная тактика нападения. Виды атакующих действий. Характеристика отдельных фаз атаки. Методика обучения и совершенствования атакующих действий.
27. Воспитание выносливости в системе тренировки футболистов. Особенности воспитания выносливости на отдельных этапах годового цикла.
28. Командная тактика обороны. Характеристика, методика обучения и совершенствования оборонительных систем.
29. Характеристика ловкости, или координационных способностей футболиста. Факторы, определяющие ловкость футболиста.
30. Методика воспитания ловкости у футболистов. Анализ средств, методов и методических приёмов воспитания ловкости.
31. Контратаки из различных зон футбольного поля. Их характеристика, методика обучения и совершенствования.
32. Характеристика физического качества – гибкость. Методы, средства и методические приёмы по воспитанию гибкости.
33. Позиционное (постепенное) нападение, его характеристика и методика обучения и совершенствования одного из тактических вариантов позиционного нападения.
34. Психологическая подготовка футболиста к предстоящему матчу. Её характеристика, задачи, формы и содержание.
35. Тактика игры в численном неравенстве. Методика обучения и совершенствования игры в меньшинстве.
38. Задачи, формы и содержание интеллектуальной подготовки футболиста.
36. Тактика игры в численном неравенстве. Методика обучения и совершенствования игры в большинстве
37. Организация и проведение соревнований по мини-футболу. Виды соревнований, положение о соревнованиях, характеристика систем розыгрыша.
38. Методика совершенствования психических функций восприятия и памяти.
39. Выполнить в соответствии с программой курса контрольные нормативы по физической подготовке.
40. Выполнить в соответствии с программой курса контрольные нормативы по технико-тактической подготовке.
41. Выполнить требования по овладению следующими профессионально-педагогическими умениями и навыками:
 - обучение приёмам техники, тактики
 - выявление ошибок при выполнении технико-тактических действий и их исправление

- овладение методикой воспитания физических качеств, составление комплексов упражнений с учётом индивидуальных особенностей занимающихся
- составление плана-конспекта занятия и проведения учебно-тренировочного занятия
- проведение педагогического анализа урока
- судейство спортивных соревнований

Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов 2 курса

1. Знать теоретический материал в соответствии с программой дисциплины.
2. Каковы наиболее значимые психические качества футболиста для успешного ведения игровой деятельности.
3. Какова фазовая структура ударов по мячу и их кинематические и динамические характеристики.
4. Охарактеризуйте основные требования к современной технике мини-футбола.
5. Охарактеризуйте наиболее практикуемые тактические варианты атакующих действий.
6. Раскройте принципы и варианты тактических действий в позиционной атаке.
7. Охарактеризуйте подходы к формированию приёмов техники с высокой степенью надёжности.
8. Каковы особенности методических подходов к обучению и совершенствованию тактики игры вратаря.
9. Какова методика воспитания силовых и скоростных качеств, качества выносливости, гибкости, ловкости.
10. Охарактеризуйте организационно-методические формы занятий по воспитанию физических качеств.
11. Особенности воспитания физических качеств вратаря.
12. Каковы средства, методы и методические подходы к развитию психических функций и волевых качеств футболистов.
13. Охарактеризуйте методику формирования личностных качеств футболиста и межличностных отношений внутри коллектива команды.
14. Организационно-методические работы по мини-футболу в ВУЗах и Средне-специальных учебных учреждениях.
15. Особенности проведения внутренних соревнований среди школьников.
16. Особенности организации и проведения работы в секциях по мини-футболу.
17. Дайте характеристику основным системам розыгрыша.

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

Контрольные вопросы и практические задания для проведения текущего контроля студентов 3 курса

1. Опишите основные виды массовых спортивных соревнований по мини-футболу, методы и формы их организации и проведения.
2. Каковы цели и задачи системы многолетней подготовки юных футболистов.
3. Раскройте возрастные особенности юных футболистов.
4. Охарактеризуйте этапы многолетней подготовки юных футболистов.
5. Раскройте три уровня структуры тренировочного процесса.
6. Покажите значимость и особенности проведения занятий различных видов.
7. Состояние проблемы эффективности отбора в ДЮСШ и СДЮШОР по мини-футболу.
8. Методика оценки подготовленности кандидатов в сборную команду.

9. Охарактеризуйте структуру и содержание системы подготовки футболистов.
10. Охарактеризуйте основные составляющие системы подготовки футболистов.
11. Значимость и соотношение отдельных видов подготовки на этапах годового цикла.
12. Раскройте особенности построения тренировочного процесса на отдельных этапах годового цикла.
13. Задачи, структура и содержание тренировочного процесса на соревновательных этапах в зависимости от календаря официальных соревнований.
14. Охарактеризуйте технологию разработки программ и планов на годичный цикл, мезо- и микроциклы.
15. Охарактеризуйте основные направления научных исследований по мини-футболу.
16. Требования, предъявляемые к тестам и тестирующим процедурам.
17. Охарактеризуйте систему подготовки тренерских кадров по мини-футболу в нашей стране.

Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов 3 курса

1. Организационно-методические особенности проведения занятий с группами среднего и пожилого возраста.
2. Возрастные особенности юных футболистов 10-12 лет.
3. Особенности физической подготовки юных футболистов 13-14 лет.
4. Система многолетней подготовки юных футболистов.
5. Структура и содержание этапов предварительной и начальной подготовки юных футболистов.
6. Основные требования, предъявляемые к планам учебно-тренировочной работы.
7. Возрастные особенности футболистов 13-14 лет.
8. Структура и содержание этапа углублённой специализации подготовки юных футболистов.
9. Особенности технической подготовки юных футболистов 10-12 лет.
10. Технология составления текущего (годового) плана учебно-тренировочной работы.
11. Виды педагогического контроля за подготовкой юных футболистов.
12. Задачи, объём и виды соревновательной подготовки юных футболистов в возрастном аспекте.
13. Особенности технико-тактической подготовки групп спортивного совершенствования.
14. Особенности работы тренера с группами предварительной подготовки.
15. Возрастные особенности юных футболистов 15-16 лет.
16. Организация и методика проведения начального отбора.
17. Возрастные особенности футболистов 17-18 лет.
18. Особенности физической подготовки юных футболистов 10-12 лет.
19. Состояние и перспективы развития детско-юношеского мини-футбола в нашей стране.
20. Система подготовки футболистов высокой квалификации. Характеристика составляющих системы.
21. Структура и содержание тренировочного занятия.
22. Построение тренировочного процесса в подготовительном периоде. Задачи, динамика нагрузок, цикличность, средства и методы.
23. Структура годового цикла тренировки футболистов.

24. Особенности построения втягивающего мезоцикла. Задачи, структура и содержание.
25. Построение общеподготовительного развивающего мезоцикла. Задачи, структура, направленность и динамика нагрузок.
26. Построение базового специального мезоцикла. Задачи, структура и содержание.
27. Особенности построения межигровых микроциклов.
28. Построение промежуточного этапа. Задачи, характеристика, структура и содержание.
29. Планирование процесса подготовки футболистов. Виды планов и их характеристика.
30. Построение переходного периода. Задачи, структура и содержание.
31. Перспективное планирование в мини-футболе. Характеристика содержания перспективного плана.
32. Научно-методическое обеспечение подготовки футболистов.
33. Оперативное планирование. Технология составления оперативных планов.
34. Виды микроциклов. Их характеристика и особенности построения.
35. Динамика нагрузок разной величины и направленности в тренировке футболистов на этапах общей и специальной подготовки.
36. Виды мезоциклов. Их характеристика и особенности построения на этапах годичного цикла.
37. Особенности построения предсоревновательного мезоцикла.
38. Характеристика физических нагрузок. Определение и классификация.
39. Методика определения величины и направленности тренировочных нагрузок.
40. Динамика средств и методов тренировки на этапах подготовительного периода.
41. Выполнить в соответствии с программой курса контрольные нормативы по физической подготовке.
42. Выполнить в соответствии с программой курса контрольные нормативы по технико-тактической подготовке.
43. Выполнить требования по овладению следующими профессионально-педагогическими умениями и навыками:
 - овладение методикой тренировки юных футболистов;
 - овладение основными методами отбора в команды мастеров и в сборные команды;
 - овладение методикой тренировки футболистов высокой квалификации;
 - овладение основными средствами и методами управления тренировочным процессом;

Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов 3 курса

1. Знать теоретический материал в соответствии с программой курса.
2. Опишите основные виды массовых спортивных соревнований по мини-футболу, методы и формы их организации и проведения.
3. Каковы цели и задачи системы многолетней подготовки юных футболистов.
4. Охарактеризуйте многолетнюю подготовку юных футболистов.
5. Раскройте возрастные особенности юных футболистов.
6. Охарактеризуйте этапы многолетней подготовки юных футболистов.
7. Раскройте формы и содержание физической подготовки на различных возрастных этапах.
8. Раскройте формы и содержание технико-тактической подготовки в возрастном аспекте.

9. Покажите динамику соревновательной подготовки юных футболистов в возрастном аспекте.
10. Охарактеризуйте различные организационно-методические формы проведения занятий.
11. Состояние проблемы эффективности отбора в ДЮСШ и СДЮШОР по мини-футболу.
12. Методика оценки игрового мышления и игровых способностей юных футболистов.
13. Раскройте специфику организации отбора юных футболистов в сборную команду.
14. Методика оценки подготовленности кандидатов в сборную команду.
15. Охарактеризуйте структуру и содержание системы подготовки футболистов.
16. Охарактеризуйте основные составляющие системы подготовки футболистов.
17. Раскройте сущность второго уровня системы подготовки футболистов.
18. Опишите схему управления тренировочным процессом.
19. Значимость и соотношение отдельных видов подготовки на этапах годового цикла.
20. Динамика средств и методов воздействия на отдельные виды подготовки на этапах годового цикла
21. Раскройте особенности построения тренировочного процесса на отдельных этапах годового цикла.
22. Охарактеризуйте особенности построения микроциклов на соревновательных этапах.
23. Раскройте организацию и методику отбора футболистов высокой квалификации.
24. Охарактеризуйте критерии отбора высококвалифицированных футболистов.
26. Требования, предъявляемые к тестам и тестирующим процедурам.
27. Сбор и обработка фактического материала курсовой работы.

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

Контрольные вопросы и практические задания для проведения текущего контроля студентов 4 курса

1. Какие существуют виды планирования. Охарактеризуйте их. Покажите особенности составления перспективного плана.
2. В чём сущность технологии текущего планирования.
3. Приведите примерные формы и содержание оперативных планов.
4. Охарактеризуйте задачи, структуру и содержание разминки перед игрой.
5. Опишите формы, средства и методы контроля физического состояния футболиста.
6. Раскройте формы, средства и методы контроля технико-тактической подготовленности.
7. Дайте характеристику контроля соревновательной и тренировочной деятельности футболистов.
8. В чём сущность системы текущего и этапного контроля в годовом цикле тренировки футболистов.
9. Дайте примеры комплексного использования средств и методов педагогического, медико-биологического и психологического воздействия при профилактике и лечении состояний переутомления, перенапряжения и перетренированности.
10. Каковы средства и методы педагогического и психологического восстановления.

11. Сформулируйте задачи научно-методического обеспечения команды.
12. Каковы основные направления материально-технического обеспечения команды.
13. Охарактеризуйте основные методы и методики педагогических исследований.
14. Каковы задачи, организация и содержание работы комплексных научных групп (КНГ) по научно-методическому обеспечению футбольных команд высокой квалификации.
15. Каковы методические подходы к оценке уровня подготовленности футболистов высокой квалификации.
16. Раскройте задачи, организацию и содержание текущих обследований футболистов (ТО) и обследований соревновательной деятельности футболистов (ОСД).
17. Охарактеризуйте урок – как основную форму проведения занятий по мини-футболу. Виды уроков. Части урока и их взаимосвязь. Динамика нагрузок разной направленности и функциональной активности футболистов в уроке.
18. Раскройте задачи, организацию и содержание этапных комплексных обследований (ЭКО) в годичном цикле подготовки футболистов высокой квалификации.
19. Охарактеризуйте оперативное управление игровой деятельностью футболистов высокой квалификации: разработку плана предстоящего матча, установка на игру, руководство командой в ходе матча, разбор игры.
20. Раскройте содержание планирования и контроля в спортивной подготовке. Перспективное и текущее планирование. Этапный и оперативно-текущий контроль.

Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов 4 курса

1. Современное оборудование, тренажерные устройства и технические средства и методика их применения в тренировочном процессе.
2. Задачи и организация работы по научно-методическому обеспечению подготовки высококвалифицированных футболистов.
3. Основные функции и критерии оценки управленческой деятельности тренера.
4. Методические подходы к проведению установки на матч и к его разбору.
5. Стратегия применения различных восстанавливающих средств на отдельных этапах годичного цикла.
6. Основные направления научных исследований по мини-футболу.
7. Значение, формы и содержание индивидуального планирования.
8. Виды и формы учёта учебно-тренировочной работы.
9. Основные средства и методы воспитательной работы в командах.
10. Задачи и содержание текущих врачебных обследований.
11. Задачи и содержание самоконтроля.
12. Медико-биологические восстановительные мероприятия.
13. Технология проведения исследования.
14. Технология обработки материалов исследования, и требования к литературно-графическому оформлению исследовательской работы.
15. Формы и содержание учебно-исследовательской и научно-исследовательской работы студентов.
16. Травматизм при занятиях мини-футболом. Причины возникновения и признаки различных спортивных травм. Доврачебная помощь (остановка кровотечения, переноска пострадавших). Меры профилактики.
17. Методика использования современных технических средств в подготовке команд высокой квалификации.
18. Методика регистрации и оценки соревновательной деятельности футболистов.

19.Содержание основных технологических процедур, обеспечивающих управление системой подготовки спортсмена (постановка цели, прогнозирование, моделирование, программирование, комплексный подход, принятие решений).

20.Методические подходы к оценке тренировочной и соревновательной деятельности футболистов высокой квалификации.

21.Текущее планирование. Характеристика и технология составления текущего плана.

22.Научно-методическое обеспечение подготовки футболистов.

23.Оперативное планирование. Виды планирования, технология составления оперативных планов.

24.Питание футболиста – как фактор, способствующий его восстановлению после больших физических нагрузок.

25.Методические подходы к нормированию тренировочных нагрузок.

26.Контроль физической и технико-тактической подготовленности. Характеристика практикуемых в настоящее время в мини-футболе тестов.

27.Психолого-педагогические восстановительные мероприятия. Характеристика и методика их применения.

28.Планирование процесса подготовки футболистов. Виды планов и их характеристика.

29.Этапные комплексные обследования, их характеристика и методика применения в годичном цикле.

30.Перспективное планирование в мини-футболе. Характеристика содержания перспективного плана.

31.Материально-техническое обеспечение процесса подготовки футболистов.

32.Структура и содержание тренировочного занятия.

33.Педагогический контроль в тренировке футболистов. Оценка физического состояния уровня подготовленности футболистов.

34.Физические восстановительные мероприятия, их характеристика и методика применения.

35.Текущий контроль в подготовке футболистов. Оценка соревновательной деятельности.

36.Контроль тренировочной деятельности футболистов. Оценка величины и направленности тренировочных нагрузок.

37.Характеристика физических нагрузок.

38.Методика определения величины и направленности тренировочных нагрузок.

39.Характеристика оперативного управления соревновательной деятельностью футболистов.

40.Характеристика стратегического управления соревновательной деятельностью футболистов.

41.Выполнить в соответствии с программой курса контрольные нормативы по технико-тактической и физической подготовке.

42. Выполнить требования по овладению профессионально-педагогическими знаниями, умениями и навыками:

- осуществление руководства командой в процессе соревнований;
- овладение современными методами научных исследований и средствами восстановления;
- овладение основными методами управления тренировочным процессом футболистов;

Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов 4 курса

1. Знать теоретический материал в соответствии с программой курса.
2. Охарактеризуйте необходимое материально-техническое обеспечение подготовки футболистов.
3. Охарактеризуйте современные тренажерные устройства и технические средства, применяемые в тренировочном процессе футболистами высокой квалификации
4. Раскройте содержание работы КНГ по научно-методическому обеспечению подготовки футболистов.
5. Охарактеризуйте технологию разработки программ и планов на годичный цикл, мезо- и микроциклы.
6. Раскройте содержание текущего плана подготовки футболистов высокой квалификации.
7. Раскройте организацию и проведение комплексного контроля за подготовкой футболистов.
8. Охарактеризуйте тесты и тестирующие процедуры по оценке общей и специальной физической и технико-тактической подготовленности футболистов.
9. Какова методика оценки соревновательной деятельности футболистов.
10. Какова структура и содержание педагогического контроля за подготовкой футболистов.
11. Раскройте содержание текущего врачебного контроля.
12. Методика проведения оперативного контроля.
13. Охарактеризуйте стратегическое и оперативное управление тренировочным процессом.
14. Раскройте сущность оперативного и стратегического управления соревновательной деятельностью футболистов.
15. Какова методика разработки плана предстоящего матча.
16. Охарактеризуйте виды и значимость восстановительных мероприятий.
17. Какова методика использования педагогических и психологических средств восстановления.
18. Охарактеризуйте педагогические, медико-биологические и психологические средства восстановления.
19. Каковы причины травматизма в мини-футболе.
20. Охарактеризуйте основные мероприятия по профилактике травматизма.
21. Каковы требования, предъявляемые к тестам и тестирующим процедурам.
22. Дать характеристику основным методикам, используемым в исследованиях по футболу.
23. Обработка и анализ данных исследований с помощью компьютерной технологии.
24. Сбор и обработка фактического материала для выпускной квалификационной работы.

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

а) основная литература:

1. Теория и методика футбола: учебник /под общ. Ред. В.П. Губа, А.В. Лексаков.-М.: «Спорт», 2015.-568с.
2. Футбол: Учебник для институтов физической культуры / Под ред. По-лишкиса М.С., Выжгина В.А.-М.:ФОН, 2010.
3. Губа В.П. Комплексный контроль интегральной физической подготовленности футболистов / В.П. Губа, А.А. Шамардин. — М.: Советский спорт, 2015. —282 с.

4. *Губа В.П.* Интегральная подготовка футболистов / В.П. Губа, А. В. Лек-саков. - М.: Советский спорт, 2010. - 208 с.

б) дополнительная литература:

1. *Антипов А.В.* Диагностика и тренировка двигательных способностей в детско-юношеском футболе: научно-методическое пособие / А.В. Антипов, В.П. Губа, С.Ю. Тюленьков. - М.: Советский спорт, 2008. - 152 с.

2. *Варюшин, В.В.* Тренировка юных футболистов: учебное пособие / В.В. Варюшин. - М.: Физическая культура и спорт, 2007. - 112 с.

3. *Губа В.П.* Интегральная подготовка футболистов / В.П. Губа, А. В. Лек-саков. - М.: Советский спорт, 2010. - 208 с.

4. *Губа В.П.* Методология подготовки юных футболистов / В.П. Губа, А.А. Стула. - М.: Человек, 2015. - 236 с.

5. *Губа В.* Методология подготовки юных футболистов / В. Губа. А. Стула. - М.: СРОКТ-Человек, 2015. - 184 с.

6. *Губа В.П.* Теория и методика футбола: учебник / В.П. Губа, А.В. Лек-саков. - М.: Советский спорт, 2013. - 536 с.

7. *Губа В.П.* Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта: монография / В.П. Губа. - М.: Советский спорт, 2008. - 304 с.

8. *Матвеев Л.П.* Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев. - М.: Физкультура и спорт, 1991. - 543 с.

в) интернет-ресурсы:

Сайт РГУФКСМиТ – www.sportedu.ru

Сервер дистанционного обучения МООДУС ГЦОЛИФК – www.moodus.sportedu.ru

Онлайн - библиотека по футболу – www.footballstudy.ru

Канал «Футбольная наука» - www.Youtube.ru

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

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. Операционная система – Microsoft Windows.

2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.

3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

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

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru

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, индивидуальных¹ и (или) групповых² консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

1) *перечень кабинетов, лабораторий, мастерских и других помещений:*

Кабинеты:

- аудиторный класс – 3
- компьютерный класс – 1
- футбольный зал – 1

2) *Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий*

- Видеопроектор -3
- Ноутбук – 3
- Принтер – 3
- Сканер -1
- Копировальный аппарат Canon - 1.
- Стационарный компьютер - 5
- Телевизор - 1

3) *Спортивный инвентарь*

- футбольные мячи
- манишки
- ворота
- электронное табло

¹ Указываются при наличии индивидуальных консультаций в учебной нагрузке по дисциплине (модулю), в том числе при руководстве курсовыми работами

² Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (мини-футбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики футбола

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

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по мини-футболу 2. Подготовка мест занятий по мини-футболу и изучение инструкций по технике безопасности 3. Занятия видами мини-футбола по программе начальной подготовки 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности 5. Занятия по анализу техники мини-футбола 6. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке футболистов. 7. Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей по мини-футболу.	1-4 недели 1-4 недели 5-8 недели 9-13 недели 14-15 и 20-25 недели 26-20 недели 31-35 недели	5 5 10 10 10 5 5
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	42 неделя	20
4	Сдача экзамена (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 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 (мини-футбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методика футбола
Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество Баллов
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной частей занятий по мини-футболу. 2. Занятия по мини-футболу по программе тренировочного цикла. 3. Самоконтроль в процессе занятий по мини-футболу. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке. 5. Занятия по анализу тактики мини-футбола. 6. Методики обучения мини-футболу. 7. Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке футболистов.. 8. Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей по мини-футболу.	1-2 недели 3-10 недели 3-10 недели 11-15 недели 20-21 недели 22-33 недели 34-35 недели 36-39 недели	10 5 5 5 5 20 5 5
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	39 неделя	10
4	Сдача экзамена (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	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 (мини-футбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики футбола

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

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами ДЮСШ по мини-футболу 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по мини-футболу. 3. Изучение структуры и организации работы ДЮСШ по мини-футболу. 4. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий мини-футболом. 5. Разработка годового плана подготовки футболистов на различных этапах. 6. Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в мини-футболе. 7. Хронометраж занятий по мини-футболу. 8. Формирование навыков судейства в мини-футболе.	3-12 недели 13-15 недели 16-17 недели 28-34 недели 22-23 недели 24-26 недели 27 неделя 35-36 недели	5 5 5 10 10 10 5 10
3	Микрозачет по физической подготовке	38 неделя	10
4	Сдача экзамена (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	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 (мини-футбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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

№	Виды текущего контроля	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 мини-футболу. 2. Сохранение и поддержание спортивной формы. 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности 4. Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по мини-футболу. 5. Навыки определения уровня специализированных качеств у спортсменов в мини-футболе. 6. Организация и проведение соревнований.	1-7 недели 8-15 недели 21-24 недели 29-30 недели 31-33 недели 34-38 недели	10 10 10 10 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	39 неделя	10
4	Сдача экзамена (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 футбола

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

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

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: Физическая культура
(код и наименование)

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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

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

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

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

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (мини- футбол)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (<i>по семестрам</i>)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельн ая работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Содержание игровой деятельности футболистов	1-2	16	54		
2.	Раздел 2. Методика подготовки футболистов		18	58		
3.	Раздел 3. Спортивно-массовая работа по мини-футболу		18	40		
4.	Раздел 4. Организация и проведение соревнований по мини-футболу		10	50		
5.	Раздел 5. Система многолетней подготовки юных футболистов		20	50		
6	Раздел 6. Система подготовки футболистов высокой квалификации	3-4	20	44		
7.	Раздел 7. Обеспечение подготовки футболистов		34	34		
8.	Раздел 8. Управление подготовкой футболистов		52	99		
9.	Раздел 9. Научно- исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов		44	50		
Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)			232	479	9	ЭКЗАМЕН

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Институт спорта и физического воспитания

**Кафедра теории и методики спортивного и синхронного плавания,
акваэробики, прыжков в воду и водного поло**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**«Б1.В.ОД.11 СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ»**

Направление подготовки: **49.03.01 «Физическая культура»**

Профиль: **«Спортивная подготовка в избранном виде спорта»**

Уровень образования: *бакалавриат*

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

Год набора 2016 г.

Москва – 2017г.

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



Институт спорта и физического воспитания

**Кафедра теории и методики спортивного и синхронного плавания,
акваэробики, прыжков в воду и водного поло**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**«Б1.В.ОД.11 СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (ПЛАВАНИЕ)»**

Направление подготовки: **49.03.01 «Физическая культура»**

Профиль: **«Спортивная подготовка в избранном виде спорта»**

Уровень образования: *бакалавриат*

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

Год набора 2016г.

Москва – 2017г.

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики,
прыжков в воду и водного поло
Протокол № 37 от «15» мая 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики,
прыжков в воду и водного поло
Протокол № от «» 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики,
прыжков в воду и водного поло
Протокол № от «» 2019г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составители:

Попов Олег Игоревич, д.п.н., профессор
Мехтелева Елена Александровна, к.п.н., доцент
Морозов Сергей Николаевич, к.п.н., профессор
Войтенко Юрий Леонидович, к.п.н., доцент
Колесов Андрей Дмитриевич, к.б.н., доцент
Чеботарева Ирина Владимировна, к.п.н., доцент
Соломатин Виктор Радиевич, д.п.н., профессор
Табакова Елена Анатольевна, к.п.н., доцент

Рецензент:

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

1. Цели освоения дисциплины

Целью и задачами дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (плавание)»:

- повысить уровень спортивной подготовленности и уровень индивидуальных профессиональных знаний студентов;
- развить умения и навыки необходимых тренеру – преподавателю и инструктору по спортивному плаванию и водных видов спорта, которые выпускник сможет успешно применять в своей дальнейшей научной, спортивной или рабочей деятельности в спортивных учреждениях на высоком методическом уровне»;
- сохранение и укрепление здоровья студентов, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма; развитие общих и специальных физических качеств;
- поддержание высокого уровня спортивной подготовленности студентов на протяжении всего периода обучения, достаточного для выполнения практических заданий при изучении материала курса специализации;
- вовлечение студентов в спортивную жизнь университета, привлечение их к регулярным занятиям спортом и участию в соревнованиях, формирование готовности к самостоятельной организации спортивных мероприятий;
- формирование компетенций на основе полученных знаний и практической готовности к самостоятельному, творческому решению воспитательных, оздоровительных и тренировочных задач;
- воспитание у студентов высоких моральных, волевых и физических качеств для реализации установленных программой общекультурных и профессиональных компетенций;
- раскрыть технологию труда тренера по плаванию, вооружить профессиональными умениями и навыками спортивной тренировки, техническими и методическими приемами.

Реализация дисциплины проходит на русском языке.

2. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (плавание)» реализуется в течение всех четырех лет обучения студентов, ее главная направленность - формирование у студентов комплекса практических умений и навыков, необходимых для самостоятельной профессионально-педагогической деятельности.

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (плавание)» (Б1.В.ОД.11) относится к вариативной части ФГОС по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», по профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта».

Дисциплина СПС представляет собой инструмент преобразования теоретико-методических знаний, получаемых студентом, специализирующимся по плаванию, в непосредственные практические умения и навыки, необходимые для профессиональной работы в качестве тренера и судьи. Программный материал данной дисциплины строится на основе и в развитие теоретико-методического курса специализации на занятиях, проводящихся в условиях, максимально приближенных к учебно-тренировочному процессу.

На методических занятиях излагаются сведения о технологии труда тренера, теория и методика обучения техники водных видов спорта и развития физических качеств, рассматриваются приемы организации учебно-тренировочных занятий.

На практических занятиях студенты осваивают навыки тренировочной и соревновательной деятельности, повышают уровень развития физических качеств, совершенствуют технику водных видов спорта. Занятия проводятся в соответствии с программным материалом по виду спорта.

Учебная практика предполагает овладение навыками организации и проведения тренировочных занятий и соревнований по плаванию.

Для контроля за динамикой физической, технической, тактической и психической подготовленности студентов программой предусмотрено

выполнение ими контрольных упражнений и нормативов, разработанных кафедрами спортивно-педагогических дисциплин на каждый год обучения.

Программа дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (плавание)» разделена на два раздела:

I. Спортивное совершенствование: развитие и поддержание на должном уровне физических и психических качеств, уровня практических умений и навыков, необходимых преподавателю-тренеру и инструктору по плаванию.

II. Педагогическое совершенствование: овладение теоретическими и методическими навыками, необходимыми для планирования и анализа учебно-тренировочного процесса, ведения документации, организации и проведения соревнований различного уровня.

Индивидуальная работа преподавателей со студентами проводится в форме консультаций по содержанию учебного материала и собеседований, включает составление индивидуальных планов и заданий для студентов.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-2	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основы дидактики; - основы теории и методики физической культуры; - медико-биологические и психологические особенности различных категорий занимающихся; - методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта; - требования образовательных стандартов. 	3		5
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры; - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и 	4		6

	требований образовательных стандартов;			
	<i>Владеть:</i> - навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта.	4		6
ОПК-3	<i>Знать:</i> основы теории физической культуры и теории спорта, особенности тренировочной и соревновательной деятельности в спортивном плавании, основные положения стандарта по спортивной подготовке в спортивном плавании	5		7
	<i>Уметь:</i> определять наиболее значимые аспекты подготовки в спортивном плавании, осуществлять планирование тренировочных занятий в спортивном плавании на основе положений теории и методики физической культуры и стандартов спортивной подготовки	6		8
	<i>Владеть:</i> навыками рационального построения и перспективного планирования тренировочного процесса и соревновательной деятельности в спортивном плавании,	6		8
ОПК-5	<i>Знать:</i> - средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений; - основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии; - основы спортивной метрологии.	5		7
	<i>Уметь:</i> осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.	6		8
	<i>Владеть:</i> навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев.	6		8
ОПК-8	<i>Знать:</i> - правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта; - документы планирования и проведения соревнований; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - обязанности организаторов и судей соревнования; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.	1		3
	<i>Уметь:</i> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.	2		4

	<i>Владеть:</i> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.	2		4
ПК-10	<i>Знать:</i> основы проведения спортивного отбора, эффективные методики определению антропометрических, физических и психических Особенности, возрастные и половые особенности	7		9
	<i>Уметь:</i> рационально подходить к выбору средств и методов отбора в спортивном плавании, эффективно применять их в профессиональной деятельности, осуществлять спортивный отбор построенный на объективной и комплексной оценке исходных данных	7		9
	<i>Владеть:</i> навыками применения современных методик и подходов к проведению спортивного отбора в спортивном плавании, проводить грамотную профориентацию на основе полученных данных	7		9
ПК-11	<i>Знать:</i> основы теории спорта, особенности планирования и структуры тренировочной и соревновательной в детско-юношеском спорте, основные положения стандарта по спортивной подготовке в спортивном плавании	5		7
	<i>Уметь:</i> выбирать средства и методы подготовки в избранном виде спорта, эффективно осуществлять планирование тренировочного процесса при работе с данным контингентом, оценивать результаты профессиональной деятельности	6		8
	<i>Владеть:</i> навыками оперативной коррекции тренировочных планов, дифференцированного подхода к выбору средств и методов подготовки и составлению программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта	6		8
ПК-14	<i>Знать:</i> особенности тренировочной и соревновательной деятельности в спортивном плавании, специфику выполнения основных двигательных действий в спортивном плавании, лимитирующие факторы успешной реализации спортивной формы	1		3
	<i>Уметь:</i> применять в тренировочной и соревновательной деятельности новейшие технологии управления спортивной формой	2		4
	<i>Владеть:</i> навыками применения современных спортивных, оздоровительных, научных технологий для совершенствования уровня индивидуального спортивного мастерства	2		4
ПК-15	<i>Знать:</i> физиологию, психологию, биохимию, основные методики оценки состояния организма, средства и методы профилактики травматизма и перенапряжения, основные средства и методы восстановления в спорте	3		5
	<i>Уметь:</i> рационально подходить к выбору средств и методов тренировки, определять с помощью имеющихся средств текущее состояние, обоснованно вносить коррекцию в тренировочные планы	4		6

	<i>Владеть:</i> навыками оперативного и точного определения текущего состояния, построения перспективного плана подготовки,	4		6
--	---	---	--	---

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

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

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	1-й курс						
2	Раздел 1. Спортивное совершенствование			20	60		
3	1.1. Техника плавания кролем на груди	1		4	20		
4	1.2. Техника плавания кролем на спине	1		4	20		
5	1.6. Спортивная тренировка	1		12	20		
6	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			10	18		
7	2.3. Организация и проведение соревнований	1		10	18		
8	Итого за 1-й семестр			30	78		
9	Раздел 1. Спортивное совершенствование			18	55		
10	1.3. Техника плавания брассом	2		4	14		
11	1.4. Техника плавания баттерфляем	2		4	14		
12	1.5. Техника стартов и поворотов	2		4	14		
13	1.6. Спортивная тренировка	2		6	13		
14	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			12	32		
15	2.1. Обучение плаванию	2		6	16		
16	2.2. Прикладное плавание	2		6	16		
17		2				9	Экзамен
18	Итого за 2-й семестр			30	87	9	
19	Всего за 1-й курс			60	165	9	
20	2-й курс						
21	Раздел 1. Спортивное совершенствование			14	7		

22	1.6. Спортивная тренировка	3		6	3		
23	1.7. Водное поло	3		4	2		
24	1.8. Синхронное плавание	3		4	2		
25	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			16	8		
26	2.1. Обучение плаванию	3		8	4		
27	2.2. Прикладное плавание	3		8	4		
28	Итого за 3-й семестр			30	15		
29	Раздел 1. Спортивное совершенствование			18	24		
30	1.6. Спортивная тренировка	4		14	12		
31	1.9. Прыжки в воду	4		4	12		
32	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			12	18		
33	2.1. Обучение плаванию	4		12	18		
34		4				9	Экзамен
35	Итого за 4-й семестр			30	42	9	
36	Всего за 2-й курс			60	57	9	
37	3-й курс						
38	Раздел 1. Спортивное совершенствование			26	4		
39	1.6. Спортивная тренировка	5		8			
40	1.10. Общая физическая подготовка на суше	5		4	1		
41	1.11. Средства и методы развития силы	5		4	1		
42	1.12. Средства и методы развития выносливости	5		4	1		
43	1.17. Построение спортивной тренировки	5		6	1		
44	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			4	2		
45	2.7. Научно-исследовательская работа и УИРС	5		4	2		
46	Итого за 5-й семестр			30	6		
47	Раздел 1. Спортивное совершенствование			22	5		
48	1.6. Спортивная тренировка	6		8	1		
49	1.13. Средства и методы развития скоростных способностей	6		4	1		
50	1.14. Средства и методы развития гибкости	6		4	1		
51	1.15. Средства и методы развития координационных способностей	6		2	1		
52	1.16. Техничко-тактическая подготовленность пловца	6		4	1		
53	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			8	1		
54	2.4. Проведение учебно-тренировочных занятий	6		8	1		
55		6				9	Экзамен
56	Итого за 6-й семестр			30	6	9	
57	Всего за 3-й курс			60	12	9	
58	4-й курс						
59	Раздел 1. Спортивное совершенствование			20	88		
60	1.6. Спортивная тренировка	7		10	44		
61	1.18. Особенности многолетней спортивной тренировки	7		10	44		
62	Раздел 2. Педагогическое			10	44		

	совершенствование						
63	2.6. Спортивный отбор на этапах многолетней подготовки	7	10	44			
64	Итого за 7-й семестр		30	132			
65	Раздел 1. Спортивное совершенствование		14	36			
66	1.6. Спортивная тренировка	8	8	18			
67	1.18. Особенности многолетней спортивной тренировки	8	6	18			
68	Раздел 2. Педагогическое совершенствование		16	42			
69	2.5. Особенности различных форм занятий плаванием	8	6	14			
70	2.7. Научно-исследовательская работа и УИРС	8	6	14			
71	2.8. Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера-преподавателя	8	4	14			
72		8			9	Экзамен	
73	Итого за 8-й семестр		30	78	9		
74	Всего за 4-й курс		60	210	9		
75	Всего по учебному плану		240	444	36		

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	1-й курс						
2	Раздел 1. Спортивное совершенствование			2	34		
3	1.6. Спортивная тренировка	1		2	34		
4	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			2	32		
5	2.3. Организация и проведение соревнований	1		2	32		
6	Итого за 1-й семестр			4	66		
7	Раздел 1. Спортивное совершенствование			4	34		
8	1.6. Спортивная тренировка	2		4	34		
9	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			2	34		
10	2.3. Организация и проведение соревнований	2		2	34		
11	Итого за 2-й семестр			6	68		
12	Всего за 1-й курс			10	134		
13	2-й курс						

14	Раздел 1. Спортивное совершенствование			6	48		
15	1.1. Техника плавания кролем на груди	3		2	16		
16	1.2. Техника плавания кролем на спине	3		2	16		
17	1.6. Спортивная тренировка	3		2	16		
18	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			2	16		
19	2.3. Организация и проведение соревнований	3		2	16		
20	Итого за 3-й семестр			8	64		
21	Раздел 1. Спортивное совершенствование			5	44		
22	1.3. Техника плавания брассом	4		1	10		
23	1.4. Техника плавания баттерфляем	4		1	10		
24	1.5. Техника стартов и поворотов	4		1	12		
25	1.6. Спортивная тренировка	4		2	12		
26	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			3	20		
27	2.1. Обучение плаванию	4		2	10		
28	2.2. Прикладное плавание	4		1	10		
29	Итого за 4-й семестр			8	64		
30	Всего за 2-й курс			16	128		
31	3-й курс						
32	Раздел 1. Спортивное совершенствование			4	40		
33	1.6. Спортивная тренировка	5		2	16		
34	1.7. Водное поло	5		1	12		
35	1.8. Синхронное плавание	5		1	12		
36	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			4	24		
37	2.1. Обучение плаванию	5		2	12		
38	2.2. Прикладное плавание	5		2	12		
39	Итого за 5-й семестр			8	64		
40	Раздел 1. Спортивное совершенствование			4	44		
41	1.6. Спортивная тренировка	6		2	26		
42	1.9. Прыжки в воду	6		2	18		
43	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			4	20		
44	2.1. Обучение плаванию	6		4	20		
45	Итого за 6-й семестр			8	64		
46	Всего за 3-й курс			16	128		
47	4-й курс						
48	Раздел 1. Спортивное совершенствование			7	54		
49	1.6. Спортивная тренировка	7		2	12		
50	1.10. Общая физическая подготовка на суше	7		1	10		
51	1.11. Средства и методы развития силы	7		1	10		
52	1.12. Средства и методы развития выносливости	7		1	10		
53	1.17. Построение спортивной тренировки	7		2	12		
54	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			1	10		
55	2.7. Научно-исследовательская работа и УИРС	7		1	10		
56	Итого за 7-й семестр			8	64		
57	Раздел 1. Спортивное совершенствование			6	52		

58	1.6. Спортивная тренировка	8		2	12		
59	1.13. Средства и методы развития скоростных способностей	8		1	10		
60	1.14. Средства и методы развития гибкости	8		1	10		
61	1.15. Средства и методы развития координационных способностей	8		1	10		
62	1.16. Техничко-тактическая подготовленность пловца	8		1	10		
63	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			2	12		
64	2.4. Проведение учебно-тренировочных занятий	8		2	12		
65	Итого за 8-й семестр			8	64		
66	Всего за 4-й курс			16	128		
67	5-й курс						
68	Раздел 1. Спортивное совершенствование			12	32		
69	1.6. Спортивная тренировка	9		6	16		
70	1.18. Особенности многолетней спортивной тренировки	9		6	16		
71	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			4	18		
72	2.6. Спортивный отбор на этапах многолетней подготовки	9		4	18		
73	Итого за 9-й семестр			16	50		
74	Раздел 1. Спортивное совершенствование			8	24		
75	1.6. Спортивная тренировка	10		4	12		
76	1.18. Особенности многолетней спортивной тренировки	10		4	12		
77	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			8	29		
78	2.5. Особенности различных форм занятий плаванием	10		2	10		
79	2.7. Научно-исследовательская работа и УИРС	10		4	10		
80	2.8. Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера-преподавателя	10		2	9		
81		10				9	Экзамен
82	Итого за 10-й семестр			16	53	9	
83	Всего за 5-й курс			32	103	9	
84	Всего по учебному плану			90	621	9	

Форма обучения заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)

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

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятель ная работа	Контроль	
1	1-й курс						
2	Раздел 1. Спортивное совершенствование			5	72		
3	1.1. Техника плавания кролем на груди	1		2	24		
4	1.2. Техника плавания кролем на спине	1		2	24		
5	1.6. Спортивная тренировка	1		1	24		
6	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			1	28		
7	2.3. Организация и проведение соревнований	1		1	28		
8	Итого за 1-й семестр			6	100		
9	Раздел 1. Спортивное совершенствование			2	72		
10	1.3. Техника плавания брассом	2		1	18		
11	1.4. Техника плавания баттерфляем	2		1	18		
12	1.5. Техника стартов и поворотов	2			18		
13	1.6. Спортивная тренировка	2			18		
14	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			2	34		
15	2.1. Обучение плаванию	2		1	18		
16	2.2. Прикладное плавание	2		1	16		
17	Экзамен	2					
18	Итого за 2-й семестр			4	106		
19	Всего за 1-й курс			10	206		
20	2-й курс						
21	Раздел 1. Спортивное совершенствование			4	30		
22	1.6. Спортивная тренировка	3		2	10		
23	1.7. Водное поло	3		1	10		
24	1.8. Синхронное плавание	3		1	10		
25	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			4	16		
26	2.1. Обучение плаванию	3		2	8		
27	2.2. Прикладное плавание	3		2	8		
28	Итого за 3-й семестр			8	46		
29	Раздел 1. Спортивное совершенствование			4	28		
30	1.6. Спортивная тренировка	4		2	14		
31	1.9. Прыжки в воду	4		2	14		
32	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			2	20		
33	2.1. Обучение плаванию	4		2	20		
34	Итого за 4-й семестр			6	48		
35	Всего за 2-й курс			14	94		
36	3-й курс						
37	Раздел 1. Спортивное совершенствование			6	50		
38	1.6. Спортивная тренировка	5		1			
39	1.10. Общая физическая подготовка на суше	5		1	12		
40	1.11. Средства и методы развития силы	5		1	12		

41	1.12. Средства и методы развития выносливости	5	1	12		
42	1.17. Построение спортивной тренировки	5	2	14		
43	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			14		
44	2.7. Научно-исследовательская работа и УИРС	5		14		
45	Итого за 5-й семестр		6	64		
46	Раздел 1. Спортивное совершенствование		3	60		
47	1.6. Спортивная тренировка	6	1	12		
48	1.13. Средства и методы развития скоростных способностей	6	1	12		
49	1.14. Средства и методы развития гибкости	6	1	12		
50	1.15. Средства и методы развития координационных способностей	6		12		
51	1.16. Техничко-тактическая подготовленность пловца	6		12		
52	Раздел 2. Педагогическое совершенствование		1	10		
53	2.4. Проведение учебно-тренировочных занятий	6	1	10		
54	Итого за 6-й семестр		4	70		
55	Всего за 3-й курс		10	134		
56	4-й курс					
57	Раздел 1. Спортивное совершенствование		2	68		
58	1.6. Спортивная тренировка	7	1	34		
59	1.18. Особенности многолетней спортивной тренировки	7	1	34		
60	Раздел 2. Педагогическое совершенствование		2	36		
61	2.6. Спортивный отбор на этапах многолетней подготовки	7	2	36		
62	Итого за 7-й семестр		4	104		
63	Раздел 1. Спортивное совершенствование		2	52		
64	1.6. Спортивная тренировка	8		20		
65	1.18. Особенности многолетней спортивной тренировки	8	2	32		
66	Раздел 2. Педагогическое совершенствование		4	77		
67	2.5. Особенности различных форм занятий плаванием	8	2	28		
68	2.7. Научно-исследовательская работа и УИРС	8	1	28		
69	2.8. Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера-преподавателя	8	1	21		
70		8			9	Экзамен
71	Итого за 8-й семестр		6	129	9	
72	Всего за 4-й курс		10	233	9	
73	Всего по тематическому плану		44	667	9	

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

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке.

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Контрольные вопросы и практические задания для проведения промежуточного контроля студентов I курса

1. Дайте характеристику следующим направлениям в плавании: спортивное, кондиционное, рекреационное, оздоровительное и прикладное.

2. Расскажите об основных событиях текущего года в спортивном плавании.

3. Расскажите о первых регулярных соревнованиях пловцов.

4. Как изменялась методика тренировки с начала XX века до наших дней?

5. Назовите сильнейших российских и советских пловцов.

6. Назовите сильнейших пловцов мира.

7. Проанализируйте современное состояние спортивного плавания в стране.

8. Назовите основные источники научно-методической информации по плаванию.

9. Перечислите основные направления и тенденции развития научных знаний в плавании

10. Что такое давление жидкости? Как оно изменяется с глубиной погружения?

11. Рассчитайте силу, с которой вода давит на тело человека при плавании.

12. Что такое выталкивающая сила?

13. Сформулируйте закон Архимеда.

14. Что такое плавучесть? Перечислите ее виды.

15.Изменяются ли выталкивающая сила и плавучесть при погружении на большие глубины?

16.Что такое плотность и удельный вес. Назовите плотность воды и основных тканей человеческого тела.

17.Как изменяется плотность воды при изменении ее температуры и солености?

18.Расскажите о равновесии тела в воде. Какие факторы влияют на него?

19.Сформулируйте понятия опорной реакции и гидродинамического сопротивления тела пловца.

20.Какие причины (факторы) вызывают увеличение гидродинамического сопротивления продвижению пловца вперед?

21.Какие факторы влияют на формирование индивидуального стиля пловца?

22.Охарактеризуйте исходное положение при выполнении старта с тумбочки при плавании кролем.

23.Опишите фазы движений пловца при выполнении старта с тумбочки при плавании кролем.

24.Сформулируйте основные требования к движениям при выполнении старта с тумбочки при плавании кролем.

25.Охарактеризуйте исходное положение при выполнении старта с тумбочки при плавании баттерфляем.

26.Опишите фазы движений пловца при выполнении старта с тумбочки при плавании баттерфляем.

27.Сформулируйте основные требования к движениям при выполнении старта с тумбочки при плавании баттерфляем.

28.Охарактеризуйте исходное положение при выполнении старта с тумбочки при плавании брассом.

29.Опишите фазы движений пловца при выполнении старта с тумбочки при плавании брассом.

30.Сформулируйте основные требования к движениям при выполнении старта с тумбочки при плавании брассом.

31.Охарактеризуйте основные ошибки, которые допускают спортсмены при выполнении старта с тумбочки.

32.Охарактеризуйте исходное положение при выполнении старта из воды при плавании на спине.

33.Опишите фазы движений пловца при выполнении старта из воды при плавании на спине.

34.Сформулируйте основные требования к движениям при выполнении старта из воды при плавании на спине.

35.Охарактеризуйте основные ошибки, которые допускают спортсмены при выполнении старта из воды в плавании на спине.

36.Расскажите о прикладном и спортивном значении способа плавания кроль на груди.

37.Проанализируйте положение тела и технику движений ногами спортсмена при плавании кролем на груди.

38.Проанализируйте технику движений руками и согласование движений рук с дыханием при плавании кролем на груди.

39.Какое согласование движений рук и ног используется при плавании кролем на груди?

40.Охарактеризуйте основные ошибки, которые допускают спортсмены при плавании кролем на груди.

41.Проанализируйте технику движений ногами и положение тела спортсмена при плавании кролем на спине.

42.Проанализируйте технику движений руками и согласование движений рук с дыханием при плавании кролем на спине.

43.Расскажите о согласовании движений рук и ног при плавании кролем на спине.

44.Охарактеризуйте основные ошибки, которые допускают спортсмены при плавании кролем на спине.

- 45.Расскажите о спортивном значении способа плавания баттерфляй.
- 46.Проанализируйте технику движений ногами при плавании способом баттерфляй.
- 47.Расскажите о технике движений руками и согласовании движений рук с дыханием при плавании способом баттерфляй.
- 48.Дайте характеристику общему согласованию движений рук, ног и дыхания при плавании способом баттерфляй.
- 49.Охарактеризуйте основные ошибки, которые допускают спортсмены при плавании способом баттерфляй.
- 50.Проанализируйте положение тела спортсмена и технику движений ногами при плавании способом брасс.
- 51.Проанализируйте технику движений руками и согласование движений рук с дыханием при плавании способом брасс.
- 52.Какое рациональное согласование движений рук и ног используют при плавании брассом квалифицированные пловцы?
- 53.Охарактеризуйте основные ошибки, которые допускают спортсмены при плавании способом брасс.
- 54.Охарактеризуйте основные ошибки, которые допускают спортсмены при выполнении поворотов в плавании кролем на груди.
- 55.Охарактеризуйте основные ошибки, которые допускают спортсмены при выполнении поворотов в плавании на спине.
- 56.Охарактеризуйте основные ошибки, которые допускают спортсмены при выполнении поворотов при плавании брассом.
- 57.Охарактеризуйте технику выполнения поворота «маятником» при плавании баттерфляем.
- 58.Охарактеризуйте основные ошибки, которые допускают спортсмены при выполнении поворотов при плавании баттерфляем.
- 59.Расскажите о технике плавания способом брасс на спине.
- 60.Расскажите о технике плавания способом на боку.

61.Какие способы ныряния используются при хорошей видимости под водой?

62.Какие способы ныряния используются при плохой видимости под водой?

63.Приемы восстановления кровообращения и сознания.

64.Классификация происшествий на воде.

65.Спасательные средства и их применение

66.Техника и методика обучения плаванию на боку

67.Техника и методика обучения плаванию брассом на спине.

68.Непрямой массаж сердца.

69.Действия при возникновении судорог при плавании.

70.Факторы, лимитирующие длительность пребывания человека в воде.

71.Плавание в ночное время.

72.Плавание в одежде и раздевание в воде.

73.Плавание при сильной волне, сильном течении, водоворотах.

74.Плавание в водорослях.

75.Плавание в воде, покрытой горящим веществом.

76.Действия человека, провалившегося под лед.

77.Перечислите мероприятия, предшествующие началу соревнования по плаванию.

78.Расскажите, как составляется положение о соревнованиях.

79.Опишите работу с картотекой до, во время и после соревнований.

80.Как составляются предварительные, полуфинальные и финальные заплывы?

81.Как составляется именная заявка на участие в соревнованиях и кем она должна быть подписана?

82.Как составляется техническая заявка на участие в соревнованиях и кем она должна быть подписана?

83.Как оформляется карточка участника соревнований?

84. Что должно быть отражено в отчете судейской коллегии о проведении соревнований?

85. Расскажите что такое усталость, какие показатели характеризуют усталость

86. Расскажите о функциональной пробе Руфье.

87. Какие функциональные пробы можно использовать для оценки состояния спортсмена.

88. Что такое самоконтроль спортсмена

89. Расскажите об ортостатической пробе

90. Расскажите об особенностях ведения дневника самоконтроля спортсмена.

91. Расскажите о технике безопасности при занятиях в бассейне и на открытой воде.

92. Расскажите о правилах посещения бассейна, и санитарно-гигиенических требованиях к занимающимся.

Контрольные вопросы и практические задания для проведения промежуточного контроля студентов II курса

1. Какие общеразвивающие и специальные упражнения применяются при обучении плаванию способом кроль на груди и на спине?

2. Какие общеразвивающие и специальные упражнения применяются при обучении плаванию способом брасс?

3. Какие общеразвивающие и специальные упражнения применяются при обучении плаванию способом баттерфляй (дельфин)?

4. Какие упражнения и в какой последовательности применяются при обучении и совершенствовании техники движений ногами в кроле на груди?

5. Какие упражнения и в какой последовательности применяются при обучении и совершенствовании техники движений руками в согласовании с дыханием в кроле на груди?

6. Какие упражнения и в какой последовательности применяются при обучении и совершенствовании общего согласования движений в кроле на груди?
7. Какие упражнения и в какой последовательности применяются при обучении и совершенствовании техники движений ногами в кроле на спине?
8. Какие упражнения и в какой последовательности применяются при обучении и совершенствовании техники движений руками в согласовании с дыханием в кроле на спине?
9. Какие упражнения и в какой последовательности применяются при обучении и совершенствовании общего согласования движений в кроле на спине?
10. Какие упражнения и в какой последовательности применяются при обучении и совершенствовании техники движений ногами в брассе?
11. Какие упражнения и в какой последовательности применяются при обучении и совершенствовании техники движений руками в согласовании с дыханием в брассе?
12. Какие упражнения и в какой последовательности применяются при обучении и совершенствовании общего согласования движений в брассе?
13. Какие упражнения и в какой последовательности применяются при обучении технике движений ногами в баттерфляе (дельфине)?
14. Какие упражнения и в какой последовательности применяются при обучении технике движений руками в согласовании с дыханием в баттерфляе (дельфине)?
15. Какие упражнения и в какой последовательности применяются при обучении общему согласованию движений в баттерфляе (дельфине)?
16. Какие упражнения и в какой последовательности применяются при обучении технике стартового прыжка с тумбочки?
17. Какие упражнения и в какой последовательности применяются при обучении технике старта из воды при плавании кролем на спине?

18. Какие упражнения и в какой последовательности применяются при обучении технике плоского поворота в кроле на груди?
19. Какие упражнения и в какой последовательности применяются при обучении технике плоского поворота в кроле на спине?
20. Какие упражнения и в какой последовательности применяются при обучении технике поворота «маятником» при плавании брассом?
21. Назовите основные источники научно-методической информации в области спортивного плавания.
22. Расскажите какие требования предъявляются к оформлению списка литературы.
23. Дайте характеристику научным источникам информации.
24. Когда впервые прыжки в воду были представлены на Олимпийских играх?
25. Когда была образована международная федерация плавания (FINA) и каковы были задачи ее деятельности?
26. Сколько медалей разыгрывается в прыжках в воду на Олимпийских играх?
27. Назовите олимпийских чемпионов по прыжкам в воду?
28. Какие виды прыжков вы знаете? Дайте характеристику каждому виду прыжков.
29. Какие прыжки называются прикладными, в каких видах деятельности они используются?
30. Какие прыжки называются показательными? Дайте характеристику этим прыжкам.
31. Какие прыжки называются учебными?
32. Какие прыжки называются спортивным?
33. Сколько классов спортивных прыжков вы знаете?
34. Как определяются номера прыжков и коэффициент сложности спортивных прыжков в воду?
35. Сколько судей оценивают качество исполнения прыжков в воду на соревнованиях, как эти судьи называются?

36. Как (по какой системе) оценивается судьями качество исполнения прыжков?
37. В чем заключается работа секретариата, как определяется оценка за прыжок с учетом коэффициента трудности?
38. Какие системы проведения соревнований по прыжкам в воду вы знаете, и как определяется победитель в соревнованиях?
39. Какие средства подготовки прыгунов в воду вы знаете?
40. Что представляет собой трамплин и вышка для прыжков в воду?
41. Какое значение имеет наземная подготовка в начальном обучении прыжкам в воду?
42. Что может явиться причиной травматизма при занятиях прыжками в воду?
43. Каковы причины ударов о снаряды, воду, дно бассейна?
44. Какие меры безопасности необходимо соблюдать, чтобы избежать утопления при занятиях прыжками в воду?
45. Какие правила следует соблюдать при проведении занятий в зале, чтобы избежать травматизма?
46. Какая фирма изготавливает всемирно известные трамплины и какова их длина?
47. Какова должна быть глубина бассейна для занятий прыжками в воду?
48. Какими снарядами должен быть оснащен бассейн для занятий прыжками в воду в соответствии с требованиями FINA?
49. Какова величина давления, испытываемая человеком при погружении на глубину 30 м?
50. Перечислите основные компоненты акваланга.
51. Опишите способы изменения плавучести подводника.
52. Как избежать баротравмы среднего уха и легких?
53. Каковы правила поведения под водой для профилактики кессонной (декомпрессионной) болезни?
54. Как определить объем воздуха в акваланге?

55. Расскажите о воздействии физических упражнений в воде на организм занимающихся.
56. Расскажите о применении поддерживающих приспособлений на занятиях по акваэробике.
57. Расскажите о применении приспособлений, увеличивающих сопротивление воды, на занятиях по акваэробике.
58. Расскажите о применении силовых тренажеров на занятиях по акваэробике.
59. Расскажите о применении гидротренажеров на занятиях по акваэробике.
60. Расскажите об основных средствах акваэробики.
61. Как осуществляется дозирование физической нагрузки на занятиях акваэробикой.
62. Как осуществляется контроль и самоконтроль за состоянием здоровья и уровнем подготовленности занимающихся?
63. Назовите задачи обучения плаванию в детском саду.
64. Как обеспечить безопасность на занятиях плаванием с детьми дошкольного возраста?
65. Каковы особенности методики проведения занятий плаванием с детьми дошкольного возраста?
66. Как обеспечить безопасность на занятиях плаванием с людьми пожилого возраста?
67. Сформулируйте задачи, решаемые в процессе занятием плаванием с людьми зрелого и старшего возраста.
68. Как можно охарактеризовать вид спорта синхронное плавание?
69. С какого года синхронное плавание включено в программу Олимпийских игр?
70. Какие виды программ существуют в синхронном плавании?
71. Как предупредить травматизм на занятиях синхронным плаванием?
72. Как классифицируются основные гребки синхронного плавания?
73. Какие существуют специальные передвижения в синхронном плавании?

74. Назовите простейшие фигуры синхронного плавания.
75. Назовите основные различия в построении сольных, парных, групповых композиций в синхронном плавании (по правилам соревнований).
76. Какая роль отводится общефизической, плавательной, хореографической и акробатической подготовке в синхронном плавании.
77. Как обеспечивать безопасность при выполнении упражнений на длительной задержке дыхания?
78. Охарактеризуйте водное поло, как игровой вид спорта, разъясните историю возникновения и динамику правил соревнований по водному поло.
79. Дайте классификацию техники водного поло.
80. Расскажите о тактике водного поло и приведите ее классификацию.
81. Опишите методику начального обучения в водном поло.
82. Охарактеризуйте основы спортивной тренировки в водном поло.
83. Назовите меры безопасности при проведении занятий по водному поло.
84. Назовите основные группы средств, применяемых при обучении плаванию, направленность упражнений каждой группы и задачи, которые решаются с их помощью.
85. Расскажите, какие учебные задачи решаются путем применения общеразвивающих, специальных физических и имитационных упражнений на занятиях плаванием.
86. Охарактеризуйте подготовительные упражнения для освоения с водой, назовите основные подгруппы этих упражнений и их направленность.
87. Чем объясняется необходимость применения учебных прыжков в воду на занятиях плаванием и каковы требования безопасности?
88. Назовите основные группы игр, применяемых на занятиях с детьми, в зависимости от их возраста и плавательной подготовленности.
89. Объясните, почему проведение игр на занятиях плаванием с детьми является обязательным требованием физического воспитания.
90. Назовите задачи, которые решаются при помощи проведения игр в воде, и обязательные требования к методике их проведения.

91. Назовите основные этапы обучения плаванию и содержание работы преподавателя на каждом из них.
92. Опишите обязательную последовательность освоения каждого упражнения техники плавания, связанную с постепенным уменьшением площади опоры при его выполнении.
93. Назовите типичные ошибки, возникающие при обучении технике плавания, их предупреждение и исправление.
94. Назовите педагогические принципы и особенности их реализации в плавании.
95. Охарактеризуйте методы, применяемые при обучении и тренировке пловца.
96. Охарактеризуйте практические методы, направленные на 1) освоение спортивной техники и 2) развитие двигательных качеств, и специфику их использования в плавании.
97. Расскажите об использовании целостного и раздельного метода изучения техники спортивных способов плавания на разных этапах обучения.
98. Расскажите о правилах применения словесных методов на занятиях плаванием.

**Контрольные вопросы для проведения промежуточного контроля
студентов III курса**

1. Дайте характеристику педагогическому эксперименту.
2. Охарактеризуйте метод педагогического наблюдения.
3. Расскажите о контрольных испытаниях и их значении.
4. Назовите физиологические методы исследования.
5. Назовите психологические методы исследования.
6. Назовите основные методы математической статистики, применяемые в педагогических исследованиях.
7. Дайте характеристику методике измерения силовых качеств пловца с применением компьютерной технологии.

8. Расскажите о спидографии как методе оценки функциональной и технической подготовленности.
9. Расскажите о пульсометрии и определении скорости восстановления работоспособности по пульсу (пульсовые критерии оценки работоспособности).
10. Раскройте понятие «нагрузка», расскажите о «внешней» и «внутренней» стороне нагрузки.
11. Раскройте компоненты тренировочной нагрузки.
12. Опишите классификацию тренировочных упражнений по их преимущественной направленности на основе биохимических и физиологических критериев в спортивном плавании.
13. Что понимают под срочным, отставленным и кумулятивным эффектами нагрузки?
14. Охарактеризуйте структуру тренировочного процесса квалифицированного пловца в годичном цикле подготовки.
15. Дайте характеристику тренировочным макроциклам. Типы макроциклов (продолжительность, задачи, особенности чередования тренировочной нагрузки и отдыха).
16. Назовите факторы, обуславливающие методику построения макроцикла (оценка состояния пловца, процессы утомления и восстановления, кумулятивный эффект занятий, суперкомпенсация как основа повышения функциональных возможностей пловца).
17. Расскажите о закономерностях динамики результатов пловцов на этапах многолетней тренировки.
18. Назовите структурные элементы (по временному признаку) годичного цикла тренировки квалифицированного пловца; укажите примерную продолжительность этих элементов.
19. Раскройте основные задачи подготовки в мезоциклах тренировки.

20. Расскажите о последовательности применения средств аэробной, аэробно-анаэробной, анаэробно-гликолитической, анаэробно-алактатной направленности в большом цикле тренировки.
21. Что понимают под выносливостью пловца?
22. Как оценить выносливость пловца?
23. Как происходит развитие работоспособности пловцов в зоне стайерских дистанций?
24. Как происходит развитие работоспособности пловцов в зоне спринтерских дистанций?
25. Дайте характеристику общей и специальной работоспособности пловца.
26. Перечислите факторы, определяющие уровень специальной работоспособности пловца.
27. С помощью каких функциональных свойств организма можно охарактеризовать его энергетические возможности?
28. Каково примерное соотношение аэробных и анаэробных процессов энергообеспечения (в %) при проплывании дистанций различной длины с предельной интенсивностью?
29. Как применяется переменный дистанционный метод тренировки при развитии аэробного компонента выносливости пловцов?
30. Как применяется интервальный метод тренировки при развитии аэробного компонента выносливости пловцов?
31. Составьте комплекс тренировочных упражнений для одного занятия, направленный на развитие аэробного компонента выносливости пловцов?
32. Расскажите об особенностях применения дистанционного метода тренировки, направленного на параллельное повышение аэробного и анаэробного компонентов выносливости пловцов.
33. Составьте комплекс тренировочных упражнений для одного занятия, направленный на параллельное повышение аэробного и анаэробного компонентов выносливости пловцов.

34. Расскажите об особенностях применения интервального и повторного методов тренировки, направленных на развитие анаэробного гликолитического компонента выносливости пловцов.
35. Какие факторы являются ведущими в проявлении максимальной, взрывной силы и силовой выносливости пловцов?
36. Как определить уровень развития максимальной и взрывной силы пловца?
37. Какие методы регистрации используются для определения силовой выносливости пловцов на суше и в воде?
38. Какие упражнения используются для сопряженного развития специальной силы и технического совершенствования пловцов?
39. Какова схема распределения тренировочных нагрузок силовой направленности в макроцикле подготовки пловцов?
40. Какие средства и методы используются для развития максимальной и взрывной силы пловцов?
41. Какие средства и методы используются для развития силовой выносливости пловцов?
42. Каковы основные задачи силовой подготовки в восстановительно-втягивающем мезоцикле тренировки?
43. Каковы основные задачи силовой подготовки в общеподготовительном мезоцикле тренировки пловцов?
44. Каковы основные задачи силовой подготовки в специально-подготовительном мезоцикле тренировки пловцов?
45. Каковы основные задачи силовой подготовки в предсоревновательном и соревновательном мезоциклах тренировки пловцов?
46. Что понимают под скоростными способностями пловца?
47. Расскажите об основных средствах и методах развития скоростных способностей.
48. Расскажите о методике развития двигательной реакции.
49. Расскажите о методике развития способности к быстрому началу движения и методике повышения скорости выполнения одиночного движения. Какие

средства для развития этих способностей могут применяться в тренировке пловцов?

50. Расскажите о методике повышения темпа движений у пловцов и сопряженного совершенствования скоростных способностей и техники плавания.
51. Что такое «скоростной барьер»? Какие методы и средства могут применяться для его преодоления у пловцов?
52. Какие тесты и критерии могут использоваться для контроля за уровнем развития скоростных способностей у пловцов?
53. Дайте определение и краткую характеристику физическому качеству - гибкость и подвижность в суставах.
54. Объясните взаимосвязь между рациональной техникой плавания и уровнем гибкости и подвижности в суставах.
55. Развитие гибкости. Какие особенности строения опорно-двигательного аппарата нужно учитывать при планировании занятий на гибкость. Гибкость активная и пассивная?
56. Какие возрастные периоды являются сенситивными для развития гибкости и подвижности в суставах?
57. Приведите примеры упражнений, которые используются в плавании для контроля за уровнем развития гибкости и подвижности в суставах.
58. Какие основные упражнения являются средствами развития гибкости и подвижности в суставах в тренировке пловцов?
59. В чем заключаются особенности методики развития гибкости и подвижности в суставах?
60. Расскажите об особенностях построения тренировочного занятия на гибкость.
61. Проанализируйте задачи и содержание тренировки на развитие гибкости и подвижности в суставах для пловцов различной специализации.
62. Объясните причины возникновения травм, какова профилактика травматизма на занятиях по развитию гибкости и подвижности в суставах.

63. Как влияет развитие силовых способностей на уровень технической подготовленности пловцов?
64. Перечислите основные компоненты рациональной спортивной техники.
65. Что такое эффективность техники, как ее можно определить?
66. Что такое экономичность техники, как ее можно определить?
67. Опишите взаимосвязь скорости плавания, длины шага и темпа движений.
68. Приведите оптимальные значения длины шага и темпа движений при проплывании дистанций в зависимости от пола, длины дистанции, способа плавания, квалификации пловцов.
69. Что понимается под тактической подготовленностью?
70. Какие основные тактические варианты проплывания дистанции с учетом и без учета действий соперников применяются спортсменами?
71. Опишите взаимосвязь тактической подготовленности с другими видами подготовленности.
72. Перечислите основные параметры соревновательной деятельности пловца.
73. С помощью каких упражнений совершенствуется тактическая подготовленность пловцов?
74. Назовите цель психодиагностики.
75. Расскажите о мотивации спортсмена, как основной составляющей психологической подготовки.
76. Опишите, как происходит формирование мотивов к успешной спортивной деятельности.
77. Назовите основные виды мотивов.
78. Опишите, как происходит формирование установок и благоприятных отношений для спортивной тренировки.
79. Раскройте содержание психологической подготовки к соревнованиям.
80. Перечислите способы формирования «спокойной боевой уверенности».
81. Перечислите основные психолого-педагогические мероприятия, используемые в психологической подготовке пловца.

82. Расскажите о личности тренера и об особенностях общения тренера и спортсмена в различные периоды подготовки.

Контрольные вопросы для промежуточной аттестации студентов IV курса

1. Обоснуйте цель исследования (на примере собственной выпускной квалификационной работы).
2. Сформулируйте гипотезу исследования.
3. В чем заключается новизна исследования?
4. В чем заключается практическая значимость исследования?
5. Назовите этапы многолетней тренировки пловцов и перечислите их цели и задачи подготовки.
6. Расскажите о возрастной периодизации развития детей и подростков, приведите возрастные границы этапов.
7. Дайте определение понятиям биологического и паспортного возраста, объясните различие между ними.
8. Расскажите о пубертатном периоде как о ключевом моменте многолетней тренировки пловцов.
9. Назовите и охарактеризуйте стадии пубертатного периода.
10. Приведите основные типы тренировочных мезоциклов и охарактеризуйте особенности их построения на базовом этапе многолетней тренировки.
11. Приведите основные типы тренировочных мезоциклов и охарактеризуйте особенности их построения на этапе углубленной специализации многолетней подготовки.
12. Расскажите о динамике объема и направленности тренировочных нагрузок в микроциклах различных типов.
13. Каковы закономерности возрастных изменений основных параметров соревновательной деятельности?
14. В чем заключаются основные различия в методике развития выносливости у пловцов разных возрастных групп?

15. Расскажите о возрастной динамике показателей выносливости и специальной работоспособности.
16. Приведите сроки сенситивных периодов для развития отдельных видов выносливости с учетом половых различий.
17. Обоснуйте изменения абсолютных и парциальных объемов тренировочных средств, направленных на развитие различных видов выносливости, происходящие на этапах многолетней тренировки.
18. Опишите возрастную динамику аэробных возможностей юных пловцов.
19. Приведите сенситивные периоды в развитии аэробных способностей пловцов. Раскройте методы и средства развития аэробных способностей пловцов на разных этапах многолетней подготовки.
20. Как нужно планировать тренировочные нагрузки и корректировать их на различных стадиях пубертатного периода?
21. Каковы основные задачи силовой подготовки пловцов на этапах начальной подготовки, в учебно-тренировочных группах и в группах спортивного совершенствования?
22. Какие средства и методы используются для развития силовых способностей пловцов на этапе начальной подготовки?
23. Какие средства и методы используются для развития силовых способностей пловцов на этапе базовой подготовки?
24. Какие средства и методы используются для развития силовых способностей пловцов на этапе углубленной специализации?
25. Какие средства и методы используются для развития силовых способностей пловцов на этапе спортивного совершенствования?
26. Какие методы регистрации силовой подготовленности применяются для ее оценки на различных этапах многолетней тренировки?
27. Какие основные правила необходимо соблюдать для профилактики травм у юных пловцов при организации и проведении занятий силовой направленности?

28. Каково соотношение объема тренировочной работы общей и специальной силовой направленности на этапах многолетней подготовки юных пловцов?
29. Какие тренажеры и устройства применяются для силовой подготовки юных пловцов?
30. Приведите возрастные границы сенситивного периода для развития гибкости для пловцов разного пола.
31. Какие методы измерения подвижности в суставах применяются на различных этапах многолетней тренировки?
32. Назовите факторы, обуславливающие способности к спортивному плаванию.
33. Расскажите о критериях, определяющих уровень спортивных достижений на разных этапах многолетней подготовки.
34. Как и на основе каких показателей осуществляется прогнозирование индивидуального развития и спортивной перспективности юных пловцов?
35. Как осуществляется оценка перспективности юных пловцов с учетом биологического возраста и применением шкал комплексной оценки?
36. Раскройте понятие о стабильности показателей с точки зрения надежности многолетнего прогноза.
37. Назовите ведущие показатели перспективности отбора на каждом этапе спортивного отбора.
38. Перечислите основные задачи воспитательной работы с юными пловцами.
39. Какие меры следует применять для воспитания у детей гражданственности и патриотизма, высоких моральных качеств, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия?
40. Опишите основные методические приемы, направленные на формирование личности юного спортсмена и мотивации к многолетней напряженной тренировке.

- 41.Какие приемы применяются для становления спортивного коллектива, развитию духа спортивной борьбы, взаимопомощи и сотрудничества?
- 42.Назовите основные гигиенические требования, предъявляемые к спортивным бассейнам.
- 43.Как осуществляется эксплуатация очистных сооружений и контроль за качеством воды в бассейне?
- 44.Какое оборудование необходимо в бассейне для массового обучения плаванию?
- 45.Какое оборудование необходимо в бассейне для тренировки квалифицированных пловцов?
- 46.Назовите оборудование, необходимое для работы восстановительного центра.
- 47.Перечислите оборудование, необходимое для научно-исследовательской работы по плаванию.
- 48.Что представляет из себя методический кабинет бассейна?
- 49.Дайте характеристику этапа предварительной спортивной подготовки многолетней тренировки пловцов. Раскройте основное содержание и особенности подготовки, укажите продолжительность этапа, возраст и уровень спортивного мастерства.
- 50.Дайте характеристику этапа базовой спортивной подготовки многолетней тренировки пловцов. Раскройте основное содержание и особенности подготовки, укажите продолжительность этапа, возраст и уровень спортивного мастерства.
- 51.Дайте характеристику этапа углубленной спортивной специализации многолетней тренировки пловцов. Раскройте основное содержание и особенности подготовки, укажите продолжительность этапа, возраст и уровень спортивного мастерства.
- 52.Расскажите об особенностях построения макроциклов тренировки на различных этапах многолетней подготовки.

53. Назовите цели, задачи и принципы спортивного отбора и возрастные границы этапов отбора.
54. Назовите оборудование, необходимое для проведения соревнований в бассейне.
55. Какие средства и методы используются для развития гибкости пловцов на этапе начальной подготовки?
56. Какие средства и методы используются для развития гибкости пловцов на этапе базовой подготовки?
57. Какие средства и методы используются для развития гибкости пловцов на этапе углубленной специализации?
58. Какие средства и методы используются для развития гибкости пловцов на этапе спортивного совершенствования?
59. Расскажите о взаимосвязи индивидуальной техники плавания с моделями техники на различных этапах многолетней тренировки.
60. Назовите ключевые элементы техники плавания у спортсменов различных возрастных групп и расскажите, как они соотносятся с особенностями телосложения и физической подготовленностью пловцов.

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

а) Основная литература:

1. Лафлин Т. Как рыба в воде : Эффективные техники плавания, доступные каждому - М.: Манн, Иванов и Фербер, 2012. - 216 с.
2. Лафлин Т. Полное погружение : Как плавать лучше, быстрее и легче. - М.: Манн, Иванов и Фербер, 2012. - 195 с.
3. Плавание : библия тренера / [пер. с англ. Кононова Е.]. - М.: Эксмо, 2014. - 411 с.
4. Плавание : учеб. для студентов, обучающихся по дисциплине "Плавание" по направлению подгот. 49.03.01 : профиль подгот. "Спортив. подгот." : рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВО "РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК)" / под общ.

ред. Н.Ж. Булгаковой ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма. - М.: ИНФРА-М, 2017. - 289 с.

5. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте : общ. теория и ее практ. приложения : [учеб. для [тренеров]] : В 2 кн. / В.Н. Платонов. - Киев: Олимп. лит., 2015.
6. Спортивное плавание: путь к успеху. Книга 1. // под редакцией д.п.н., проф. В.Н. Платонова. М.: Советский спорт, 2011. – 480 с.
7. Спортивное плавание: путь к успеху. Книга 2. // под редакцией д.п.н., проф. В.Н. Платонова. М.: Советский спорт, 2012. – 544 с.

б) Дополнительная литература:

1. Бакшеев М.Д. Структура многолетней подготовки пловцов / М.Д. Бакшеев ; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта, Каф. теории и методики плавания. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2004. - 35 с.: ил.
2. Бакшеев, М.Д. Специализированные восприятия в спортивном плавании : монография / М.Д. Бакшеев, А.С. Казызаева, Г.А. Тарасевич ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2012. - 183 с.
3. Булгакова Н.Ж. Акваэробика : метод. разраб. для студентов, аспирантов и слушателей ФПК РГАФК / Булгакова Н.Ж., Васильева И.А.; РГАФК. - М., 1996. - 30 с.: ил.
4. Булгакова Н.Ж. Игры у воды, на воде, под водой / Булгакова Нина Жановна. - М.: ФиС, 2000. - 77 с.: ил.
5. Булгакова Н.Ж. Плавание / Булгакова Нина Жановна. - М.: Астрель: АСТ, 2005. - 159 с.: ил.
6. Булгакова Н.Ж. Познакомьтесь - плавание : Первые шаги в спорте / Булгакова Нина Жановна. - М.: АСТ: Астрель, 2002. - 159 с.: ил.
7. Викулов А.Д. Плавание : Учеб. пособие для студентов вузов, осуществляющих образоват. деятельность по спец. 022300 Физ. культура и спорт: Рек. Гос. ком. РФ по физ. культуре, спорту и туризму / Викулов Александр Демьянович. - М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2004. - 367 с.: ил.

8. Водные виды спорта : учеб. для студентов вузов, обучающихся по спец. 022300 - Физ. культура и спорт: Рек. М-вом образования РФ / ред. Булгакова Н.Ж. - М.: АCADEMIA, 2003. - 315 с.: ил.
9. Волков Н.И. Биологически активные пищевые добавки в специализированном питании спортсменов / Волков Николай Иванович, Олейников Владимир Иванович. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 80 с.: табл.
10. Гавердовский Ю.К. Обучение спортивным упражнениям : Биомеханика. Методология. Дидактика / Ю.К. Гавердовский. - М.: ФиС, 2007. - 911 с.: ил.
11. Горбунов, Г.Д. Психология физической культуры и спорта : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению "Физ. культура" : рек. УМО вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры / Г.Д. Горбунов, Е.Н. Гогунев. - М.: Academia, 2009. - 255 с.
12. Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Г.Д. Горбунов. - [3-е изд., испр.]. - М.: Сов. спорт, 2007. - 294 с.
13. Гордон С.М. Деловая игра по курсу специализации плавания : Контрольные упражнения в тренировке пловца : метод. разработ. для студентов специализации, курсов усовершенствования, слушателей ВШТ ГЦОЛИФКа / С.М. Гордон ; Гос. центр. ордена Ленина ин-т физ. культуры. - М., 1991. - 17 с.: табл.
14. Гордон С.М. Построение микроцикла тренировки пловца : метод. разработ. для слушателей ф-тов усовершенствования и повышения квалификации ГЦОЛИФКа / С.М. Гордон, П.М. Прилуцкий ; Гос. центр. ордена Ленина ин-т физ. культуры. - М., 1986. - 24 с.
15. Гордон С.М. Спортивная тренировка : науч.-метод. пособие / С.М. Гордон. - М.: физ. культура, 2008. - 250 с.: табл.

16. Гузман, Р. Плавание : упражнения для обучения и совершенствования техники всех стилей / Рубен Гузман ; [пер. с англ. В.М. Боженков] ; предисл. Пабло Моралеса ; [пер. с англ. В.М. Боженков]. - Минск: Попурри, [2013]. - 288 с.
17. Давыдов, В.Ю. Отбор и ориентация пловцов по показателям телосложения в системе многолетней подготовки : теорет. и практ. аспекты : [монография] / В.Ю. Давыдов, В.Б. Авдиенко. - М.: Сов. спорт, 2014. - 383 с.
18. Зенов Б.Д. Специальная физическая подготовка пловца на суше и в воде / Зенов Борис Дмитриевич, Кошкин Игорь Михайлович, Вайцеховский Сергей Михайлович. - М.: ФиС, 1986. - 79 с.: ил.
19. Кашкин А.А. Возрастная динамика специальной подготовленности юных пловцов : метод. разработ. для студентов специализации "Плавание", слушателей ИПКиППК : [рек. Эксперт.-метод. советом РГУФКСиТ] / А.А. Кашкин, Е.А. Мехтелева ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2008. - 60 с.
20. Кашкин А.А. Комплексная оценка физического развития, силовой подготовленности, гидродинамических качеств, техники плавания и физической работоспособности юных пловцов : метод. разработ. для студентов специализации плавание тренер. и заоч. фак., слушателей ФПК Акад. / Кашкин А.А., Морозов С.Н., Попов О.И.; РГАФК. - М., 1996. - 96 с.: табл.
21. Кашкин А.А. Оценка силовых способностей юных пловцов : Учеб. пособие для студентов специализации плавание тренерского и заочного фак., слушателей ФПК Акад. / Кашкин А.А., Морозов С.Н., Попов О.И.; РГАФК. - М., 1995. - 71 с.: табл.
22. Кашкин А.А. Прогнозирование скорости плавания в различных зонах с преимущественным энергетическим обеспечением у юных пловцов разного возраста и пола : Метод. разработ. для студентов специализации

- плавание и слушателей ИППК РГАФК / Кашкин А.А., Попов О.И.; РГАФК. - М., 1998. - 35 с.: табл.
- 23.Кашкин А.А. Физиологическая характеристика однократных и повторных упражнений в плавании : метод. разработ. для студентов специализации плавание, слушателей ФПК и ВШТ ГЦОЛИФКа / Кашкин А.А.; ГЦОЛИФК. - М., 1992. - 64 с.: табл.
- 24.Лафлин, Т. Как рыба в воде : Эффектив. техники плавания, доступ. каждому / Терри Лафлин ; пер. с англ., под ред. Максима Буслаева. - М.: Манн, Иванов и Фербер, 2012. - 216 с.
- 25.Лафлин, Т. Полное погружение : Как плавать лучше, быстрее и легче : / ТерриЛафлин, ДжонДелвз = TerryLaughlin, JohnDelves ; подред. Максима Буслаева. - 2-е изд. - М.: Манн, Иванов и Фербер, 2012. - 195 с.
- 26.Лоуренс Д. Аквааэробика. Упражнения в воде / Пер. с англ. А. Озерова. - М.: Гранд-Фаир, 2000. - 255 с.: ил.
- 27.Макаренко Л.П. Профессионально-педагогическое мастерство тренера ДЮСШ по плаванию : Учеб. пособие для студентов тренерского факультета и слушателей факультета усовершенствования ГЦОЛИФКа / Макаренко Леонид Прокопьевич. - М.: б. и., 1986. - 36 с.
- 28.Макаренко Л.П. Соревновательная деятельность высококвалифицированных пловцов-спринтеров : Учеб. пособие слушателей ИПК и ФПК, тренеров по плаванию / Макаренко Л.П.; РГУФК. - М., 2003. - 105 с.: ил.
- 29.Макаренко Л.П. Соревновательная деятельность высококвалифицированных пловцов-стайеров : Учеб. пособие слушателей ИПК и ФПК, тренеров по плаванию / Макаренко Л.П.; РГУФК. - М., 2003. - 159 с.: Табл.: Ил.
- 30.Маклауд, Й. Анатомия плавания : [пер. с англ.] / Йен Маклауд. - [2-е изд.]. - Минск: Поппури, [2013]. - 195 с.
- 31.Максимова, М.Н. Теория и методика синхронного плавания : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих

- образоват. деятельность по направлению 034300.62 : рек. Умо вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры / М.Н. Максимова. - М.: Сов. спорт, 2012. - 304 с.
- 32.Медико-биологический контроль функционального состояния и работоспособности пловцов в тренировочном и соревновательном процессах : [метод. рекомендации] / [А.Н. Поликарпочкин [и др.]]. - М.: Сов. спорт, 2014. - 127 с
- 33.Морозов С.Н. Прикладное плавание : учеб. пособие / С.Н. Морозов, Е.А. Табакова ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2008. - 96 с.
- 34.Обучение плаванию детей младшего школьного возраста [Электронный ресурс] : метод. рекомендации по изучению курса : дисциплина по выбору для студентов, обучающихся по направлению подгот. 034300.62 : профиль "Спортив. подгот." : квалификация (степень) выпускника - Бакалавр : формы обучения - оч., заоч. : утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / [сост.: Мехтелева Е.А. [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., 2015. - 70 с.
- 35.Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание : учеб. пособие для студентов, обучающихся по специальности 022500 - Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, 022300 - Физ. культура и спорт, 022400 - Рекреация и спортив.-оздоров. туризм / [Н.Ж. Булгакова [и др.]]. - 2-е изд., стер. - М.: АCADEMIA, 2008. - 429 с.
- 36.Озолин Н.Г. Настольная книга тренера : Наука побеждать / Озолин Николай Георгиевич. - М.: АСТ: Астрель, 2003. - 863 с.: ил.
- 37.Орлов Д.В. Акваланг и подводное плавание / Орлов Д.В., Сафонов М.В. - М.: Подвод. Клуб МГУ им. М. В. Ломоносова, 1998. - 285 с.: ил.
- 38.Оценка специальной подготовленности и гидродинамических качеств пловцов : Деловые игры : учеб. пособие для слушателей ИПК и ППК,

- студентов специализации плавания физкультур. ВУЗов / [сост. А.А. Кашкин] ; Рос. гос. ун-т физ. культуры. - М., 2005. - 172 с.: табл.
- 39.Петрова Н.Л. Плавание : техника обучения детей с ран. возраста / Н.Л. Петрова, В.А. Баранов. - М.: Гранд-Фаир, 2008. - 119 с.: ил.
- 40.Плавание / ред. Платонов В.Н. - Киев: Олимп. лит., 2000. - 495 с.: ил.
- 41.Плавание. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва / А.А. Кашкин, О.И. Попов, В.В. Смирнов. – М.: Советский спорт, 2004. – 216 с.
- 42.Попов О.И. Медико-биологические основы проявления выносливости у пловцов : метод. разраб. для студентов специализации плавание и слушателей РГАФК / О.И. Попов, А.А. Кашкин ; Рос. гос. акад. физ. культуры. - М., 1998. - 33 с.: табл.
- 43.Попов О.И. Основы построение тренировки квалифицированных пловцов [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов спец. "Плавание" / О.И. Попов, В.В. Смирнов ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: РИО РГУФК, 2005. - 108 с.
- 44.Система подготовки спортивного резерва / ВНИИФК. - М., 1994. - 319 с.: табл.
- 45.Современная система спортивной подготовки / ред. Суслов Ф.П. [и др.]. - М.: [СААМ], 1995. - 446 с.: ил.
- 46.Современные аспекты спортивной тренировки в плавании за рубежом : науч.-метод. пособие / сост.: Ю.В. Корягина, В.А. Аикин ; М-во спорта РФ, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2015. - 31 с.
- 47.Соломатин В.Р. Индивидуализация многолетней тренировки в спортивном плавании : монография / В.Р. Соломатин. - М.: физ. культура, 2009. - 241 с.: ил.
- 48.Соломатин В.Р. Медико-биологические основы и методы развития выносливости пловца : учеб. пособие для студентов и слушателей фак.

- повышения квалификации ГЦОЛИФКа / В.Р. Соломатин ; Гос. центр. ордена Ленина ин-т физ. культуры. - М., 1991. - 47 с.
49. Спортивное плавание : учеб. для вузов физ. культуры : доп. Ком. по физ. культуре и туризму / ред. Булгакова Н.Ж. - М.: ФОН, 1996. - 429 с.: ил.
50. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению "Физ. культура" : рек. Умо вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры / под ред. А.А. Литвинова. - 2-е изд., стер. - М.: Academia, 2014. - 268 с.
51. Тренировка и спортивный отбор пловцов на этапах многолетней подготовки [Электронный ресурс] : учеб. пособие по дисциплине "Теория и методика избр. вида спорта (плавание)" : для студентов, обучающихся по направлению подгот. 49.03.01 : профиль подгот. "Спорт подгот." : утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / сост.: Булгакова Н.Ж. [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)", Каф. теории и методики спортив. и синхрон. плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло. - М., 2015.
52. Уильямс М. Эргогенные средства в системе спортивной подготовки : учеб. пособие / Уильямс М. - Киев: Олимпийская лит., 1997. - 255 с.: ил.
53. Фомиченко Т.Г. Совершенствование силовой и технической подготовленности пловцов различных возрастных групп / Фомиченко Татьяна Германовна. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 103 с.: ил.
54. Фомиченко Т.Г. Современные проблемы спортивного плавания / Фомиченко Т.Г.; РГАФК. - М.: ФОРНИ, 2001. - 50 с.
55. Фомиченко, Т.Г. Особенности психологической подготовки квалифицированных пловцов : теория и методика избр. вида спорта (плавание) : метод. рекомендации для студентов, обучающихся по направлению 034300.62 : профиль подгот. "Спорт. подгот." :

квалификация (степень) выпускника - Бакалавр : [утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ"] / [Фомиченко Т.Г.] ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. теории и методики спортив. и синхрон. плавания, аквааэробики, прыжков в воду и вод. поло. - М., 2012. - 32 с.

56. Фролов, С.Н. Методики обучения технике водного поло [Электронный ресурс] : курс лекций по теории и методике избр. вида спорта (водное поло) : направление подгот. 49.03.01 : профиль подгот. "Спортив. подгот." : рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВО РГУФКСМиТ / Фролов С.Н., Чистова Н.А. ; 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.

57. Хальянд Р.Б. Модели техники спортивных способов плавания с методикой совершенствования и контроля : Учеб. материал / Хальянд Рейн Борисович, Тамп Тоомас Александрович, Каал Райво Кейнвич. - Таллин: Таллин. ГПИ, 1984. - 98 с.: ил.

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

1. Официальный сайт FINA <http://www.fina.org/>

2. Официальный сайт Европейской федерации плавания LEN – <http://www.lenweb.org/main.php>

3. Официальный сайт Всероссийской федерации плавания – <http://www.russwimming.ru/>

4. Российские новости <http://swimming.ru/>

5. Статистика по чемпионатам мира с начала их проведения http://en.wikipedia.org/wiki/Swimming_world_championships

6. Хронология мировых рекордов на отдельных дистанциях с момента регистрации http://en.wikipedia.org/wiki/Swimming_world_records

7. База данных олимпийской статистики <http://www.sports-reference.com>

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

1. Операционная система – Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - AdobeAcrobatDC.
5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru

Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

- 1.Динамометрическая установка для определения силы тяги, развиваемая пловцом на суше и в воде
- 2.Спидограф для определения изменений внутрицикловой скорости плавания.
- 3.Передвижная видео установка «Дельфин» для визуальной оценки подводной части гребковых движений в плавании.
- 4.Видео камера для оценки внешних параметров техники плавания.
- 5.Бокс для подводной видеосъёмки техники плавания.
- 6.«Биокинетик» тренажер для оценки специальной работоспособности пловца.
- 7.Антропометр.
- 8.Калипер (измеритель кожножировой прослойки).
- 9.Динамометр становой.
- 10.Тренажер Хьюттеля-Мертенса для развития и оценки уровня развития специфической силы и работоспособности пловца.

- 11.Тренажер «Скайлинк» для развития специфических качеств пловца и коррекции техники движений в плавании.
- 12.Монитор сердечного ритма Polar S 610, 5 штук.
- 13.Перекладина пристенная.
- 14.Видео камера Samsung 1400
- 15.Много функциональный тренажер для развития силы ведущих групп мышц.
- 16.Много функциональная система регистрации времени Colorado Spring.
- 17.Компьютеры: 3 ноутбука, 3 системных блока.
- 18.Видеопроектор Acer

Приложения к рабочей программе дисциплины

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (плавание) для студентов института спорта и физического воспитания 1 курса направление подготовки «Физическая культура» профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной, заочной, заочной ускоренной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1,2 семестры - очная и заочная ускоренная форма обучения;

2.4 - заочная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: *дифференцируемый .зачет*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения	Максимальное кол-во баллов

1	Спортивная тренировка- ведение дневника спортсмена с фиксацией тренировочных нагрузок	<i>В течение семестра</i>	5
2	РГР – графики мировых рекордов		5
3	Прикладное плавание		5
4	Выполнение нормативов не ниже 3 разряда, 50,100 м 4 способами		5
5	Участие в соревнованиях различных рангов		10
6	Анализ техники плавания способом кроль на груди		10
7	Анализ техники плавания способом кроль на груди		10
8	Анализ техники плавания способом брасс		10
9	Анализ техники плавания способом баттерфляй		10
10	Анализ техники стартов и поворотов		5
11	Судейство 6 соревнований		10
12	Диф. зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение нормативов 3 разряда на выбор 200,400 к\п, 800,1500 м	10
2	Прикладное плавание	10
3	Часовое плавание 4000 м	10
4	ИТОГО	30

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Основное требование для допуска к зачету набрать минимум 60 баллов по текущим темам.

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.

Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся
дифференцированным зачетом**

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (плавание) для студентов института спорта и физического воспитания 2 курса направление подготовки «Физическая культура» профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной, заочной, заочной ускоренной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3,4 семестры - очная и заочная ускоренная форма обучения;

5,6 - заочная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: Дифференцированный зачет

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения	Максимальное кол-во баллов
1	Спортивная тренировка		10
2	Водное поло	<i>В течение семестра</i>	10
3	Синхронное плавание		10
4	Судейство соревнований. Участие в соревнованиях		10
5	Подводное плавание		10
6	Начальное обучение плаванию		10
7	Прыжки в воду		10
8	Посещение занятий		10
	Дифференцированный зачет		
	ИТОГО		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Написание реферата «Особенность обучения плаванию детей дошкольного	10

	возраста»	
2	Написание реферата «Особенность занятий с людьми старшего и пожилого возраста»	10
3	Написание реферата «Методы самоконтроля спортсмена»	10
4	Написание реферата «Особенности техники плавания в водном поло»	10
5	Написание реферата «Элементы передвижений в синхронном плавании»	10
6	Призовые места на соревнованиях различного уровня	10
7	Обучении плаванию ГНП - 5 уроков	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Основное требование для допуска к зачету набрать минимум 60 баллов по текущим темам.

В реферате должна быть аргументировано, представлена точка зрения студента, критическая оценка рассматриваемого материала и проблематики. Все литературные ссылки выверяются и оформляются согласно правилам библиографического описания. Не допустимо, включать в свою работу выдержки из работ других авторов без указания на это, пересказывать чужую работу близко к тексту без отсылки к ней, использовать чужие идеи без указания первоисточника. Это касается и источников, найденных в Интернете. Необходимо указывать автора, название документа и полный адрес сайта. Все случаи плагиата должны быть исключены. В конце работы дается исчерпывающий список всех использованных источников.

При оформлении текста на компьютере: интервал полуторный, размер шрифта – 14, отступы: слева – 3 см, сверху и снизу – 2 см, справа – 1 см. Требования к докладу – создание доклада с использованием компьютерных технологий (презентация PowerPoint, Flash–презентация, видео-презентация и др.) и дополнительных источников информации.

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.

Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся дифференцированным зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (плавание) для студентов института спорта и физического воспитания 3 курса направление подготовки «Физическая культура» профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной, заочной, заочной ускоренной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5,6 семестры – очная и заочная ускоренная форма обучения;

7,8 - заочная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	РГР «Особенности многолетней спортивной тренировки»	В течение семестра	10
2	РГР «Оценка эффективности техники старта и поворотов»		10
3	Реферат «Психолого-педагогическая характеристика тренера»		10
4	Проведение тренировочного занятия (конспект)		10
5	Участие и судейство соревнований		30
6	Посещение занятий		10
	дифференцированный зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Написание реферата «Особенности многолетней спортивной тренировки»	20
2	Выполнение РГР «Оценка эффективности техники старта и поворотов»	15
3	Написание реферата «Психолого-педагогическая характеристика тренера»	15
4	Написание конспекта тренировочного занятия	15
5	Написание реферата «Организация и судейство соревнований»	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Основное требование для допуска к зачету набрать минимум 60 баллов по текущим темам.

В реферате должна быть аргументировано, представлена точка зрения студента, критическая оценка рассматриваемого материала и проблематики. Все литературные ссылки выверяются и оформляются согласно правилам библиографического описания. Не допустимо, включать в свою работу выдержки из работ других авторов без указания на это, пересказывать чужую работу близко к тексту без отсылки к ней, использовать чужие идеи без указания первоисточника. Это касается и источников, найденных в Интернете. Необходимо указывать автора, название документа и полный адрес сайта. Все случаи плагиата должны быть исключены. В конце работы дается исчерпывающий список всех использованных источников.

При оформлении текста на компьютере: интервал полуторный, размер шрифта – 14, отступы: слева – 3 см, сверху и снизу – 2 см, справа – 1 см. Требования к докладу – создание доклада с использованием компьютерных технологий (презентация PowerPoint, Flash–презентация, видео-презентация и др.) и дополнительных источников информации.

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.

Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом или дифференцированным зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (плавание) для студентов института спорта и физического воспитания 4 курса направление подготовки «Физическая культура» профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной, заочной, заочной ускоренной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7,8 семестры – очная и заочная ускоренная форма обучения;

9,10 - заочная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: *экзамен*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ²	Максимальное кол-во баллов
1	Реферат «Особенности многолетней спортивной тренировки»	В тече ние семе стра	10
2	Реферат по теме «Спортивный отбор на этапах		10

	многолетней подготовки»		
3	Доклад по теме «Спортивная тренировка»		10
4	Деловая игра: «Построение спортивной тренировки»		10
5	Доклад «Построение спортивной тренировки»		10
6	Реферат «Особенности различных форм занятий плаванием»		10
7	Доклад по теме «Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера-преподавателя»		10
8	Посещение занятий		10
	Экзамен		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос по теме «Особенности многолетней спортивной тренировки»	10
2	Доклад по теме «Спортивный отбор на этапах многолетней подготовки»	10
3	Реферат по теме «Спортивная тренировка»	10
4	Доклад по Научно-исследовательской работе и УИРС	10
5	Доклад по теме «Построение спортивной тренировки»	10
6	Сообщение на тему «Особенности различных форм занятий плаванием»	10
7	Доклад по теме «Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера-преподавателя»	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Основное требование для допуска к экзамену набрать минимум 60 баллов по текущим темам.

В реферате должна быть аргументировано, представлена точка зрения студента, критическая оценка рассматриваемого материала и проблематики. Все литературные ссылки выверяются и оформляются согласно правилам библиографического описания. Не допустимо, включать в свою работу выдержки из работ других авторов без указания на это, пересказывать чужую работу близко к тексту без отсылки к ней, использовать чужие идеи без указания первоисточника. Это касается и источников, найденных в Интернете. Необходимо указывать автора, название документа и полный адрес сайта. Все случаи плагиата должны быть исключены. В конце работы дается исчерпывающий список всех использованных источников.

При оформлении текста на компьютере: интервал полуторный, размер шрифта – 14, отступы: слева – 3 см, сверху и снизу – 2 см, справа – 1 см. Требования к докладу – создание доклада с использованием компьютерных технологий (презентация PowerPoint, Flash–презентация, видео-презентация и др.) и дополнительных источников информации.

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.

Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом

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

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

**Кафедра теории и методики спортивного и синхронного плавания,
акваэробики, прыжков в воду и водного поло**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
«Б.1.В.ДВ.16 СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (ПЛАВАНИЕ)»**

Направление подготовки: 49.03.01 «Физическая культура»

Профиль: «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»

Уровень образования: *бакалавриат*

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

Год набора 2016г.

Москва – 2017г.

1.Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц.

2.Семестры освоения дисциплины: 1-8 очная, заочная ускоренная форма обучения, 2-10 заочная

Цель освоения дисциплины: Целью освоения учебной дисциплины является повысить уровень спортивной подготовленности и уровень индивидуальных профессиональных знаний студентов по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (плавание)», а так же развить умения и навыки необходимых тренеру – преподавателю и инструктору по спортивному плаванию и водных видов спорта, которые выпускник сможет успешно применять в своей дальнейшей научной, спортивной или рабочей деятельности в спортивных учреждениях на высоком методическом уровне.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине наименование	Этап формирования компетенции		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-2	<i>Знать:</i> - основы дидактики; - основы теории и методики физической культуры; - медико-биологические и психологические особенности различных категорий занимающихся; - методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта; - требования образовательных стандартов.	3		5
	<i>Уметь:</i> - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры; - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов;	4		6
	<i>Владеть:</i> - навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта.	4		6

ОПК-3	<i>Знать:</i> основы теории физической культуры и теории спорта, особенности тренировочной и соревновательной деятельности в спортивном плавании, основные положения стандарта по спортивной подготовке в спортивном плавании	5		7
	<i>Уметь:</i> определять наиболее значимые аспекты подготовки в спортивном плавании, осуществлять планирование тренировочных занятий в спортивном плавании на основе положений теории и методики физической культуры и стандартов спортивной подготовки	6		8
	<i>Владеть:</i> навыками рационального построения и перспективного планирования тренировочного процесса и соревновательной деятельности в спортивном плавании,	6		8
ОПК-5	<i>Знать:</i> - средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений; - основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии; - основы спортивной метрологии.	5		7
	<i>Уметь:</i> осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.	6		8
	<i>Владеть:</i> навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев.	6		8
ОПК-8	<i>Знать:</i> - правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта; - документы планирования и проведения соревнований; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - обязанности организаторов и судей соревнования; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.	1		3
	<i>Уметь:</i> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.	2		4
	<i>Владеть:</i> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.	2		4
ПК-10	<i>Знать:</i> основы проведения спортивного отбора, эффективные методики определению антропометрических, физических и психических особенностей, возрастные и половые особенности	7		9

	<i>Уметь:</i> рационально подходить к выбору средств и методов отбора в спортивном плавании, эффективно применять их в профессиональной деятельности, осуществлять спортивный отбор построенный на объективной и комплексной оценке исходных данных	7		9
	<i>Владеть:</i> навыками применения современных методик и подходов к проведению спортивного отбора в спортивном плавании, проводить грамотную профориентацию на основе полученных данных	7		9
ПК-11	<i>Знать:</i> основы теории спорта, особенности планирования и структуры тренировочной и соревновательной в детско-юношеском спорте, основные положения стандарта по спортивной подготовке в спортивном плавании	5		7
	<i>Уметь:</i> выбирать средства и методы подготовки в избранном виде спорта, эффективно осуществлять планирование тренировочного процесса при работе с данным контингентом, оценивать результаты профессиональной деятельности	6		8
	<i>Владеть:</i> навыками оперативной коррекции тренировочных планов, дифференцированного подхода к выбору средств и методов подготовки и составлению программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта	6		8
ПК-14	<i>Знать:</i> особенности тренировочной и соревновательной деятельности в спортивном плавании, специфику выполнения основных двигательных действий в спортивном плавании, лимитирующие факторы успешной реализации спортивной формы	1		3
	<i>Уметь:</i> применять в тренировочной и соревновательной деятельности новейшие технологии управления спортивной формой	2		4
	<i>Владеть:</i> навыками применения современных спортивных, оздоровительных, научных технологий для совершенствования уровня индивидуального спортивного мастерства	2		4
ПК-15	<i>Знать:</i> физиологию, психологию, биохимию, основные методики оценки состояния организма, средства и методы профилактики травматизма и перенапряжения, основные средства и методы восстановления в спорте	3		5
	<i>Уметь:</i> рационально подходить к выбору средств и методов тренировки, определять с помощью имеющихся средств текущее состояние, обоснованно вносить коррекцию в тренировочные планы	4		6
	<i>Владеть:</i> навыками оперативного и точного определения текущего состояния, построения перспективного плана подготовки,	4		6

4.Краткое содержание дисциплины:

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

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

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	1-й курс						
2	Раздел 1. Спортивное совершенствование			20	60		
3	1.1. Техника плавания кролем на груди	1		4	20		
4	1.2. Техника плавания кролем на спине	1		4	20		
5	1.6. Спортивная тренировка	1		12	20		
6	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			10	18		
7	2.3. Организация и проведение соревнований	1		10	18		
8	Итого за 1-й семестр			30	78		
9	Раздел 1. Спортивное совершенствование			18	55		
10	1.3. Техника плавания брассом	2		4	14		
11	1.4. Техника плавания баттерфляем	2		4	14		
12	1.5. Техника стартов и поворотов	2		4	14		
13	1.6. Спортивная тренировка	2		6	13		
14	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			12	32		
15	2.1. Обучение плаванию	2		6	16		
16	2.2. Прикладное плавание	2		6	16		
17		2				9	Экзамен
18	Итого за 2-й семестр			30	87	9	
19	Всего за 1-й курс			60	165	9	
20	2-й курс						
21	Раздел 1. Спортивное совершенствование			14	7		
22	1.6. Спортивная тренировка	3		6	3		
23	1.7. Водное поло	3		4	2		
24	1.8. Синхронное плавание	3		4	2		
25	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			16	8		
26	2.1. Обучение плаванию	3		8	4		

27	2.2. Прикладное плавание	3		8	4		
28	Итого за 3-й семестр			30	15		
29	Раздел 1. Спортивное совершенствование			18	24		
30	1.6. Спортивная тренировка	4		14	12		
31	1.9. Прыжки в воду	4		4	12		
32	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			12	18		
33	2.1. Обучение плаванию	4		12	18		
34		4				9	Экзамен
35	Итого за 4-й семестр			30	42	9	
36	Всего за 2-й курс			60	57	9	
37	3-й курс						
38	Раздел 1. Спортивное совершенствование			26	4		
39	1.6. Спортивная тренировка	5		8			
40	1.10. Общая физическая подготовка на суше	5		4	1		
41	1.11. Средства и методы развития силы	5		4	1		
42	1.12. Средства и методы развития выносливости	5		4	1		
43	1.17. Построение спортивной тренировки	5		6	1		
44	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			4	2		
45	2.7. Научно-исследовательская работа и УИРС	5		4	2		
46	Итого за 5-й семестр			30	6		
47	Раздел 1. Спортивное совершенствование			22	5		
48	1.6. Спортивная тренировка	6		8	1		
49	1.13. Средства и методы развития скоростных способностей	6		4	1		
50	1.14. Средства и методы развития гибкости	6		4	1		
51	1.15. Средства и методы развития координационных способностей	6		2	1		
52	1.16. Техничко-тактическая подготовленность пловца	6		4	1		
53	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			8	1		
54	2.4. Проведение учебно-тренировочных занятий	6		8	1		
55		6				9	Экзамен
56	Итого за 6-й семестр			30	6	9	
57	Всего за 3-й курс			60	12	9	
58	4-й курс						
59	Раздел 1. Спортивное совершенствование			20	88		
60	1.6. Спортивная тренировка	7		10	44		
61	1.18. Особенности многолетней спортивной тренировки	7		10	44		
62	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			10	44		
63	2.6. Спортивный отбор на этапах многолетней подготовки	7		10	44		
64	Итого за 7-й семестр			30	132		
65	Раздел 1. Спортивное совершенствование			14	36		
66	1.6. Спортивная тренировка	8		8	18		

67	1.18. Особенности многолетней спортивной тренировки	8		6	18		
68	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			16	42		
69	2.5. Особенности различных форм занятий плаванием	8		6	14		
70	2.7. Научно-исследовательская работа и УИРС	8		6	14		
71	2.8. Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера-преподавателя	8		4	14		
72		8				9	Экзамен
73	Итого за 8-й семестр			30	78	9	
74	Всего за 4-й курс			60	210	9	
75	Всего по учебному плану			240	444	36	

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	1-й курс						
2	Раздел 1. Спортивное совершенствование			2	34		
3	1.6. Спортивная тренировка	1		2	34		
4	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			2	32		
5	2.3. Организация и проведение соревнований	1		2	32		
6	Итого за 1-й семестр			4	66		
7	Раздел 1. Спортивное совершенствование			4	34		
8	1.6. Спортивная тренировка	2		4	34		
9	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			2	34		
10	2.3. Организация и проведение соревнований	2		2	34		
11	Итого за 2-й семестр			6	68		
12	Всего за 1-й курс			10	134		
13	2-й курс						
14	Раздел 1. Спортивное совершенствование			6	48		
15	1.1. Техника плавания кролем на груди	3		2	16		
16	1.2. Техника плавания кролем на спине	3		2	16		
17	1.6. Спортивная тренировка	3		2	16		
18	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			2	16		

19	2.3. Организация и проведение соревнований	3		2	16		
20	Итого за 3-й семестр			8	64		
21	Раздел 1. Спортивное совершенствование			5	44		
22	1.3. Техника плавания брассом	4		1	10		
23	1.4. Техника плавания баттерфляем	4		1	10		
24	1.5. Техника стартов и поворотов	4		1	12		
25	1.6. Спортивная тренировка	4		2	12		
26	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			3	20		
27	2.1. Обучение плаванию	4		2	10		
28	2.2. Прикладное плавание	4		1	10		
29	Итого за 4-й семестр			8	64		
30	Всего за 2-й курс			16	128		
31	3-й курс						
32	Раздел 1. Спортивное совершенствование			4	40		
33	1.6. Спортивная тренировка	5		2	16		
34	1.7. Водное поло	5		1	12		
35	1.8. Синхронное плавание	5		1	12		
36	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			4	24		
37	2.1. Обучение плаванию	5		2	12		
38	2.2. Прикладное плавание	5		2	12		
39	Итого за 5-й семестр			8	64		
40	Раздел 1. Спортивное совершенствование			4	44		
41	1.6. Спортивная тренировка	6		2	26		
42	1.9. Прыжки в воду	6		2	18		
43	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			4	20		
44	2.1. Обучение плаванию	6		4	20		
45	Итого за 6-й семестр			8	64		
46	Всего за 3-й курс			16	128		
47	4-й курс						
48	Раздел 1. Спортивное совершенствование			7	54		
49	1.6. Спортивная тренировка	7		2	12		
50	1.10. Общая физическая подготовка на суше	7		1	10		
51	1.11. Средства и методы развития силы	7		1	10		
52	1.12. Средства и методы развития выносливости	7		1	10		
53	1.17. Построение спортивной тренировки	7		2	12		
54	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			1	10		
55	2.7. Научно-исследовательская работа и УИРС	7		1	10		
56	Итого за 7-й семестр			8	64		
57	Раздел 1. Спортивное совершенствование			6	52		
58	1.6. Спортивная тренировка	8		2	12		
59	1.13. Средства и методы развития скоростных способностей	8		1	10		
60	1.14. Средства и методы развития гибкости	8		1	10		
61	1.15. Средства и методы развития координационных способностей	8		1	10		
62	1.16. Техничко-тактическая подготовленность	8		1	10		

	Пловца						
63	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			2	12		
64	2.4. Проведение учебно-тренировочных занятий	8		2	12		
65	Итого за 8-й семестр			8	64		
66	Всего за 4-й курс			16	128		
67	5-й курс						
68	Раздел 1. Спортивное совершенствование			12	32		
69	1.6. Спортивная тренировка	9		6	16		
70	1.18. Особенности многолетней спортивной тренировки	9		6	16		
71	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			4	18		
72	2.6. Спортивный отбор на этапах многолетней подготовки	9		4	18		
73	Итого за 9-й семестр			16	50		
74	Раздел 1. Спортивное совершенствование			8	24		
75	1.6. Спортивная тренировка	10		4	12		
76	1.18. Особенности многолетней спортивной тренировки	10		4	12		
77	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			8	29		
78	2.5. Особенности различных форм занятий плаванием	10		2	10		
79	2.7. Научно-исследовательская работа и УИРС	10		4	10		
80	2.8. Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера-преподавателя	10		2	9		
81		10				9	Экзамен
82	Итого за 10-й семестр			16	53	9	
83	Всего за 5-й курс			32	103	9	
84	Всего по учебному плану			90	621	9	

Форма обучения заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)

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

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	1-й курс						
2	Раздел 1. Спортивное совершенствование			5	72		

3	1.1. Техника плавания кролем на груди	1	2	24		
4	1.2. Техника плавания кролем на спине	1	2	24		
5	1.6. Спортивная тренировка	1	1	24		
6	Раздел 2. Педагогическое совершенствование		1	28		
7	2.3. Организация и проведение соревнований	1	1	28		
8	Итого за 1-й семестр		6	100		
9	Раздел 1. Спортивное совершенствование		2	72		
10	1.3. Техника плавания брассом	2	1	18		
11	1.4. Техника плавания баттерфляем	2	1	18		
12	1.5. Техника стартов и поворотов	2		18		
13	1.6. Спортивная тренировка	2		18		
14	Раздел 2. Педагогическое совершенствование		2	34		
15	2.1. Обучение плаванию	2	1	18		
16	2.2. Прикладное плавание	2	1	16		
17	Экзамен	2				
18	Итого за 2-й семестр		4	106		
19	Всего за 1-й курс		10	206		
20	2-й курс					
21	Раздел 1. Спортивное совершенствование		4	30		
22	1.6. Спортивная тренировка	3	2	10		
23	1.7. Водное поло	3	1	10		
24	1.8. Синхронное плавание	3	1	10		
25	Раздел 2. Педагогическое совершенствование		4	16		
26	2.1. Обучение плаванию	3	2	8		
27	2.2. Прикладное плавание	3	2	8		
28	Итого за 3-й семестр		8	46		
29	Раздел 1. Спортивное совершенствование		4	28		
30	1.6. Спортивная тренировка	4	2	14		
31	1.9. Прыжки в воду	4	2	14		
32	Раздел 2. Педагогическое совершенствование		2	20		
33	2.1. Обучение плаванию	4	2	20		
34	Итого за 4-й семестр		6	48		
35	Всего за 2-й курс		14	94		
36	3-й курс					
37	Раздел 1. Спортивное совершенствование		6	50		
38	1.6. Спортивная тренировка	5	1			
39	1.10. Общая физическая подготовка на суше	5	1	12		
40	1.11. Средства и методы развития силы	5	1	12		
41	1.12. Средства и методы развития выносливости	5	1	12		
42	1.17. Построение спортивной тренировки	5	2	14		
43	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			14		
44	2.7. Научно-исследовательская работа и УИРС	5		14		
45	Итого за 5-й семестр		6	64		
46	Раздел 1. Спортивное совершенствование		3	60		

47	1.6. Спортивная тренировка	6		1	12		
48	1.13. Средства и методы развития скоростных способностей	6		1	12		
49	1.14. Средства и методы развития гибкости	6		1	12		
50	1.15. Средства и методы развития координационных способностей	6			12		
51	1.16. Техничко-тактическая подготовленность пловца	6			12		
52	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			1	10		
53	2.4. Проведение учебно-тренировочных занятий	6		1	10		
54	Итого за 6-й семестр			4	70		
55	Всего за 3-й курс			10	134		
56	4-й курс						
57	Раздел 1. Спортивное совершенствование			2	68		
58	1.6. Спортивная тренировка	7		1	34		
59	1.18. Особенности многолетней спортивной тренировки	7		1	34		
60	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			2	36		
61	2.6. Спортивный отбор на этапах многолетней подготовки	7		2	36		
62	Итого за 7-й семестр			4	104		
63	Раздел 1. Спортивное совершенствование			2	52		
64	1.6. Спортивная тренировка	8			20		
65	1.18. Особенности многолетней спортивной тренировки	8		2	32		
66	Раздел 2. Педагогическое совершенствование			4	77		
67	2.5. Особенности различных форм занятий плаванием	8		2	28		
68	2.7. Научно-исследовательская работа и УИРС	8		1	28		
69	2.8. Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера-преподавателя	8		1	21		
70		8				9	Экзамен
71	Итого за 8-й семестр			6	129	9	
72	Всего за 4-й курс			10	233	9	
73	Всего по тематическому плану			44	667	9	

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра ТиМ Прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (Подводный спорт и дайвинг)»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Институт 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
Протокол № 36 от «22» 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.

Составитель:

Каменщикова А.В. преподаватель кафедры теории и методики прикладных
видов спорта и экстремальной деятельности (подводный спорт и дайвинг)

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

Рецензент:

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

1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) СПС (подводный спорт) является:

- повысить уровень спортивной подготовленности и уровень индивидуальных профессиональных знаний студентов;
- развить умения и навыки необходимых тренеру – преподавателю и инструктору по подводному плаванию и дайвингу, которые выпускник сможет успешно применять в своей дальнейшей научной, спортивной или рабочей деятельности в спортивных учреждениях на высоком методическом уровне;
- сохранение и укрепление здоровья студентов, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма; развитие общих и специальных физических качеств;
- поддержание высокого уровня спортивной подготовленности студентов на протяжении всего периода обучения, достаточного для выполнения практических заданий при изучении материала курса специализации;
- вовлечение студентов в спортивную жизнь университета, привлечение их к регулярным занятиям спортом и участию в соревнованиях, формирование готовности к самостоятельной организации спортивных мероприятий;
- формирование компетенций на основе полученных знаний и практической готовности к самостоятельному, творческому решению воспитательных, оздоровительных и тренировочных задач;
- воспитание у студентов высоких моральных, волевых и физических качеств для реализации установленных программой общекультурных и профессиональных компетенций;
- раскрыть технологию труда тренера по подводному спорту, вооружить профессиональными умениями и навыками спортивной тренировки, техническими и методическими приемами.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (подводный спорт и дайвинг)» 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 подводного спорта и дайвинга.

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 подводного спорта видам спорта. Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

3.

Пер

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-2	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий в различных видах подводного спорта; – методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пловцов-подводников. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по видам подводного спорта; – применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки пловцов-подводников. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по видам подводного спорта с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры; – навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пловцов-подводников. 			1-2

	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных видах подводного спорта. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по видам подводного спорта. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по видам подводного спорта с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры. 			5-6
ОПК-3	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в подводном спорте на начальном и тренировочном этапах подготовки. 			7-8
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в подводном спорте на этапе совершенствования спортивного мастерства. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в подводном спорте с учетом особенностей, занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства. 			9-10
ОПК-5	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы правильной техники выполнения основных соревновательных упражнений в подводном спорте <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать технику выполнения упражнений в подводных видах спорта 			3-4
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать тактику в подводных видах спорта и дайвинга 			5-6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня работоспособности спортсменов в подводных видах спорта 			7-8
ОПК-8	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции младших судей по скоростному плаванию в ластах 			3-4
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции младших судей по фридайвингу 			3-4
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками организации и проведения соревнований в отдельных видах подводного спорта 			9-10

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 подводных видах спорта 			7-8
ПК-11	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки во фридайвинге 			5-6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по подводному спорту 			9-10
ПК-14	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – владеть техникой подводных видов спорта 			3-4
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий подводных видов спорта 			5-6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий подводных видов спорта 			7-8
ПК-15	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять самоконтроль на занятиях различными видами подводных видов спорта 			5-6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности – оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности. 			9-10

1. Структура и содержание дисциплины (модуля)

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

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

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (Подводный спорт и дайвинг)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоёмкость (в часах)		Форма промежуточной аттестации (<i>по семестрам</i>)	
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
I курс	Всего: 144 часов (4 зачётные единицы)	1-2	10	134		Диффер. зачёт
1	МОДУЛЬ 1. Обучение спортивной технике		10	134		
1.1	Основы техники в различных дисциплинах подводного спорта (скоростные виды, фридайвинг, подводная охота, подводная стрельба)		2	32		
1.2	Структура «эталонной» техники в различных дисциплинах		2	28		

	подводного спорта					
1.3	Эффективность техники в переменных условиях деятельности (в открытой и закрытой воде)		2	28		
1.4	Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий		2	26		
1.5	Моделирование индивидуальной техники		2	20		
II курс	Всего: 144часов (4 зачётные единицы)	3-4	16	128		Диффер. зачёт
2	МОДУЛЬ 2. Методика развития физических качеств		16	128		
2.1	Методика физической подготовки в подводном спорте		4	32		
2.2	Средства и методы развития физических качеств на этапе начальной подготовки и на учебно-тренировочном этапе в подводном спорте		4	28		
2.3	Средства и методы развития физических качеств на этапе совершенствования спортивного мастерства в подводном спорте		4	24		
2.4	Особенности совершенствования физических качеств на этапе высшего спортивного мастерства в подводном спорте		2	28		
2.5	Моделирование индивидуальных двигательных качеств в подводном спорте		2	16		
III курс	Всего: 144часов (4 зачётные единицы)	5-6	16	128		Диффер. зачёт
3	МОДУЛЬ 3. Управление динамикой подготовленности в годичном и многолетнем циклах		16	128		
3.1	Организационно-методические основы планирования УТЗ		4	32		
3.2	Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки подводного пловца.		4	22		
3.3	Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки подводного пловца.		4	28		
3.4	Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке спортсменов высокой квалификации		2	28		
3.5	Контроль тренировочного		2	18		

	процесса и его эффективности					
IV курс	Всего: 144 часов (4 зачётные единицы)	7-8	16	128		Диффер. зачёт
4	МОДУЛЬ 4. Организация соревнований и их судейство	7	8	64		
4.1	Документы планирования и судейства соревнований		2	12		
4.2	Организация и судейство соревнований в индивидуальных и командных дисциплинах		2	10		
4.3	Организация и судейство массовых соревнований		2	14		
4.4	Особенности организации и судейства соревнований новых соревновательных дисциплин (фридайвинг, акватлон)		2	8		
5	Модуль 5. Методика прикладной деятельности по дополнительной профессиональной подготовке сотрудников спец. служб	8	8	64		
5.1	Методика подготовки сотрудников спец. служб по плаванию в ластах		4	22		
5.2	Методика подготовки сотрудников спец. служб по фридайвингу		2	18		
5.3	Методика обучения выполнению погружений в аппаратах замкнутого цикла последнего поколения		2	24		
V курс	Всего: 144 часов (4 зачётные единицы)	9-10	32	103	9	Экзамен
6	МОДУЛЬ 6. Педагогические особенности подготовки в экстремальных дисциплинах подводного спорта		32	103		
6.1	Особенности проведения подготовки специальной направленности для развития координационных способностей		8	28		
6.2	Особенности обучения выходу из внештатных ситуаций		8	24		

6.3	Обеспечение безопасности учебных занятий при освоении экстремальных дисциплин подводного спорта		8	28		
6.4	Первая помощь при повреждениях у подводных пловцов		8	23		
Всего: 720 часов (20 зачётных единиц)			90	621	9	

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

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

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

5.2.1 Содержание зачетных требований для студентов I-го года заочной формы обучения (2 семестр):

Вопросы для устного ответа:

- 1.Подводное плавание на современном этапе и тенденции развития.
- 2.Термины и понятия.
- 3.Современные тенденции в разработках снаряжения для подводного плавания.
- 4.Эволюция моноласты как плавникового движителя и влияние ее на кинематику биотехнической системы спортсменов-моноласт.
- 5.Система средств восстановления работоспособности спортсмена в подводном спорте.
- 6.Роль и задачи различных организаций в подготовке спортсменов – подводников.
- 7.Нормативно-правовое обеспечение соревнований.
- 8.Врачебный контроль за подготовкой спортсмена. Допуск спортсмена к
- 9.соревнованиям.
- 10.Меры безопасности при проведении занятий по плаванию в ластах.
- 11.Инвентарь для плавания в ластах. Разборка и ремонт акваланга.
- 12.Изготовление моноласты. Эксплуатация спортивного инвентаря.
- 13.Современные представления о системе спортивной тренировки пловцов-подводников.
- 14.Закономерности и принципы спортивной тренировки пловцов-подводников.
- 15.Методика технической подготовки пловцов-подводников.
- 16.Роль и место тактики в тренировочном процессе.

17. Организация судейства соревнований по плаванию в ластах.
18. Регламент подготовки и проведения соревнований.
19. Меры безопасности при проведении занятий по плаванию в ластах. Правила и приёмы оказания первой помощи при возможных несчастных случаях.
20. Планирование многолетней подготовки пловцов-подводников. Специфика циклов подготовки, особенности подготовки к соревнованиям.
21. Составить таблицу характерных ошибок в технике, причин их возникновения и эффективных способов устранения.
22. Провести анализ параметров техники ведущих подводных пловцов России и мира.
23. Моделирование индивидуального тактико-технического варианта ведения соревновательной борьбы.
24. Провести самоанализ индивидуальной техники с выявлением слабых и сильных сторон подготовленности.
25. Дать классификацию тренировочных упражнений, обеспечивающих развивающие воздействия на базовые физические качества.
26. Составить методические рекомендации (регламент) организации и проведения тренировки методом групповых и индивидуальных занятий.
27. Моделирование мезо и макроциклов для спортивной специализированной тренировки.
28. Разработать перечень и порядок осуществления мер по рационализации общего режима жизни, отдыха и питания, использованию массажа, сауны и других вне тренировочных факторов, содействующих эффективности тренировочного процесса.
29. Сделать сравнительный анализ тренировочных воздействий и динамики тренированности на основе анализа параметров тренировочной нагрузки и результатов контрольных упражнений, зафиксированных в спортивном дневнике.
30. Разработать план мероприятий по подготовке и проведению соревнований.

5.2.2 Содержание зачетных требований для студентов II-го года заочной формы обучения (4 семестр):

Вопросы для устного ответа:

1. Дать характеристику различным видам ныряния с задержкой дыхания в бассейне и на открытой воде.
2. Рассказать, какое снаряжение применяется для различных видов ныряния с задержкой дыхания.
3. Раскрыть физические основы ныряния с задержкой дыхания.
4. Объяснить причины баротравм у фридайверов и расскажите о доврачебной помощи при их возникновении.
5. Рассказать о мерах предупреждения баротравм.
6. Объяснить причины возникновения декомпрессионной болезни. Рассказать о доврачебной помощи при возникновении декомпрессионной болезни.
7. Рассказать об особенностях газообмена в организме при нырянии в длину.
8. Рассказать о процессах срочной адаптации организма при нырянии в длину.
9. Рассказать об особенностях газообмена в организме при нырянии в глубину под воздействием изменения гидростатического давления.

10. Рассказать о процессах срочной адаптации организма к воздействию давления при погружении с задержкой дыхания.
11. Раскрыть причину потери «моторного контроля» и потери сознания при нырянии. Дайте характеристику различным степеням гипоксии у фридайверов.
12. Рассказать о факторах «провокации» потери сознания при нырянии.
13. Рассказать о мерах предупреждения возникновения потери сознания.
14. Рассказать об опасных ситуациях, возникающих во время ныряния.
15. Рассказать о технике безопасности при организации ныряния в бассейне.
16. Рассказать о технике безопасности при организации погружений на открытой воде.
17. Дать анализ техники ныряния в длину без ласт.
18. Дать анализ техники ныряния в глубину без ласт.
19. Дать анализ техники ныряния в длину в моноласте.
20. Дать анализ техники ныряния в глубину в моноласте.
21. Дать анализ техники ныряния в глубину в биластах.
22. Дать анализ техники ныряния в свободном погружении.
23. Раскрыть зоны дистанции при нырянии в глубину.
24. Дать характеристику тактики ныряния в длину без ласт (скорость, темп, шаг).
25. Рассказа о тактике погружения в глубину без ласт.
26. Дать характеристику техники тактики ныряния в длину в ластах (скорость, темп, шаг).
27. Рассказать о тактике погружения в глубину в ластах.
28. Рассказать о физических качествах, уровень развития которых способствует повышению работоспособности во фридайвинге.
29. Расскажите о средствах физической подготовки во фридайвинге.
30. Расскажите о методах спортивной тренировки во фридайвинге в бассейне и на открытой воде.
31. Раскройте зоны интенсивности гипоксической нагрузки.
32. Расскажите о построении занятий в бассейне и на открытой воде.
33. Расскажите о построении микроцикла, мезоцикла, макроцикла.
34. Расскажите об этапах многолетней подготовки фридайвера.
35. Объясните причины баротравм у фридайверов и расскажите о доврачебной помощи при их возникновении.
36. Расскажите о процессах срочной адаптации организма при нырянии в длину.
37. Расскажите об особенностях газообмена в организме при нырянии в глубину под воздействием изменения гидростатического давления.
38. Расскажите о процессах срочной адаптации организма к воздействию гидростатического давления при погружении с задержкой дыхания.
39. Раскройте причину потери моторного контроля и потери сознания при нырянии. Дайте характеристику различным степеням гипоксии у фридайверов.
40. Расскажите о факторах провокации потери сознания при нырянии.
41. Расскажите о мерах предупреждения возникновения потери сознания.
42. Факторы, определяющие безопасность деятельности фридайверов экстремальных условиях водной среды.
43. Техника безопасности при организации погружений в «закрытой» и в «открытой» воде.
44. Классификация, назначение, устройство и тактико-технические характеристики оружия для подводной охоты.

45. Теория подводной охоты. Термины и понятия.
46. Семейства рыб, особенности охоты на них. Опасные обитатели глубин.
47. Назначение, устройство и тактико-технические характеристики спортивного оружия для подводной стрельбы, применяемого в СПС различных типов и конструкций, прицелов, мишеней и другого дополнительного инвентаря, и оборудования.
48. Правила эксплуатации и обслуживания оружия, оборудования и инвентаря для СПС.
49. Правила и техника безопасности при проведении практических занятий по спортивной подводной стрельбе.
50. Особенности баллистики под водой. Физические свойства воды и их влияние на результат стрельбы.
51. Особенности и влияние водной среды на приемы и способы изготовления и прицеливания.
52. Изготовка, прицеливание и производство выстрела под водой по неподвижной цели (мишени).
53. Способы предотвращения паники во время плавания с аквалангом.
54. Управление чрезвычайной ситуацией (распознавание и предотвращение проблем).
55. Функционирование снаряжения и проблемы, связанные с его работой.
56. Анализ поведения основных газов, входящих в состав воздуха, под водой.
57. Влияние водной среды на организм человека.
58. Функционирование дыхательной и кровеносной систем при подводных погружениях.
59. Наблюдение за особенностями реакций собственного организма на дыхание с использованием снаряжения во время практических занятий и их описание.
60. Сбор и анализ информации о ситуациях, приведших к возникновению азотного наркоза.
61. Индивидуальные особенности возникновения кессонной болезни.
62. Превентивные меры при баротравмах пазух (синусов).
63. Факторы возникновения и типы кессонной болезни. Первая медицинская помощь
64. Особенности физиологических реакций воздушных полостей организма на изменение давления. Оказание помощи при баротравмах.
65. Рассказать о системе безопасности при погружениях с аквалангом.
66. Рассказать способы предотвращения проблем со снаряжением.

5.2.3 Содержание зачетных требований для студентов III-го года заочной формы обучения (6 семестр):

Вопросы для устного ответа:

1. Способы предотвращения паники во время плавания с аквалангом.
2. Управление чрезвычайной ситуацией (распознавание и предотвращение проблем).
3. Функционирование снаряжения и проблемы, связанные с его работой.
4. Анализ поведения основных газов, входящих в состав воздуха, под водой.
5. Влияние водной среды на организм человека.
6. Функционирование дыхательной и кровеносной систем при подводных погружениях.
7. Наблюдение за особенностями реакций собственного организма на дыхание с использованием снаряжения во время практических занятий и их описание.
8. Сбор и анализ информации о ситуациях, приведших к возникновению азотного наркоза.
9. Индивидуальные особенности возникновения кессонной болезни.
10. Превентивные меры при баротравмах пазух (синусов).

11. Факторы возникновения и типы кессонной болезни. Первая медицинская помощь
12. Особенности физиологических реакций воздушных полостей организма на изменение давления. Оказание помощи при баротравмах.
13. Рассказать о системе безопасности при погружениях с аквалангом.
14. Рассказать способы предотвращения проблем со снаряжением.
15. Анализ особенностей функционирования кровеносной и дыхательной систем, связанных с использованием снаряжения.
16. Физиологические реакции организма на азот.
17. Особенности физиологических реакций воздушных полостей организма на изменение гидростатического давления.
18. Первая помощь при ссадинах и ожогах от кораллов и медуз и укусах от морских животных, полученных подводными пловцами.
19. Причины утопления в подводном плавании.
20. Методы буксировки пострадавшего на воде.
21. Разновидности первой ступени регулятора давления для дайвинга и области их применения.
22. Законы газовой динамики и их применение в подводном плавании с аквалангом.
23. Степени проявления кессонного заболевания. Оказание первой помощи при ДКБ.
24. Барогипертензионный синдром у подводников. Его проявление, первая помощь.
25. История развития подводной фотосъемки. Использование специального оборудования для подводной фотосъемки.
26. Подводная видеосъемка и ее особенности. Основы построения кадра.

5.2.4 Содержание зачетных требований для студентов IV-го года заочной формы обучения (8 семестр) .

Вопросы для устного ответа:

1. Основные направления в стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2020 года.
2. Система государственного управления отраслью в современных общественно-экономических условиях.
3. Система общественного управления отраслью в современных общественно-экономических условиях.
4. Цели, задачи, направления деятельности федераций – национальной и международной.
5. Содержание смысла термина «менеджмент».
6. Понятие спортивный менеджмент применительно к сфере деятельности подводного спорта и дайвинга.
7. Характеристика понятия «физкультурно-спортивная услуга» (применительно к сфере подводной деятельности).
8. Место менеджмента специалиста в подводном спорте и дайвинге (руководителя организации, тренера, инструктора)
9. Значение и содержание маркетинговой деятельности в подводном спорте и дайвинге.
10. Основные черты внутриклубного менеджмента.

11. Виды услуг, которые может оказать потребителю организация по подводному спорту и дайвингу.
12. Тенденции развития подводного спорта и дайвинга с позиций спортивного менеджмента.
13. Методы спортивного менеджмента с учетом специфики подводной деятельности.
14. Система информационного обеспечения организации по подводному спорту и дайвингу.
15. Номенклатура дел организации по подводному спорту и дайвингу и ее назначение.
16. Формы бухгалтерского учета.
17. Виды и социальные функции спортивных мероприятий, включающих подводный спорт и дайвинг.
18. Документы, регламентирующие проведение соревнований.
19. Возможные форс-мажорные факторы и пути их предупреждения и решения последствий.
20. Статистическое наблюдение за развитием организации по подводному спорту и дайвингу.
21. Формы информационного обеспечения менеджмента, применимые в подводном спорте и дайвинге.
22. Методы пропаганды подводного спорта и дайвинга.
23. Структура, функции и взаимодействие наземных служб как фактор безопасности в подводной деятельности.
24. Понятие «организационная структура управления».
25. Что такое схема управления?
26. Отличия коммерческих и некоммерческих организаций, развивающих подводный спорт и дайвинг.
27. Этапы процесса разработки целевых комплексных программ?
28. Методика планирования и анализа эффективности работы организации.
29. Методы организационной диагностики.
30. Методология проведения управленческого исследования отраслевых проблем и экономического анализа деятельности организаций, развивающих подводный спорт и дайвинг.
31. Система управления персоналом организации.
32. Функции службы персонала.
33. Государственная система профессиональной подготовки специалистов по подводному спорту и дайвингу.
34. Основные особенности содержания труда квалифицированных специалистов в подводном спорте и дайвинге.
35. Принципы формирования плана проведения исследований в физической культуре и спорте.
36. Методы научных исследований, применимых в подводном спорте и дайвинге.
37. Организация и проведение исследований по теме выпускной квалификационной работы.
38. Требования к написанию научных работ, ГОСТы.
39. Написание, оформление, предзащита и защита выпускной квалификационной работы.

5.2.5 Содержание экзаменационных требований для студентов V курса заочной формы обучения (10 семестр):

Вопросы для устного ответа:

1. Основные направления в стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2020 года.
2. Система государственного управления отраслью в современных общественно-экономических условиях.
3. Система общественного управления отраслью в современных общественно-экономических условиях.
4. Цели, задачи, направления деятельности федераций – национальной и международной.
5. Содержание смысла термина «менеджмент».
6. Понятие спортивный менеджмент применительно к сфере деятельности подводного спорта и дайвинга.
7. Характеристика понятия «физкультурно-спортивная услуга» (применительно к сфере подводной деятельности).
8. Место менеджмента специалиста в подводном спорте и дайвинге (руководителя организации, тренера, инструктора)
9. Значение и содержание маркетинговой деятельности в подводном спорте и дайвинге.
10. Основные черты внутриклубного менеджмента.
11. Виды услуг, которые может оказать потребителю организация по подводному спорту и дайвингу.
12. Тенденции развития подводного спорта и дайвинга с позиций спортивного менеджмента.
13. Методы спортивного менеджмента с учетом специфики подводной деятельности.
14. Система информационного обеспечения организации по подводному спорту и дайвингу.
15. Номенклатура дел организации по подводному спорту и дайвингу и ее назначение.
16. Формы бухгалтерского учета.
17. Виды и социальные функции спортивных мероприятий, включающих подводный спорт и дайвинг.
18. Документы, регламентирующие проведение соревнований.
19. Возможные форс-мажорные факторы и пути их предупреждения и решения последствий.
20. Статистическое наблюдение за развитием организации по подводному спорту и дайвингу.
21. Формы информационного обеспечения менеджмента, применимые в подводном спорте и дайвинге.
22. Методы пропаганды подводного спорта и дайвинга.
23. Структура, функции и взаимодействие наземных служб как фактор безопасности в подводной деятельности.
24. Понятие «организационная структура управления».
25. Что такое схема управления?
26. Отличия коммерческих и некоммерческих организаций, развивающих подводный спорт и дайвинг.
27. Этапы процесса разработки целевых комплексных программ?
28. Методика планирования и анализа эффективности работы организации.
29. Методы организационной диагностики.
30. Методология проведения управленческого исследования отраслевых проблем и

- экономического анализа деятельности организаций, развивающих подводный спорт и дайвинг.
31. Система управления персоналом организации.
 32. Функции службы персонала.
 33. Государственная система профессиональной подготовки специалистов по подводному спорту и дайвингу.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Спортивно- педагогическое совершенствование»

А). Основная литература

1. Водные виды спорта: учеб. для студентов вузов, обучающихся по спец. 022300 : М-вом образования РФ/ред. Булгакова Н.Ж.- М.: Academia, 2003. – 315 с.: ил.
2. Красников А. А. Влияние системы соревнований на индивидуальную динамику спортивных результатов в скоростных видах подводного спорта: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Красников Андрей Андреевич; ГЦОЛИФК .- М. , 1983. – 23 с.
3. Молчанова Н.В. Подготовка спортсменов-фридайверов в подготовительном периоде: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Молчанова Наталья Вадимовна; РГУФКСМиТ .- М. , 2010. – 24 с.
4. Молчанова Н.В. Основы ныряния с задержкой дыхания. Учебно-методическое пособие / Н.В. Молчанова - Саттва., Профиль, 2011. – 144 с.
5. Черепкина Л.П. Физиологические основы водных видов спорта/ Л.П.Черепкина; Сиб. Гос. Ун-т физ. Культуры и спорта, Каф. Анатомии и физиологии. – Омск: [Изд-во СибГУФК], 2005. – 91.: табл.
6. Основная:
7. Занин В.Ю., Малюзенко Н.Н., Кокоша В.В., Чебыкин О.В. Снаряжение подводного пловца.- СПб.: Культурная инициатива, 2003.
8. Орлов Д.В., Сафонов М.В. Акваланг и подводное плавание. -Подводный мир, 2001.
9. Меренов И.В., Смирнов А.И., Смолин В.В. Водолазное дело. Терминологический словарь. -Л.: Судостроение, 1989.

10. Следков А.И. Нервный синдром высоких давлений.-СПб.: 1997.
11. Булгакова Н.Ж. Водные виды спорта. – М.: Академия, 2003.
12. Смолин В.В., Соколов Г.М., Павлов Б.Н. Водолазные спуски и их медицинское обеспечение.- М.: Слово, 2001.
13. Дьячков В. М. Физическая подготовка спортсменов / В. М. Дьячков. – М. : Физкультура и спорт, 1961.
14. Гандельсман А. Спорт и здоровье / А. Гандельсман, К. Смирнов. – М. : Физкультура и спорт, 1963.
15. Хрущев С. В. Тренер о юном спортсмене / С. В. Хрущев, М.М. Круглый. – М. : Физкультура и спорт, 1982.
16. Волков В. М. Спортивный отбор / В. М. Волков, В. П. Филин. – М. : Физкультура и спорт, 1983.
17. Проблемы спортивной медицины : сб. науч. трудов. – М., 1972.
18. Качашкин В. М. Методика физического воспитания / В. М. Качашкин. – М. : Просвещение, 1980.
19. Смирнов М. Т. Начальный курс педагогики / М. Т. Смирнов. – М. : Учпедгиз, 1950.
20. Гандельсман А. Б. Физиологические основы методики спортивной тренировки / А. Б. Гандельсман, К. М. Смирнов. – М. : Физкультура и спорт, 1970.
21. Деркач А. А. Творчество тренера / А. А. Деркач, А. А. Исаев. – М. : Физкультура и спорт, 1982.
22. Былеева Л. В. Подвижные игры : пособие для ин-тов физ. культуры / Л. В. Былеева, И. М. Коротков. – М. : Физкультура и спорт, 1982.
23. Озолин Н. Г. Современная система спортивной тренировки / Н. Г. Озолин. – М. : Физкультура и спорт, 1970.
24. Сопов В. Ф. Психические состояния в напряженной профессиональной деятельности / В. Ф. Сопов. – М. : Академический проект, 2005.
25. Мартенс Райнер. Социальная психология и спорт / Райнер Мартенс. – М. : Физкультура и спорт, 1979.
26. Ханин Ю. Л. Психология общения в спорте Москва / Ю. Л. Ханин. – М. : Физкультура и спорт, 1980.
27. Келлер В. С. Деятельность спортсменов в вариативных конфликтных ситуациях / В. С. Келлер. – Киев : Здоровье, 1977.
28. Вяткин Б. А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях / Б. А. Вяткин. – М. : Физкультура и спорт, 1981.

29. Кириллова Г. Н. Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях (учебник для населения) / Г. Н. Кириллова. – М. : изд-во «НЦ ЭНАС», 2001.
30. Бубнов В. Г. Основы медицинских знаний : учебно-практическое пособие / В. Г. Бубнов, Н. В. Бубнова. – М. : АСТ «АСТРЕЛЬ», 2004.
31. Бубнов В. Г. Атлас добровольного спасателя / В. Г. Бубнов, Н. В. Бубнова. – М. : АСТ «АСТРЕЛЬ», 2004.

Б). Дополнительная литература

1. Абдурахманов Р. Ш. Исследование методики обучения нырянию в длину без акваланга / Р. Ш. Абдурахманов // Вестник спортивной науки. -2011. – N 2. – С. 3-6
2. Аикин В. А. Влияние дайвинга на показатели variability сердечного ритма у детей 12 лет / В. А. Аикин, С.К. Поддубный, М. А. Огородников // Теория и практика физ. культуры. – 2010. N 7. – С. 7-10.
3. Аикин В. А. Релаксационный дайвинг в бассейне / В. А. Аикин // Теория и практика физ. культуры. – 2007 . – N 3. – С . 74
4. Антонов П. Е. Подводная охота как вид спорта и экстремальной деятельности / Антонов П. Е. // 3 Международная научно-практическая конференция «Экстремальная деятельность человека, проблемы и перспективы подготовки специалистов», 31 окт. – 1 нояб. 2007 г. : тез. докл. / [под общ. ред. Ю. В. Байковского] ; Рос. Гос. Ун-т физ. культуры, спорта и туризма [и др.]. – М. , 2007. – С. 17-18.
5. Базулько А. С. Взаимосвязь биохимической характеристики и субъективной оценки спортсменами ступенчато возрастающей нагрузки в подводном плавании / Базулько А. С.,
6. Глущенко С. С фотокамерой под водой/Глущенко С.// Спортсмен-подводник: сборник. – М., 1991. – Вып. 89. С. 38-40
7. Данилов Н. Гидропневматическое ружьё с подвижным стволом / Данилов Н. // Спортсмен-подводник : сборник. – М., 1991. – N87. С. 31-41
8. Евтушенко В. КПД ружей для подводной стрельбы / Евтушенко В. // Спортсмен-подводник : сборник. – М., 1991. – Вып. 89. С. 10-12
9. Иванов А.Д. Особенности организации и действий судейской коллегии при подготовке и подведении соревнований по подводному спорту / А.Д. Иванов // Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г.: материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С. 36-42.

- 10.Иванов А.И. Анализ силовой подготовленности пловцов-подводников различной классификации / Иванов А.И. // Материалы научной конференции по итогам работы за 1990-91 годы/ ОГИФК. –Омск, 1992 – С. 40-42
- 11.Клепцова Т.Н. Особенности проведения занятий на различных этапах подготовки по плаванию в ластах / Т.Н. Клепцова, Е.А. Фалеева// Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г.: материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С.96-99
- 12.Клепцова Т.Н.Современное состояние апноэ / Т.Н. Клепцова, Л.А. Беседина, Е.К. Гниденко // Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г.: материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С.64-67
- 13.Коломейчук О.В. Сравнительная оценка гипоксической устойчивости спортсменов различных специализаций / О.В. Коломейчук, Н.И.Волкова // Сборник трудов студентов и молодых учёных РГУФКСиТ: материалы по итогам нау. Конф. Студентов и молодых учёных РГУФКСиТ (Москва, 18-20 марта, 22-24 апр. 2009 г.) / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С. 133-138.
- 14.Крикуненко А. Рифы в подводном спорте / Крикуненко А. //Спортсмен – подводник: сборник. – М., 1991. –вып. 88. – С. 3-5.
- 15.Микульский К. В. Дайвинг на Черноморском побережье Кавказа. Проблемы сравнительного исследования адаптивных реакций организма при занятиях дайвингом / Микульский К. В. // 3 Международная научно- практическая конференция «Экстремальная деятельность человека, проблемы и перспективы подготовки специалистов», 31 окт. – 1 нояб. 2007 г. : тез. докл. / [под общ. ред. Ю. В. Байковского] ; Рос. Гос. Ун-т физ. культуры, спорта и туризма [и др.]. – М., 2007. – С. 101-104.
- 16.Московченко О. Н. Научные основы управления тренировочным процессом / О. Н. Московченко // Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: Современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г. : материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С. 134-141.
- 17.Нехорошев А. Снаряжение для подводного спорта / Нехорошев А. // Спортсмен-подводник : сборник. – М., 1988. – вып. 81. – С. 24-29.
- 18.Петрик Ю. В. Гидростатическое давление и другие факторы, представляющие опасность для здоровья и жизни ныряльщика / Петрик Ю. В., Боуш Р. Л. // Сборник научных трудов молодых ученых РГУФК / РГУФК . – М., 2003. – С. 196-198.

- 19.Потапов А. В. К вопросу о механизме возникновения острого кислородного голодания при нырянии / Потапов А. В. , Козырин И. П. // физиология человека. – 1991. – Т.17 , N 6 . – С. 137-139.
- 20.Потапов А. В. Показатели функционального состояния сердечно- сосудистой системы спортсменов при нырянии в длину / Потапов А. В., Козырин И. П., Шайденко А. Б. // Теория и практика физ. культуры. – 1995. – N 2. – С. 21-22.
- 21.Потапов А. В. Причины некоторых специфических заболеваний при нырянии на глубину, их профилактика и первая помощь / Потапов А. В. , Козырин И. П. // Теория и практика физ. культуры. – 1991. – N 9. – С. 38-40.
- 22.Пыжов В. Новое в обучении плаванию в ластах / Пыжов В. // Спортсмен – подводник : сборник. – М., 1991. –Вып. 89. – С. 16-22.
- 23.Пыжова В. А. // Проблемы спортивной тренировки: Материалы научно-методической конференции республик Прибалтики и Белоруссии. – Минск, 1982. – С. 35-36
- 24.Синяков А. Спортсмену – подводнику о самоконтроле: Медицина и физиология / Синяков А. // Спортсмен – подводник : сборник. – М. , пловца – подводника : дис. ... канд. пед. наук / Московченко О. Н.; ГЦОЛИФК. – М., 1976. -242 с. : ил.
- 25.Спортивное и военно-прикладное плавание: учеб. Для курсантов Воен. Ин-та физ. Культуры, обучающихся по специальности 022300 : доп. Мин-вом обороны РФ / под ред. Проф. О.В. Новосельцева; Мин-во обороны РФ, Воен. Ин-т физ. Культуры. – СПб.: [ВИФК], 2005. – 530 с.: ил.
- 26.Сташевский В.Г. Развитие подводного плавания: КМАС, СССР, Россия 1957-2007 гг. / В.Г. Сташевский // Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г.: материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С.6-19.
- 27.Стогов А.Н. Подготовка инструкторов-методистов для спецподразделений ВМФ РФ [Военно-морской флот РФ] / Стогов А.Н. // 5 Международная научно-практическая конференция «Экстремальная деятельность человека. Проблемы и перспективы подготовки специалистов», 20-22 мая 2010 г.: тез. Докл. / [под ред. Ю.В.Байковского]; М-во спорта, туризма и молодёж. Политики РФ, Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и экстрем. Деятельности РГУФКСиТ. – М., 2010. – С. 170-171.
- 28.Стогов. А.Н. Современный дайвинг как вид экстремальной деятельности/ Стогов А.Н. // 3 Международная научно-практическая конференция «Экстремальная деятельность человека. Проблемы и перспективы подготовки специалистов»,31 окт.-1нояб. 2007 г.: тез.

- Докл./ [под общ. ред. Ю.В.Байковского]; Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма [и др.]. – М. 2007. – С. 137-139.
- 29.Страдзе А.Э. Сравнительный анализ прироста скорости мировых рекордов за 30 лет в скоростных видах подводного плавания / А.Э. Страдзе, О.Н. Московченко // Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г.: материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. 123-128.
- 30.Титов В.Б. История создания и тенденция конструирования современного моноласта для подводного спорта / Титов В.Б., Жданов В.В. // Здоровый образ жизни: Сущность, структура, формирование: Тр. Всерос. Науч.-практ. Конф. – Томск, 1996. – С. 154-159
- 31.Титов В.Б. Техническое оснащение – важнейший фактор успеха спортивного плавания в ластах/ В.Б.Титов, В.В. Жданов// Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г.: материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С. 67-75
- 32.Холлс М. Дайвинг : полн. Энцикл.: 60 лучших в мире мест для дайвинга/ Монти Холлс; пер. с англ. У.В.Сапциной. – М.: Росмэн, 2006. -319 с.: ил.
- 33.Эйдис Б.А. Основные направления новой методики по подготовке подводных пловцов (дайверов) / Б.А.Эйдис // // Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г.: материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С.156-166.
- 34.Являнский О.Н. Опасности подводной охоты / О.Н. Являнский [и др.] // Медицина и спорт. – 2006. –N 2. – С. 24-27
- 35.Drysuit Diver: учеб. По спецкурсу: рус. пер. (Russian) / Padi. – [Моск. Обл.] : [Момент] , [2003] . -65 с. : ил.

В.) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

– <http://medicinesport.ru>

Г.) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине «Подводный спорт и дайвинг», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1.Операционная система – Microsoft Windows.
- 2.Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- 3.Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

6. Перечень современных профессиональных баз данных и информационных систем, в том числе международных реферативных баз данных научных изданий, используемых в РГУФКСМиТ на законных основаниях

Отечественные базы данных:

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

Зарубежные базы данных:

1. «Health Research Premium Collection» компании ProQuest www.proquest.com

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Материально-техническое обеспечение дисциплины предполагает наличие компьютерной техники с целью презентации материалов и принтеров для распечатки тестовых и практических заданий для студентов.

Учебные пособия, лекции, видеофильмы, видеозаписи, программы для обучения и тестирования на электронных носителях:

1. Молчанова Н.В. Методика обучения технике ныряния в различных дисциплинах фридайвинга. Мультимедийное пособие. М.: ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», 2009. – 1 час 10 мин.
2. Видеокурс Open Water Diver на DVD на русском языке. Видеокурс PADI Adventures in Diving на DVD. Видеокурс Rescue Diver на DVD.

Наличие оборудования и снаряжения для проведения практических занятий и формирования умений и навыков:

1. Акваланги.
2. Регуляторы.
3. Компенсаторы плавучести.
4. Грузовые пояса.
5. Свинцовые груза.
6. Компрессор, для осуществления забивки баллонов.
7. Моноласты.

- 8.Ласты, маски, трубки для подводного плавания.
- 9.Гидрокостюмы.
- 10.Ружья для подводной охоты и подводной стрельбы. Мишени для подводной стрельбы.
- 11.Фотоаппараты и видеокамера, подводный бокс.
- 12.Компьютеры для подводного плавания.
- 13.Компасы для подводного плавания.
- 14.Плавательный инвентарь. Плавательные доски
- 15.Тренажер «AmbaMen» для оказания первой доврачебной помощи

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» (интернет-версия).
2. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Плавательные бассейны (для занятий подводным спортом и дайвингом) длиной 25м (глубокая чаша бассейна 6 м.) и 50м.
4. Помещение для хранения, ремонта инвентаря и оборудования для подводного спорта и дайвинга.

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (подводный спорт и дайвинг) для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 11 группы, направления подготовки/ специальности 49.03.01 «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: **2 семестр - дифференцированный зачет**

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

Виды работы студентов на занятиях

№ П/П	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1.	Владение профессиональными навыками: Выполнить 3 нормативных требования на установочном сборе кафедры.	В соответствии с планом кафедры	10 баллов
2.	Выбор и методика применения тренировочных упражнений ОФП	В течение семестра	5 баллов
3.	Составить план-конспект ОРУ для общей разминки в скоростных дисциплинах подводного спорта	В течение семестра	5 баллов
4.	Творческое задание (презентация) по теме: «Дисциплины подводного спорта на современном этапе, и его тенденции развития»	В течение семестра	5 баллов
5.	План-конспект и проведение занятия «Методика воспитания одного из физических качеств (по	В течение семестра	5 баллов

	заданию преподавателя) пловца-скоростника»		
6.	Контрольная работа по теме: «Методика обучения и совершенствования техники плавания в классических ластах».	В течение семестра	5 баллов
7.	Выполнение требований по личной физической и тактической подготовке: Владение техникой основных способов;	В течение семестра	5 баллов
8.	Поддержание личной физической и тактической подготовленности с целью выполнения нормативных требований по общей и специальной физической подготовке.	Весь период	5 баллов
9.	Участие в тестировании физических и тактических кондиций, проводимых в форме зачетных и обязательных соревнований;	Весь период	5 баллов
10.	Творческое задание по теме: «Документы планирования и организация проведения соревнований»	В течение семестра	5 баллов
11.	Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке пятиборцев.	В течение семестра	10 баллов
12.	Контрольная работа: Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по скоростному плаванию в ластах	В течение семестра	5 баллов
13.	Посещение учебных занятий	Весь период	10 баллов
14.	Экзамен по дисциплине	По расписанию УМУ	20 баллов
ИТОГО			100 БАЛЛОВ

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся 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) Теория и методика избранного вида спорта (подводный спорт и дайвинг) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 11 группы, направления подготовки/ специальности 49.03.01 «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): **3-4 семестр.**

Форма промежуточной аттестации: **4 семестр - дифференцированный зачет.**

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1.	Выступление по темам:		
1.1	Структура «эталонной» техники;	В течение семестра	10 баллов
1.2	Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства;	В течение семестра	10 баллов
1.3	Организация и судейство соревнований в индивидуальных и командных дисциплинах;	В течение семестра	5 баллов
1.4	План-конспект и проведение занятия «Методика воспитания одного из физических качеств (по заданию преподавателя) фридайвера»	В течение семестра	5 баллов
1.5	Особенности обеспечения безопасности учебных занятий при освоении экстремальных дисциплин подводного спорта.	В течение семестра	5 баллов
2.	Творческое задание (презентация) по теме: «Особенности газообмена в организме при нырянии в длину». «Особенности газообмена в организме при нырянии в глубину»	В течение семестра	10 баллов

3.	Устный опрос по теме: «Структура и содержание многолетней подготовки фридайвера».	В течение семестра	5 баллов
4.	Реферат по теме: «Физические основы ныряния с задержкой дыхания».	В течение семестра	5 баллов
5	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке	В течение семестра	10 баллов
6	Посещение занятий	Весь период	10 баллов
7	Сдача дифференцированного зачета по дисциплине	По расписанию УМУ	20 баллов
ИТОГО:			100 БАЛЛОВ

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся 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) Теория и методика избранного вида спорта (подводный спорт и дайвинг) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 11 группы, направления подготовки/ специальности 49.03.01 «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): **5-6 семестр.**

Форма промежуточной аттестации: **6 семестр – дифференцированный зачет**

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1	Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки спортсмена-подводника.	В течение семестра	10 баллов
2	План-конспект и проведение занятия «Методика воспитания одного из физических качеств (по заданию преподавателя) пловца скоростника»	В течение семестра	5 баллов
3	Использование тренировочных факторов, содействующих эффективности физических упражнений и росту работоспособности в подготовке.	В течение семестра	5 баллов
4	Организация и судейство соревнований по фридайвингу	В течение семестра	10 баллов
5	Подготовка и участие в соревнованиях.	В течение семестра	10 баллов
6	Устный опрос: «Особенности безопасности учебных занятий экстремальной направленности»	В течение семестра	10 баллов
7	Выполнить нормативно-практические требования по программе профессионального уровня в дайвинге «Дайвмастер».	В течение семестра	10 баллов

8	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке.	В течение семестра	10 баллов
9	Посещение занятий	Весь период	10 баллов
10	Сдача дифференцированного зачета по дисциплине	По расписанию УМУ	20 баллов
ИТОГО:			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся 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) Теория и методика избранного вида спорта (подводный спорт и дайвинг) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 11 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

Сроки изучения дисциплины (модуля): **7-8 семестры**

Форма промежуточного контроля: **8 семестр - дифференцированный зачет.**

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1	Выступление по темам:		
1.1	«Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий»	В течение семестра	10 баллов
1.2	«Особенности совершенствования индивидуальных двигательных качеств на этапе спортивного долголетия»	В течение семестра	10 баллов
1.3	« Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки спортсмена-подводника. Использование тренировочных факторов, содействующих эффективности физических упражнений и росту работоспособности в подготовке»	В течение семестра	10 баллов
1.4	Организация и судейство соревнований с участием инвалидов	В течение семестра	10 баллов
1.5	Подготовка и участие в соревнованиях	В течение семестра	5 баллов
1.6	Особенности безопасности учебных занятий экстремальной направленности		5 баллов
2	Выполнить зачетные требования по программе	В течение семестра	5 баллов
3	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке	В течение семестра	5 баллов
4	Посещение занятий	Весь период	10 баллов
5	Сдача дифференцированного зачета по дисциплине	По расписанию УМУ	20 баллов

ИТОГО:	100 баллов
---------------	-------------------

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся 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) Теория и методика избранного вида спорта (подводный спорт и дайвинг) для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, 11 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

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

Форма промежуточного контроля: **10 семестр - экзамен.**

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1	- Проведение занятий с группами спортивного совершенствования в ДЮСШ по подводному спорту	В течение семестра	10 баллов
2	- Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки спортсмена-подводника. Использование тренировочных факторов, содействующих эффективности физических упражнений и росту работоспособности в подготовке	В течение семестра	10 баллов
3	- Организация и судейство соревнований по спортивному дайвингу с участием инвалидов	В течение семестра	10 баллов
4	- Подготовка и участие в соревнованиях	В течение семестра	10 баллов
5	- Особенности безопасности учебных занятий экстремальной направленности	В течение семестра	10 баллов
6	Разработка годового плана подготовки пловцов-скоростников на тренировочном этапе.	В течение семестра	10 баллов
7	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке	В течение семестра	10 баллов
8	Посещение занятий	Весь период	10 баллов
9	Экзамен по дисциплине	По расписанию УМУ	20 баллов
ИТОГО:			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра ТиМ Прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

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

«Б1.В.ОД.11 Теория и методика избранного вида спорта (подводный спорт)»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет [20] зачетных единиц, 720 часов.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): [1-10].

3. Цель освоения дисциплины (модуля): обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по подводным 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

№	Раздел дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (Подводный спорт и дайвинг)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоёмкость (в академических часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	МОДУЛЬ 1. Обучение спортивной технике	1-2	10	134		Диффер. зачёт
2	МОДУЛЬ 2. Методика развития физических качеств	3-4	16	128		Диффер. зачёт
3	МОДУЛЬ 3. Управление динамикой подготовленности в годичном и многолетнем циклах	5-6	16	128		Диффер. зачёт
4	МОДУЛЬ 4. Организация соревнований и их судейство	7-8	8	64		Диффер. зачёт
5	Модуль 5. Методика прикладной деятельности по дополнительной профессиональной подготовке сотрудников спец. служб		8	64		
6	МОДУЛЬ 6. Педагогические особенности подготовки в экстремальных дисциплинах подводного спорта	9-10	32	103	9	Экзамен
Всего: 720 часов (20 зачётных единиц)			232	479	9	

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра ТиМ Прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (Подводный спорт и дайвинг)»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Институт 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
Протокол № 36 от «22» 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.

Составитель:

Каменщикова А.В. преподаватель кафедры теории и методики прикладных
видов спорта и экстремальной деятельности (подводный спорт и дайвинг)

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

Рецензент:

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

1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) СПС (подводный спорт) является:

- повысить уровень спортивной подготовленности и уровень индивидуальных профессиональных знаний студентов;
- развить умения и навыки необходимых тренеру – преподавателю и инструктору по подводному плаванию и дайвингу, которые выпускник сможет успешно применять в своей дальнейшей научной, спортивной или рабочей деятельности в спортивных учреждениях на высоком методическом уровне;
- сохранение и укрепление здоровья студентов, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма; развитие общих и специальных физических качеств;
- поддержание высокого уровня спортивной подготовленности студентов на протяжении всего периода обучения, достаточного для выполнения практических заданий при изучении материала курса специализации;
- вовлечение студентов в спортивную жизнь университета, привлечение их к регулярным занятиям спортом и участию в соревнованиях, формирование готовности к самостоятельной организации спортивных мероприятий;
- формирование компетенций на основе полученных знаний и практической готовности к самостоятельному, творческому решению воспитательных, оздоровительных и тренировочных задач;
- воспитание у студентов высоких моральных, волевых и физических качеств для реализации установленных программой общекультурных и профессиональных компетенций;
- раскрыть технологию труда тренера по подводному спорту, вооружить профессиональными умениями и навыками спортивной тренировки, техническими и методическими приемами.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (подводный спорт и дайвинг)» 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 подводного спорта и дайвинга.

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 подводного спорта видам спорта. 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	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-2	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий в различных видах подводного спорта; – методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пловцов-подводников. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> –применять упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по видам подводного спорта; –применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки пловцов-подводников. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по видам подводного спорта с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры; – навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пловцов-подводников. 	1-2		

	<p>Знать: – основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных видах подводного спорта.</p> <p>Уметь: – применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по видам подводного спорта.</p> <p>Владеть: – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по видам подводного спорта с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.</p>	3-4		
ОПК-3	<p>Уметь: – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в подводном спорте на начальном и тренировочном этапах подготовки.</p>	7-8		
	<p>Уметь: – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в подводном спорте на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p> <p>Владеть: навыками планирования и проведения тренировочных занятий в подводном спорте с учетом особенностей, занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p>	7-8		
ОПК-5	<p>Знать: – основы правильной техники выполнения основных соревновательных упражнений в подводном спорте</p> <p>Уметь: – анализировать технику выполнения упражнений в подводных видах спорта</p>	3-4		
	<p>Уметь: – анализировать тактику в подводных видах спорта и дайвинга</p>	5-6		
	<p>Владеть: – навыками определения уровня работоспособности спортсменов в подводных видах спорта</p>	7-8		
ОПК-8	<p>Уметь: – выполнять функции младших судей по скоростному плаванию в ластах</p>	3-4		
	<p>Уметь: – выполнять функции младших судей по фридайвингу</p>	3-4		
	<p>Владеть: – навыками организации и проведения соревнований в отдельных видах подводного спорта</p>	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 подводных видах спорта 	7-8		
ПК-11	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки во фридайвинге 	5-6		
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по подводному спорту 	7-8		
ПК-14	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – владеть техникой подводных видов спорта 	3-4		
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий подводных видов спорта 	5-6		
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий подводных видов спорта 	7-8		
ПК-15	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять самоконтроль на занятиях различными видами подводных видов спорта 	5-6		
	<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		

1. Структура и содержание дисциплины (модуля)

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

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

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (Подводный спорт и дайвинг)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоёмкость (в часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
I курс	Всего: 234 часов (6,5 зачётные единицы)	1-2	52	182		Диффер. зачёт
1	МОДУЛЬ 1. Обучение спортивной технике	1	26	82		
1.1	Основы техники в различных дисциплинах подводного спорта (скоростные виды, фридайвинг, подводная охота, подводная стрельба)		6	28		
1.2	Структура «эталонной» техники в различных дисциплинах подводного спорта		6	16		
1.3	Эффективность техники в переменных условиях деятельности (в открытой и закрытой воде)		6	18		
1.4	Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий		4	12		
1.5	Моделирование индивидуальной техники		4	8		
2	МОДУЛЬ 2. Методика развития физических качеств	2	26	100		
2.1	Методика физической подготовки в подводном спорте		6	26		
2.2	Средства и методы развития физических качеств на этапе начальной подготовки и на		6	24		

	учебно-тренировочном этапе в подводном спорте					
2.3	Средства и методы развития физических качеств на этапе совершенствования спортивного мастерства в подводном спорте		4	20		
2.4	Особенности совершенствования физических качеств на этапе высшего спортивного мастерства в подводном спорте		6	16		
2.5	Моделирование индивидуальных двигательных качеств в подводном спорте		4	14		
II курс	Всего: 126 часов (3,5 зачётные единицы)	3-4	60	66		Диффер. зачёт
3	МОДУЛЬ 3. Управление динамикой подготовленности в годичном и многолетнем циклах		60	66		
3.1	Организационно-методические основы планирования УТЗ		18	16		
3.2	Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки подводного пловца.		14	16		
3.3	Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки подводного пловца.		12	12		
3.4	Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке спортсменов высокой квалификации		10	10		
3.5	Контроль тренировочного процесса и его эффективности		6	12		
III курс	Всего: 126 часов (4 зачётные единицы)	5-6	60	66		Диффер. зачёт
4	МОДУЛЬ 4. Организация соревнований и их судейство		60	66		
4.1	Документы планирования и судейства соревнований		14	22		
4.2	Организация и судейство соревнований в индивидуальных и командных дисциплинах		14	14		
4.3	Организация и судейство массовых соревнований		16	14		
4.4	Особенности организации и судейства соревнований новых соревновательных дисциплин (фридайвинг, акватлон)		16	16		

IV курс	Всего: 234 часов (7 зачётные единицы)	7-8	60	165	9	Экзамен
5	Модуль 5. Методика прикладной деятельности по дополнительной профессиональной подготовке сотрудников спец. служб	7	30	96		
5.1	Методика подготовки сотрудников спец. служб по плаванию в ластах		10	36		
5.2	Методика подготовки сотрудников спец. служб по фридайвингу		10	30		
5.3	Методика обучения выполнению погружений в аппаратах замкнутого цикла последнего поколения		10	30		
6	МОДУЛЬ 6. Педагогические особенности подготовки в экстремальных дисциплинах подводного спорта	8	30	69		
6.1	Особенности проведения подготовки специальной направленности для развития координационных способностей		10	20		
6.2	Особенности обучения выходу из внештатных ситуаций		10	16		
6.3	Обеспечение безопасности учебных занятий при освоении экстремальных дисциплин подводного спорта		6	17		
6.4	Первая помощь при повреждениях у подводных пловцов		4	16		
Всего: 720 часов (20 зачётных единиц)			232	479	9	

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

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

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

5.2.1 Содержание экзаменационных требований для студентов 1-го года обучения очной формы (2 семестр).

Вопросы для устного ответа:

- 1.Подводное плавание на современном этапе и тенденции развития.
- 2.Термины и понятия.
- 3.Современные тенденции в разработках снаряжения для подводного плавания.
- 4.Эволюция моноласты как плавникового движителя и влияние ее на кинематику биотехнической системы спортсменов-моноласт.
- 5.Система средств восстановления работоспособности спортсмена в подводном спорте.
- 6.Роль и задачи различных организаций в подготовке спортсменов – подводников.
- 7.Нормативно-правовое обеспечение соревнований.
- 8.Врачебный контроль за подготовкой спортсмена. Допуск спортсмена к
- 9.соревнованиям.
- 10.Меры безопасности при проведении занятий по плаванию в ластах.
- 11.Инвентарь для плавания в ластах. Разборка и ремонт акваланга.
- 12.Изготовление моноласты. Эксплуатация спортивного инвентаря.
- 13.Современные представления о системе спортивной тренировки пловцов-подводников.
- 14.Закономерности и принципы спортивной тренировки пловцов-подводников.
- 15.Методика технической подготовки пловцов-подводников.
- 16.Роль и место тактики в тренировочном процессе.
- 17.Организация судейства соревнований по плаванию в ластах.
- 18.Регламент подготовки и проведения соревнований.
- 19.Меры безопасности при проведении занятий по плаванию в ластах. Правила и приёмы оказания первой помощи при возможных несчастных случаях.
- 20.Планирование многолетней подготовки пловцов-подводников. Специфика циклов подготовки, особенности подготовки к соревнованиям.
- 21.Составить таблицу характерных ошибок в технике, причин их возникновения и эффективных способов устранения.
- 22.Провести анализ параметров техники ведущих подводных пловцов России и мира.
- 23.Моделирование индивидуального тактико-технического варианта ведения соревновательной борьбы.
- 24.Провести самоанализ индивидуальной техники с выявлением слабых и сильных сторон подготовленности.

25. Дать классификацию тренировочных упражнений, обеспечивающих развивающие воздействия на базовые физические качества.
26. Составить методические рекомендации (регламент) организации и проведения тренировки методом групповых и индивидуальных занятий.
27. Моделирование мезо и макроциклов для спортивной специализированной тренировки.
28. Разработать перечень и порядок осуществления мер по рационализации общего режима жизни, отдыха и питания, использованию массажа, сауны и других вне тренировочных факторов, содействующих эффективности тренировочного процесса.
29. Сделать сравнительный анализ тренировочных воздействий и динамики тренированности на основе анализа параметров тренировочной нагрузки и результатов контрольных упражнений, зафиксированных в спортивном дневнике.
30. Разработать план мероприятий по подготовке и проведению соревнований.

5.2.2 Содержание экзаменационных требований для студентов 2-го года обучения очной формы обучения (4 семестр).

Вопросы для устного ответа:

1. Дать характеристику различным видам ныряния с задержкой дыхания в бассейне и на открытой воде.
2. Рассказать, какое снаряжение применяется для различных видов ныряния с задержкой дыхания.
3. Раскрыть физические основы ныряния с задержкой дыхания.
4. Объяснить причины баротравм у фридайверов и расскажите о доврачебной помощи при их возникновении.
5. Рассказать о мерах предупреждения баротравм.
6. Объяснить причины возникновения декомпрессионной болезни. Рассказать о доврачебной помощи при возникновении декомпрессионной болезни.
7. Рассказать об особенностях газообмена в организме при нырянии в длину.
8. Рассказать о процессах срочной адаптации организма при нырянии в длину.
9. Рассказать об особенностях газообмена в организме при нырянии в глубину под воздействием изменения гидростатического давления.
10. Рассказать о процессах срочной адаптации организма к воздействию давления при погружении с задержкой дыхания.
11. Раскрыть причину потери «моторного контроля» и потери сознания при нырянии.
Дайте характеристику различным степеням гипоксии у фридайверов.
12. Рассказать о факторах «провокации» потери сознания при нырянии.
13. Рассказать о мерах предупреждения возникновения потери сознания.
14. Рассказать об опасных ситуациях, возникающих во время ныряния.
15. Рассказать о технике безопасности при организации ныряния в бассейне.
16. Рассказать о технике безопасности при организации погружений на открытой воде.
17. Дать анализ техники ныряния в длину без ласт.
18. Дать анализ техники ныряния в глубину без ласт.
19. Дать анализ техники ныряния в длину в моноласте.
20. Дать анализ техники ныряния в глубину в моноласте.
21. Дать анализ техники ныряния в глубину в биластах.

22. Дать анализ техники ныряния в свободном погружении.
23. Раскрыть зоны дистанции при нырянии в глубину.
24. Дать характеристику тактики ныряния в длину без ласт (скорость, темп, шаг).
25. Рассказа о тактике погружения в глубину без ласт.
26. Дать характеристику техники тактики ныряния в длину в ластах (скорость, темп, шаг).
27. Рассказать о тактике погружения в глубину в ластах.
28. Рассказать о физических качествах, уровень развития которых способствует повышению работоспособности во фридайвинге.
29. Расскажите о средствах физической подготовки во фридайвинге.
30. Расскажите о методах спортивной тренировки во фридайвинге в бассейне и на открытой воде.
31. Раскройте зоны интенсивности гипоксической нагрузки.
32. Расскажите о построении занятий в бассейне и на открытой воде.
33. Расскажите о построении микроцикла, мезоцикла, макроцикла.
34. Расскажите об этапах многолетней подготовки фридайвера.
35. Объясните причины баротравм у фридайверов и расскажите о доврачебной помощи при их возникновении.
36. Расскажите о процессах срочной адаптации организма при нырянии в длину.
37. Расскажите об особенностях газообмена в организме при нырянии в глубину под воздействием изменения гидростатического давления.
38. Расскажите о процессах срочной адаптации организма к воздействию гидростатического давления при погружении с задержкой дыхания.
39. Раскройте причину потери моторного контроля и потери сознания при нырянии. Дайте характеристику различным степеням гипоксии у фридайверов.
40. Расскажите о факторах провокации потери сознания при нырянии.
41. Расскажите о мерах предупреждения возникновения потери сознания.
42. Факторы, определяющие безопасность деятельности фридайверов экстремальных условиях водной среды.
43. Техника безопасности при организации погружений в «закрытой» и в «открытой» воде.
44. Классификация, назначение, устройство и тактико-технические характеристики оружия для подводной охоты.
45. Теория подводной охоты. Термины и понятия.
46. Семейства рыб, особенности охоты на них. Опасные обитатели глубин.
47. Назначение, устройство и тактико-технические характеристики спортивного оружия для подводной стрельбы, применяемого в СПС различных типов и конструкций, прицелов, мишеней и другого дополнительного инвентаря, и оборудования.
48. Правила эксплуатации и обслуживания оружия, оборудования и инвентаря для СПС.
49. Правила и техника безопасности при проведении практических занятий по спортивной подводной стрельбе.
50. Особенности баллистики под водой. Физические свойства воды и их влияние на результат стрельбы.
51. Особенности и влияние водной среды на приемы и способы изготовления и прицеливания.

52. Изготовка, прицеливание и производство выстрела под водой по неподвижной цели (мишени).
53. Способы предотвращения паники во время плавания с аквалангом.
54. Управление чрезвычайной ситуацией (распознавание и предотвращение проблем).
55. Функционирование снаряжения и проблемы, связанные с его работой.
56. Анализ поведения основных газов, входящих в состав воздуха, под водой.
57. Влияние водной среды на организм человека.
58. Функционирование дыхательной и кровеносной систем при подводных погружениях.
59. Наблюдение за особенностями реакций собственного организма на дыхание с использованием снаряжения во время практических занятий и их описание.
60. Сбор и анализ информации о ситуациях, приведших к возникновению азотного наркоза.
61. Индивидуальные особенности возникновения кессонной болезни.
62. Превентивные меры при баротравмах пазух (синусов).
63. Факторы возникновения и типы кессонной болезни. Первая медицинская помощь
64. Особенности физиологических реакций воздушных полостей организма на изменение давления. Оказание помощи при баротравмах.
65. Рассказать о системе безопасности при погружениях с аквалангом.
66. Рассказать способы предотвращения проблем со снаряжением.

5.2.3 Содержание экзаменационных требований для студентов 3-го года обучения очной формы обучения (6 семестр).

Вопросы для устного ответа:

1. Способы предотвращения паники во время плавания с аквалангом.
2. Управление чрезвычайной ситуацией (распознавание и предотвращение проблем).
3. Функционирование снаряжения и проблемы, связанные с его работой.
4. Анализ поведения основных газов, входящих в состав воздуха, под водой.
5. Влияние водной среды на организм человека.
6. Функционирование дыхательной и кровеносной систем при подводных погружениях.
7. Наблюдение за особенностями реакций собственного организма на дыхание с использованием снаряжения во время практических занятий и их описание.
8. Сбор и анализ информации о ситуациях, приведших к возникновению азотного наркоза.
9. Индивидуальные особенности возникновения кессонной болезни.
10. Превентивные меры при баротравмах пазух (синусов).
11. Факторы возникновения и типы кессонной болезни. Первая медицинская помощь
12. Особенности физиологических реакций воздушных полостей организма на изменение давления. Оказание помощи при баротравмах.
13. Рассказать о системе безопасности при погружениях с аквалангом.
14. Рассказать способы предотвращения проблем со снаряжением.
15. Анализ особенностей функционирования кровеносной и дыхательной систем, связанных с использованием снаряжения.
16. Физиологические реакции организма на азот.

17. Особенности физиологических реакций воздушных полостей организма на изменение гидростатического давления.
18. Первая помощь при ссадинах и ожогах от кораллов и медуз и укусах от морских животных, полученных подводными пловцами.
19. Причины утопления в подводном плавании.
20. Методы буксировки пострадавшего на воде.
21. Разновидности первой ступени регулятора давления для дайвинга и области их применения.
22. Законы газовой динамики и их применение в подводном плавании с аквалангом.
23. Степени проявления кессонного заболевания. Оказание первой помощи при ДКБ.
24. Барогипертензионный синдром у подводников. Его проявление, первая помощь.
25. История развития подводной фотосъемки. Использование специального оборудования для подводной фотосъемки.
26. Подводная видеосъемка и ее особенности. Основы построения кадра.

5.2.4 Содержание экзаменационных требований для студентов 4-го года обучения очной формы обучения (8 семестр).

Вопросы для устного ответа:

1. Основные направления в стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2020 года.
2. Система государственного управления отраслью в современных общественно-экономических условиях.
3. Система общественного управления отраслью в современных общественно-экономических условиях.
4. Цели, задачи, направления деятельности федераций – национальной и международной.
5. Содержание смысла термина «менеджмент».
6. Понятие спортивный менеджмент применительно к сфере деятельности подводного спорта и дайвинга.
7. Характеристика понятия «физкультурно-спортивная услуга» (применительно к сфере подводной деятельности).
8. Место менеджмента специалиста в подводном спорте и дайвинге (руководителя организации, тренера, инструктора)
9. Значение и содержание маркетинговой деятельности в подводном спорте и дайвинге.
10. Основные черты внутриклубного менеджмента.
11. Виды услуг, которые может оказать потребителю организация по подводному спорту и дайвингу.
12. Тенденции развития подводного спорта и дайвинга с позиций спортивного менеджмента.
13. Методы спортивного менеджмента с учетом специфики подводной деятельности.
14. Система информационного обеспечения организации по подводному спорту и дайвингу.
15. Номенклатура дел организации по подводному спорту и дайвингу и ее назначение.
16. Формы бухгалтерского учета.

17. Виды и социальные функции спортивных мероприятий, включающих подводный спорт и дайвинг.
18. Документы, регламентирующие проведение соревнований.
19. Возможные форс-мажорные факторы и пути их предупреждения и решения последствий.
20. Статистическое наблюдение за развитием организации по подводному спорту и дайвингу.
21. Формы информационного обеспечения менеджмента, применимые в подводном спорте и дайвинге.
22. Методы пропаганды подводного спорта и дайвинга.
23. Структура, функции и взаимодействие наземных служб как фактор безопасности в подводной деятельности.
24. Понятие «организационная структура управления».
25. Что такое схема управления?
26. Отличия коммерческих и некоммерческих организаций, развивающих подводный спорт и дайвинг.
27. Этапы процесса разработки целевых комплексных программ?
28. Методика планирования и анализа эффективности работы организации.
29. Методы организационной диагностики.
30. Методология проведения управленческого исследования отраслевых проблем и экономического анализа деятельности организаций, развивающих подводный спорт и дайвинг.
31. Система управления персоналом организации.
32. Функции службы персонала.
33. Государственная система профессиональной подготовки специалистов по подводному спорту и дайвингу.
34. Основные особенности содержания труда квалифицированных специалистов в подводном спорте и дайвинге.
35. Принципы формирования плана проведения исследований в физической культуре и спорте.
36. Методы научных исследований, применимых в подводном спорте и дайвинге.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование».

Основная литература

1. Водные виды спорта: учеб. для студентов вузов, обучающихся по спец. 022300 : М-вом образования РФ/ред. Булгакова Н.Ж.- М.: Academia, 2003. – 315 с.: ил.
2. Красников А. А. Влияние системы соревнований на индивидуальную динамику спортивных результатов в скоростных видах подводного спорта: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Красников Андрей Андреевич; ГЦОЛИФК .- М. , 1983. – 23 с.
3. Молчанова Н.В. Подготовка спортсменов-фридайверов в подготовительном периоде: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Молчанова Наталья Вадимовна; РГУФКСМиТ .- М. , 2010. – 24 с.
4. Молчанова Н.В. Основы ныряния с задержкой дыхания. Учебно-методическое пособие / Н.В. Молчанова - Саттва., Профиль, 2011. – 144 с.
5. Черапкина Л.П. Физиологические основы водных видов спорта/ Л.П.Черапкина; Сиб. Гос. Ун-т физ. Культуры и спорта, Каф. Анатомии и физиологии. – Омск: [Изд-во СибГУФК], 2005. – 91.: табл.
6. Основная:
7. Занин В.Ю., Малюзенко Н.Н., Кокоша В.В., Чебыкин О.В. Снаряжение подводного пловца.- СПб.: Культурная инициатива, 2003.
8. Орлов Д.В., Сафонов М.В. Акваланг и подводное плавание. -Подводный мир, 2001.
9. Меренов И.В., Смирнов А.И., Смолин В.В. Водолазное дело. Терминологический словарь. -Л.: Судостроение, 1989.
10. Следков А.И. Нервный синдром высоких давлений.-СПб.: 1997.
11. Булгакова Н.Ж. Водные виды спорта. – М.: Академия, 2003.
12. Смолин В.В., Соколов Г.М., Павлов Б.Н. Водолазные спуски и их медицинское обеспечение.- М.: Слово, 2001.
13. Дьячков В. М. Физическая подготовка спортсменов / В. М. Дьячков. – М. : Физкультура и спорт, 1961.
14. Гандельсман А. Спорт и здоровье / А. Гандельсман, К. Смирнов. – М. : Физкультура и спорт, 1963.
15. Хрущев С. В. Тренер о юном спортсмене / С. В. Хрущев, М.М. Круглый. – М. : Физкультура и спорт, 1982.

16. Волков В. М. Спортивный отбор / В. М. Волков, В. П. Филин. – М. : Физкультура и спорт, 1983.
17. Проблемы спортивной медицины : сб. науч. трудов. – М., 1972.
18. Качашкин В. М. Методика физического воспитания / В. М. Качашкин. – М. : Просвещение, 1980.
19. Смирнов М. Т. Начальный курс педагогики / М. Т. Смирнов. – М. : Учпедгиз, 1950.
20. Гандельсман А. Б. Физиологические основы методики спортивной тренировки / А. Б. Гандельсман, К. М. Смирнов. – М. : Физкультура и спорт, 1970.
21. Деркач А. А. Творчество тренера / А. А. Деркач, А. А. Исаев. – М. : Физкультура и спорт, 1982.
22. Былеева Л. В. Подвижные игры : пособие для ин-тов физ. культуры / Л. В. Былеева, И. М. Коротков. – М. : Физкультура и спорт, 1982.
23. Озолин Н. Г. Современная система спортивной тренировки / Н. Г. Озолин. – М. : Физкультура и спорт, 1970.
24. Сопов В. Ф. Психические состояния в напряженной профессиональной деятельности / В. Ф. Сопов. – М. : Академический проект, 2005.
25. Мартенс Райнер. Социальная психология и спорт / Райнер Мартенс. – М. : Физкультура и спорт, 1979.
26. Ханин Ю. Л. Психология общения в спорте Москва / Ю. Л. Ханин. – М. : Физкультура и спорт, 1980.
27. Келлер В. С. Деятельность спортсменов в вариативных конфликтных ситуациях / В. С. Келлер. – Киев : Здоровье, 1977.
28. Вяткин Б. А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях / Б. А. Вяткин. – М. : Физкультура и спорт, 1981.
29. Кириллова Г. Н. Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях (учебник для населения) / Г. Н. Кириллова. – М. : изд-во «НЦ ЭНАС», 2001.
30. Бубнов В. Г. Основы медицинских знаний : учебно-практическое пособие / В. Г. Бубнов, Н. В. Бубнова. – М. : АСТ «АСТРЕЛЬ», 2004.
31. Бубнов В. Г. Атлас добровольного спасателя / В. Г. Бубнов, Н. В. Бубнова. – М. : АСТ «АСТРЕЛЬ», 2004.

Дополнительная литература

32. Абдурахманов Р. Ш. Исследование методики обучения нырянию в длину без акваланга / Р. Ш. Абдурахманов // Вестник спортивной науки. -2011. – N 2. – С. 3-6

- 33.Аикин В. А. Влияние дайвинга на показатели variability сердечного ритма у детей 12 лет / В. А. Аикин, С.К. Поддубный, М. А. Огородников // Теория и практика физ. культуры. – 2010. N 7. – С. 7-10.
- 34.Аикин В. А. Релаксационный дайвинг в бассейне / В. А. Аикин // Теория и практика физ. культуры. – 2007 . – N 3. – С . 74
- 35.Антонов П. Е. Подводная охота как вид спорта и экстремальной деятельности / Антонов П. Е. // 3 Международная научно-практическая конференция «Экстремальная деятельность человека, проблемы и перспективы подготовки специалистов», 31 окт. – 1 нояб. 2007 г. : тез. докл. / [под общ. ред. Ю. В. Байковского] ; Рос. Гос. Ун-т физ. культуры, спорта и туризма [и др.]. – М. , 2007. – С. 17-18.
- 36.Базулько А. С. Взаимосвязь биохимической характеристики и субъективной оценки спортсменами ступенчато возрастающей нагрузки в подводном плавании / Базулько А. С.,
- 37.Глуценко С. С фотокамерой под водой/Глуценко С.// Спортсмен-подводник: сборник. – М., 1991. – Вып. 89. С. 38-40
- 38.Данилов Н. Гидропневматическое ружьё с подвижным стволом / ДаниловН. // Спортсмен-подводник : сборник. – М., 1991. – N87. С. 31-41
- 39.Евтушенко В. КПД ружей для подводной стрельбы / Евтушенко В. // Спортсмен-подводник : сборник. – М., 1991. – Вып. 89. С. 10-12
- 40.Иванов А.Д. Особенности организации и действий судейской коллегии при подготовке и подведении соревнований по подводному спорту / А.Д. Иванов // Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г.: материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С. 36-42.
- 41.Иванов А.И. Анализ силовой подготовленности пловцов-подводников различной классификации / Иванов А.И. // Материалы научной конференции по итогам работы за 1990-91 годы/ ОГИФК. –Омск, 1992 – С. 40-42
- 42.Клепцова Т.Н. Особенности проведения занятий на различных этапах подготовки по плаванию в ластах / Т.Н. Клепцова, Е.А. Фалеева// Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г.: материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С.96-99

43. Клепцова Т.Н. Современное состояние апноэ / Т.Н. Клепцова, Л.А. Беседина, Е.К. Гниденко // Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г.: материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С.64-67
44. Коломейчук О.В. Сравнительная оценка гипоксической устойчивости спортсменов различных специализаций / О.В. Коломейчук, Н.И. Волкова // Сборник трудов студентов и молодых учёных РГУФКСиТ: материалы по итогам науч. Конф. Студентов и молодых учёных РГУФКСиТ (Москва, 18-20 марта, 22-24 апр. 2009 г.) / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С. 133-138.
45. Крикуненко А. Рифы в подводном спорте / Крикуненко А. // Спортмен – подводник: сборник. – М., 1991. – вып. 88. – С. 3-5.
46. Микульский К. В. Дайвинг на Черноморском побережье Кавказа. Проблемы сравнительного исследования адаптивных реакций организма при занятиях дайвингом / Микульский К. В. // 3 Международная научно-практическая конференция «Экстремальная деятельность человека, проблемы и перспективы подготовки специалистов», 31 окт. – 1 нояб. 2007 г. : тез. докл. / [под общ. ред. Ю. В. Байковского] ; Рос. Гос. Ун-т физ. культуры, спорта и туризма [и др.]. – М., 2007. – С. 101-104.
47. Московченко О. Н. Научные основы управления тренировочным процессом / О. Н. Московченко // Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: Современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г. : материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С. 134-141.
48. Нехорошев А. Снаряжение для подводного спорта / Нехорошев А. // Спортмен-подводник : сборник. – М., 1988. – вып. 81. – С. 24-29.
49. Петрик Ю. В. Гидростатическое давление и другие факторы, представляющие опасность для здоровья и жизни ныряльщика / Петрик Ю. В., Боуш Р. Л. // Сборник научных трудов молодых ученых РГУФК / РГУФК . – М., 2003. – С. 196-198.
50. Потапов А. В. К вопросу о механизме возникновения острого кислородного голодания при нырянии / Потапов А. В. , Козырин И. П. // физиология человека. – 1991. – Т.17 , N 6 . – С. 137-139.
51. Потапов А. В. Показатели функционального состояния сердечно-сосудистой системы спортсменов при нырянии в длину / Потапов А. В., Козырин И. П., Шайденко А. Б. // Теория и практика физ. культуры. – 1995. – N 2. – С. 21-22.

- 52.Потапов А. В. Причины некоторых специфических заболеваний при нырянии на глубину, их профилактика и первая помощь / Потапов А. В. , Козырин И. П. // Теория и практика физ. культуры. – 1991. – N 9. – С. 38-40.
- 53.Пыжов В. Новое в обучении плаванию в ластах / Пыжов В. // Спортсмен – подводник : сборник. – М., 1991. –Вып. 89. – С. 16-22.
- 54.Пыжова В. А. // Проблемы спортивной тренировки: Материалы научно-методической конференции республик Прибалтики и Белоруссии. – Минск, 1982. – С. 35-36
- 55.Синяков А. Спортсмену – подводнику о самоконтроле: Медицина и физиология / Синяков А. // Спортсмен – подводник : сборник. – М. , пловца – подводника : дис. ... канд. пед. наук / Московченко О. Н.; ГЦОЛИФК. – М., 1976. -242 с. : ил.
- 56.Спортивное и военно-прикладное плавание: учеб. Для курсантов Воен. Ин-та физ. Культуры, обучающихся по специальности 022300 : доп. Мин-вом обороны РФ / под ред. Проф. О.В. Новосельцева; Мин-во обороны РФ, Воен. Ин-т физ. Культуры. – СПб.: [ВИФК], 2005. – 530 с.: ил.
- 57.Сташевский В.Г. Развитие подводного плавания: КМАС, СССР, Россия 1957-2007 гг. / В.Г. Сташевский // Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г.: материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С.6-19.
- 58.Стогов А.Н. Подготовка инструкторов-методистов для спецподразделений ВМФ РФ [Военно-морской флот РФ] / Стогов А.Н. // 5 Международная научно-практическая конференция «Экстремальная деятельность человека. Проблемы и перспективы подготовки специалистов», 20-22 мая 2010 г.: тез. Докл. / [под ред. Ю.В.Байковского]; М-во спорта, туризма и молодёж. Политики РФ, Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и экстрем. Деятельности РГУФКСиТ. – М., 2010. – С. 170-171.
- 59.Стогов. А.Н. Современный дайвинг как вид экстремальной деятельности/ Стогов А.Н. // 3 Международная научно-практическая конференция «Экстремальная деятельность человека. Проблемы и перспективы подготовки специалистов», 31 окт.-1нояб. 2007 г.: тез. Докл./ [под общ. ред. Ю.В.Байковского]; Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма [и др.]. – М. 2007. – С. 137-139.
- 60.Страдзе А.Э. Сравнительный анализ прироста скорости мировых рекордов за 30 лет в скоростных видах подводного плавания / А.Э. Страдзе, О.Н. Московченко // Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г.: материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. 123-128.

61. Титов В.Б. История создания и тенденция конструирования современного моноласта для подводного спорта / Титов В.Б., Жданов В.В. // Здоровый образ жизни: Сущность, структура, формирование: Тр. Всерос. Науч.-практ. Конф. – Томск, 1996. – С. 154-159
62. Титов В.Б. Техническое оснащение – важнейший фактор успеха спортивного плавания в ластах/ В.Б.Титов, В.В. Жданов// Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г.: материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С. 67-75
63. Холлс М. Дайвинг : полн. Энцикл.: 60 лучших в мире мест для дайвинга/ Монти Холлс; пер. с англ. У.В.Сапциной. – М.: Росмэн, 2006. -319 с.: ил.
64. Эйдис Б.А. Основные направления новой методики по подготовке подводных пловцов (дайверов) / Б.А.Эйдис // // Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г.: материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С.156-166.
65. Являнский О.Н. Опасности подводной охоты / О.Н. Являнский [и др.] // Медицина и спорт. – 2006. –N 2. – С. 24-27
66. Drysuit Diver: учеб. По спецкурсу: рус. пер. (Russian) / Padi. – [Моск. Обл.] : [Момент], [2003] . -65 с. : ил.
- В.) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:
– <http://medicinesport.ru>
- Г.) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине «Подводный спорт и дайвинг», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:
- программное обеспечение дисциплины (модуля):*
1. Операционная система – Microsoft Windows.
 2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
 3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
 4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
 5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант.
- Перечень современных профессиональных баз данных и информационных систем, в том числе международных реферативных баз данных научных изданий, используемых в РГУФКСМиТ на законных основаниях

Отечественные базы данных:

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

Зарубежные базы данных:

1. «Health Research Premium Collection» компании ProQuest www.proquest.com

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Материально-техническое обеспечение дисциплины предполагает наличие компьютерной техники с целью презентации материалов и принтеров для распечатки тестовых и практических заданий для студентов.

Учебные пособия, лекции, видеофильмы, видеозаписи, программы для обучения и тестирования на электронных носителях:

1. Молчанова Н.В. Методика обучения технике ныряния в различных дисциплинах фридайвинга. Мультимедийное пособие. М.: ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», 2009. – 1 час 10 мин.
2. Видеокурс Open Water Diver на DVD на русском языке. Видеокурс PADI Adventures in Diving на DVD. Видеокурс Rescue Diver на DVD.

Наличие оборудования и снаряжения для проведения практических занятий и формирования умений и навыков:

1. Акваланги.
2. Регуляторы.
3. Компенсаторы плавучести.
4. Грузовые пояса.
5. Свинцовые груза.
6. Компрессор, для осуществления забивки баллонов.
7. Моноласты.
8. Ласты, маски, трубки для подводного плавания.
9. Гидрокостюмы.
10. Ружья для подводной охоты и подводной стрельбы. Мишени для подводной стрельбы.
11. Фотоаппараты и видеокамера, подводный бокс.
12. Компьютеры для подводного плавания.
13. Компасы для подводного плавания.
14. Плавательный инвентарь. Плавательные доски
15. Тренажер «AmbaMen» для оказания первой доврачебной помощи

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» (интернет-версия).
2. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Плавательные бассейны (для занятий подводным спортом и дайвингом) длиной 25м (глубокая чаша бассейна 6 м.) и 50м.
4. Помещение для хранения, ремонта инвентаря и оборудования для подводного спорта и дайвинга.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (подводный спорт и дайвинг) для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 11 группы, направления подготовки/ специальности 49.03.01 «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: **2 семестр – дифференциальный зачёт.**

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

Виды работы студентов на занятиях

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1.	Владение профессиональными навыками: Выполнить 3 нормативных требования на установочном сборе кафедры.	В соответствии с планом кафедры	10 баллов
2.	Участие в походе «на выживание».	В соответствии с планом кафедры	5 баллов
3.	Выбор и методика применения тренировочных упражнений ОФП	В течение семестра	5 баллов
4.	Составить план-конспект ОРУ для общей разминки в скоростных дисциплинах подводного спорта	В течение семестра	5 баллов
5.	Творческое задание (презентация) по теме: «Дисциплины подводного спорта на современном этапе, и его тенденции развития»	В течение семестра	5 баллов
6.	План-конспект и проведение занятия «Методика воспитания одного из физических качеств (по заданию преподавателя) пловца-скоростника»	В течение семестра	5 баллов
7.	Контрольная работа по теме: «Методика обучения и совершенствования техники плавания в классических ластах».	В течение семестра	5 баллов
8.	Выполнение требований по личной физической и тактической подготовке: Владение техникой основных способов;	В течение семестра	5 баллов
9.	Поддержание личной физической и тактической подготовленности с целью выполнения нормативных требований по общей и специальной физической подготовке.	Весь период	5 баллов

10.	Участие в тестировании физических и тактических кондиций, проводимых в форме зачетных и обязательных соревнований;	Весь период	5 баллов
11.	Творческое задание по теме: «Документы планирования и организация проведения соревнований»	В течение семестра	5 баллов
12.	Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке пятиборцев.	В течение семестра	5 баллов
13.	Контрольная работа: Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по скоростному плаванию в ластах	В течение семестра	5 баллов
14.	Посещение учебных занятий	Весь период	10 баллов
15.	Дифференцированный зачёт	По расписанию	20 баллов
ИТОГО			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

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

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) Теория и методика избранного вида спорта (подводный спорт и дайвинг) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 11 группы, направления подготовки/ специальности 49.03.01 «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): **3-4 семестр.**

Форма промежуточной аттестации: **4 семестр - дифференциальный зачёт.**

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1.	Выступление по темам:		
1.1	Структура «эталонной» техники;	В течение семестра	10 баллов
1.2	Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства;	В течение семестра	10 баллов
1.3	Организация и судейство соревнований в индивидуальных и командных дисциплинах;	В течение семестра	5 баллов
2	План-конспект и проведение занятия «Методика воспитания одного из физических качеств (по заданию преподавателя) фридайвера»	В течение семестра	5 баллов
3	Реферат по теме: Особенности обеспечения безопасности учебных занятий при освоении экстремальных дисциплин подводного спорта.	В течение семестра	10 баллов
4	Творческое задание (презентация) по теме: «Особенности газообмена в организме при нырянии в длину». «Особенности газообмена в организме при нырянии в глубину»	В течение семестра	10 баллов
5	Устный опрос по теме: «Структура и содержание многолетней подготовки фридайвера».	В течение семестра	5 баллов
6	Реферат по теме: «Физические основы ныряния с задержкой дыхания».	В течение семестра	5 баллов
7	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке	В течение семестра	10 баллов
11.	Посещение занятий	Весь период	10 баллов
12.	Дифференцированный зачёт	По расписанию УМУ	20 баллов
ИТОГО:			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачётом**

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) Теория и методика избранного вида спорта (подводный спорт и дайвинг) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 11 группы, направления подготовки/ специальности 49.03.01 «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): **5-6 семестр.**

Форма промежуточной аттестации: **6 семестр - дифференциальный зачёт.**

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1	Проведение занятий с группами спортивного совершенствования в ДЮСШ по подводному спорту	В течение семестра	10 баллов
2	Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки спортсмена-подводника. Использование тренировочных факторов, содействующих эффективности физических упражнений и росту работоспособности в подготовке	В течение семестра	10 баллов
3	Организация и судейство соревнований по спортивному дайвингу с участием инвалидов	В течение семестра	10 баллов
4	Подготовка и участие в соревнованиях	В течение семестра	10 баллов
5	Особенности безопасности учебных занятий экстремальной направленности	В течение семестра	10 баллов
6	Разработка годового плана подготовки пловцов-скоростников на тренировочном этапе.	В течение семестра	10 баллов
7	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке	В течение семестра	10 баллов
8	Посещение занятий	Весь период	10 баллов
9	Дифференцированный зачёт	По расписанию УМУ	20 баллов
ИТОГО:			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (подводный спорт и дайвинг) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 11 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

Сроки изучения дисциплины (модуля): **7-8 семестры**

Форма промежуточного контроля: **8 семестр - экзамен.**

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1	Выступление по темам:		
1.1	- Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий	В течение семестра	10 баллов
1.2	- Особенности совершенствования индивидуальных двигательных качеств на этапе спортивного долголетия	В течение семестра	10 баллов
1.3	- Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки спортсмена-подводника. Использование тренировочных факторов, содействующих эффективности физических упражнений и росту работоспособности в подготовке	В течение семестра	10 баллов
1.4	Организация и судейство соревнований с участием инвалидов	В течение семестра	10 баллов
1.5	Подготовка и участие в соревнованиях	В течение семестра	5 баллов
1.6	Особенности безопасности учебных занятий экстремальной направленности		5 баллов
2.	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке	В течение семестра	10 баллов
3	Посещение занятий	Весь период	10 баллов
4	Экзамен по дисциплине	По расписанию УМУ	20 баллов
ИТОГО:			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

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

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра ТиМ Прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

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

**«Б1.В.ОД.16 Теория и методика избранного вида спорта (подводный спорт
и дайвинг)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет [20] зачетных единиц, 720 часов.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): [1-8].

3. Цель освоения дисциплины (модуля): обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по подводным 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

№	Раздел дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (Подводный спорт и дайвинг)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоёмкость (в академических часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	МОДУЛЬ 1. Обучение спортивной технике	1-2	26	82		Диффер. зачёт
2	МОДУЛЬ 2. Методика развития физических качеств		26	100		
3	МОДУЛЬ 3. Управление динамикой подготовленности в годичном и многолетнем циклах	3-4	60	66		Диффер. зачёт
4	МОДУЛЬ 4. Организация соревнований и их судейство	5-6	60	66		Диффер. зачёт
5	Модуль 5. Методика прикладной деятельности по дополнительной профессиональной подготовке сотрудников спец. служб	7-8	30	96		Экзамен
6	МОДУЛЬ 6. Педагогические особенности подготовки в экстремальных дисциплинах подводного спорта		30	69	9	
Всего: 720 часов (20 зачётных единиц)			232	479	9	

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра ТИМ Прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (Подводный спорт и дайвинг)»

(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.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Институт спорта и физического воспитания
Протокол № 10 от «24» апреля 2014 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики прикладных видов спорта
и экстремальной деятельности
Протокол № 31 от «11» мая 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики прикладных видов спорта
и экстремальной деятельности
Протокол №30 от «10» мая 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики прикладных видов спорта
и экстремальной деятельности
Протокол №29 от «30» апреля 2017 г.

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

Составитель:

Каменщикова А.В. преподаватель кафедры теории и методики прикладных
видов спорта и экстремальной деятельности (подводный спорт и дайвинг)

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

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) СПС (подводный спорт) является:

- повысить уровень спортивной подготовленности и уровень индивидуальных профессиональных знаний студентов;
- развить умения и навыки необходимых тренеру – преподавателю и инструктору по подводному плаванию и дайвингу, которые выпускник сможет успешно применять в своей дальнейшей научной, спортивной или рабочей деятельности в спортивных учреждениях на высоком методическом уровне;
- сохранение и укрепление здоровья студентов, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма; развитие общих и специальных физических качеств;
- поддержание высокого уровня спортивной подготовленности студентов на протяжении всего периода обучения, достаточного для выполнения практических заданий при изучении материала курса специализации;
- вовлечение студентов в спортивную жизнь университета, привлечение их к регулярным занятиям спортом и участию в соревнованиях, формирование готовности к самостоятельной организации спортивных мероприятий;
- формирование компетенций на основе полученных знаний и практической готовности к самостоятельному, творческому решению воспитательных, оздоровительных и тренировочных задач;
- воспитание у студентов высоких моральных, волевых и физических качеств для реализации установленных программой общекультурных и профессиональных компетенций;
- раскрыть технологию труда тренера по подводному плаванию, вооружить профессиональными умениями и навыками спортивной тренировки, техническими и методическими приемами.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (подводный спорт и дайвинг)» 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 подводного спорта и дайвинга.

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 подводного спорта видам спорта. Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-2	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий в различных видах подводного спорта; – методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пловцов-подводников. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по видам подводного спорта; – применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки пловцов-подводников. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по видам подводного спорта с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры; – навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пловцов-подводников. 			2-3
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных видах подводного спорта. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по видам подводного спорта. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по видам подводного спорта с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры. 			5-6

ОПК-3	Уметь: – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в подводном спорте на начальном и тренировочном этапах подготовки.			7
	Уметь: – разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в подводном спорте на этапе совершенствования спортивного мастерства. Владеть: – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в подводном спорте с учетом особенностей, занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.			7
ОПК-5	Знать: – основы правильной техники выполнения основных соревновательных упражнений в подводном спорте Уметь: – анализировать технику выполнения упражнений в подводных видах спорта			3-4
	Уметь: – анализировать тактику в подводных видах спорта и дайвинга			5-6
	Владеть: – навыками определения уровня работоспособности спортсменов в подводных видах спорта			7
ОПК-8	Уметь: – выполнять функции младших судей по скоростному плаванию в ластах			3-4
	Уметь: – выполнять функции младших судей по фридайвингу			3-4
	Владеть: – навыками организации и проведения соревнований в отдельных видах подводного спорта			7
ПК-10	Владеть: – современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей, занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в подводных видах спорта			7
ПК-11	Уметь: – разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки во фридайвинге			5-6
	Владеть: – навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по подводному спорту			7

ПК-14	Уметь: – владеть техникой подводных видов спорта			3-4
	Владеть: – умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий подводных видов спорта			5-6
	Владеть: – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий подводных видов спорта			7
ПК-15	Уметь: – осуществлять самоконтроль на занятиях различными видами подводных видов спорта			5-6
	Владеть: – умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности – оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.			7

4. Структура и содержание дисциплины (модуля). Заочное ускоренное обучение

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

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

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (Подводный спорт и дайвинг)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоёмкость (в часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия семинарного типа	Самостоятельная работа	Контроль	
I курс	Всего: 216 часов (6 зачётные единицы)	1-2	10	206		Диффер. зачёт
1	МОДУЛЬ 1.Обучение спортивной технике		10	206		
1.1	Основы техники в различных дисциплинах подводного спорта (скоростные виды, фридайвинг, подводная охота, подводная стрельба)		2	56		
1.2	Структура «эталонной» техники в различных дисциплинах подводного спорта		2	40		
1.3	Эффективность техники в переменных условиях деятельности (в открытой и закрытой воде)		2	36		
1.4	Оптимизация индивидуальных технико- тактических действий		2	40		
1.5	Моделирование индивидуальной техники		2	34		

II курс	Всего: 108 часов (3 зачётные единицы)	3-4	14	94		Диффер. зачёт
2	МОДУЛЬ 2. Методика развития физических качеств		14	94		
2.1	Методика физической подготовки в подводном спорте		4	20		
2.2	Средства и методы развития физических качеств на этапе начальной подготовки и на учебно-тренировочном этапе в подводном спорте		4	24		
2.3	Средства и методы развития физических качеств на этапе совершенствования спортивного мастерства в подводном спорте		2	20		
2.4	Особенности совершенствования физических качеств на этапе высшего спортивного мастерства в подводном спорте		2	17		
2.5	Моделирование индивидуальных двигательных качеств в подводном спорте		2	13		
III курс	Всего: 144 часа (4 зачётные единицы)	5-6	10	134		Диффер. зачёт
3	МОДУЛЬ 3. Управление динамикой подготовленности в годичном и многолетнем циклах		6	64		
3.1	Организационно-методические основы планирования УТЗ		2	18		
3.2	Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки подводного пловца.		2	14		
3.3	Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки подводного пловца.		2	16		
3.4	Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке спортсменов высокой квалификации		2	10		
3.5	Контроль тренировочного процесса и его эффективности		2	6		

4	МОДУЛЬ 4. Организация соревнований и их судейство		4	70		
4.1	Документы планирования и судейства соревнований		2	20		
4.2	Организация и судейство соревнований в индивидуальных и командных дисциплинах		2	18		
4.3	Организация и судейство массовых соревнований			16		
4.4	Особенности организации и судейства соревнований новых соревновательных дисциплин (фридайвинг, акватлон)			16		
IV курс	Всего: 252 часов (7 зачётные единицы)	7	10	233	9	экзамен
5	Модуль 5. Методика прикладной деятельности по дополнительной профессиональной подготовке сотрудников спец. служб		6	120		
5.1	Методика подготовки сотрудников спец. служб по плаванию в ластах		2	42		
5.2	Методика подготовки сотрудников спец. служб по фридайвингу		2	42		
5.3	Методика обучения выполнению погружений в аппаратах замкнутого цикла последнего поколения		2	36		
6	МОДУЛЬ 6. Педагогические особенности подготовки в экстремальных дисциплинах подводного спорта		4	113		
6.1	Особенности проведения подготовки специальной направленности для развития координационных способностей		2	38		
6.2	Особенности обучения выходу из внештатных ситуаций		2	28		
6.3	Обеспечение безопасности учебных занятий при освоении экстремальных дисциплин подводного спорта			20		
6.4	Первая помощь при повреждениях у подводных пловцов			27		
Всего: 720 часов (20 зачётных единиц)			44	667	9	

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

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 зачётных требований для студентов 1-го года заочной ускоренной формы обучения во II семестре.

Вопросы для устного ответа:

1. Подводное плавание на современном этапе и тенденции развития.
2. Термины и понятия.
3. Современные тенденции в разработках снаряжения для подводного плавания.
4. Эволюция моноласты как плавникового движителя и влияние ее на кинематику биотехнической системы спортсмен-моноласт.
5. Система средств восстановления работоспособности спортсмена в подводном спорте.
6. Роль и задачи различных организаций в подготовке спортсменов – подводников.
7. Нормативно-правовое обеспечение соревнований.
8. Врачебный контроль за подготовкой спортсмена. Допуск спортсмена к
9. соревнованиям.
10. Меры безопасности при проведении занятий по плаванию в ластах.
11. Инвентарь для плавания в ластах. Разборка и ремонт акваланга.
12. Изготовление моноласты. Эксплуатация спортивного инвентаря.
13. Современные представления о системе спортивной тренировки пловцов-подводников.
14. Закономерности и принципы спортивной тренировки пловцов-подводников.
15. Методика технической подготовки пловцов-подводников.
16. Роль и место тактики в тренировочном процессе.
17. Организация судейства соревнований по плаванию в ластах.
18. Регламент подготовки и проведения соревнований.
19. Меры безопасности при проведении занятий по плаванию в ластах. Правила и приёмы оказания первой помощи при возможных несчастных случаях.
20. Планирование многолетней подготовки пловцов-подводников. Специфика циклов подготовки, особенности подготовки к соревнованиям.
21. Составить таблицу характерных ошибок в технике, причин их возникновения и эффективных способов устранения.
22. Провести анализ параметров техники ведущих подводных пловцов России и мира.
23. Моделирование индивидуального тактико-технического варианта ведения соревновательной борьбы.
24. Провести самоанализ индивидуальной техники с выявлением слабых и сильных сторон подготовленности.

25. Дать классификацию тренировочных упражнений, обеспечивающих развивающие воздействия на базовые физические качества.
26. Составить методические рекомендации (регламент) организации и проведения тренировки методом групповых и индивидуальных занятий.
27. Моделирование мезо и макроциклов для спортивной специализированной тренировки.
28. Разработать перечень и порядок осуществления мер по рационализации общего режима жизни, отдыха и питания, использованию массажа, сауны и других вне тренировочных факторов, содействующих эффективности тренировочного процесса.
29. Сделать сравнительный анализ тренировочных воздействий и динамики тренированности на основе анализа параметров тренировочной нагрузки и результатов контрольных упражнений, зафиксированных в спортивном дневнике.
30. Разработать план мероприятий по подготовке и проведению соревнований.

5.2.2 Содержание эзачётных требований для студентов 2-го года заочной ускоренной формы обучения в IV семестре:

Вопросы для устного ответа:

1. Дать характеристику различным видам ныряния с задержкой дыхания в бассейне и на открытой воде.
2. Рассказать, какое снаряжение применяется для различных видов ныряния с задержкой дыхания.
3. Раскрыть физические основы ныряния с задержкой дыхания.
4. Объяснить причины баротравм у фридайверов и расскажите о доврачебной помощи при их возникновении.
5. Рассказать о мерах предупреждения баротравм.
6. Объяснить причины возникновения декомпрессионной болезни. Рассказать о доврачебной помощи при возникновении декомпрессионной болезни.
7. Рассказать об особенностях газообмена в организме при нырянии в длину.
8. Рассказать о процессах срочной адаптации организма при нырянии в длину.
9. Рассказать об особенностях газообмена в организме при нырянии в глубину под воздействием изменения гидростатического давления.
10. Рассказать о процессах срочной адаптации организма к воздействию давления при погружении с задержкой дыхания.
11. Раскрыть причину потери «моторного контроля» и потери сознания при нырянии. Дайте характеристику различным степеням гипоксии у фридайверов.
12. Рассказать о факторах «провокации» потери сознания при нырянии.
13. Рассказать о мерах предупреждения возникновения потери сознания.
14. Рассказать об опасных ситуациях, возникающих во время ныряния.
15. Рассказать о технике безопасности при организации ныряния в бассейне.
16. Рассказать о технике безопасности при организации погружений на открытой воде.
17. Дать анализ техники ныряния в длину без ласт.
18. Дать анализ техники ныряния в глубину без ласт.
19. Дать анализ техники ныряния в длину в моноласте.
20. Дать анализ техники ныряния в глубину в моноласте.
21. Дать анализ техники ныряния в глубину в биластах.

22. Дать анализ техники ныряния в свободном погружении.
23. Раскрыть зоны дистанции при нырянии в глубину.
24. Дать характеристику тактики ныряния в длину без ласт (скорость, темп, шаг).
25. Рассказа о тактике погружения в глубину без ласт.
26. Дать характеристику техники тактики ныряния в длину в ластах (скорость, темп, шаг).
27. Рассказать о тактике погружения в глубину в ластах.
28. Рассказать о физических качествах, уровень развития которых способствует повышению работоспособности во фридайвинге.
29. Расскажите о средствах физической подготовки во фридайвинге.
30. Расскажите о методах спортивной тренировки во фридайвинге в бассейне и на открытой воде.
31. Раскройте зоны интенсивности гипоксической нагрузки.
32. Расскажите о построении занятий в бассейне и на открытой воде.
33. Расскажите о построении микроцикла, мезоцикла, макроцикла.
34. Расскажите об этапах многолетней подготовки фридайвера.
35. Объясните причины баротравм у фридайверов и расскажите о доврачебной помощи при их возникновении.
36. Расскажите о процессах срочной адаптации организма при нырянии в длину.
37. Расскажите об особенностях газообмена в организме при нырянии в глубину под воздействием изменения гидростатического давления.
38. Расскажите о процессах срочной адаптации организма к воздействию гидростатического давления при погружении с задержкой дыхания.
39. Раскройте причину потери моторного контроля и потери сознания при нырянии. Дайте характеристику различным степеням гипоксии у фридайверов.
40. Расскажите о факторах провокации потери сознания при нырянии.
41. Расскажите о мерах предупреждения возникновения потери сознания.
42. Факторы, определяющие безопасность деятельности фридайверов экстремальных условиях водной среды.
43. Техника безопасности при организации погружений в «закрытой» и в «открытой» воде.
44. Классификация, назначение, устройство и тактико-технические характеристики оружия для подводной охоты.
45. Теория подводной охоты. Термины и понятия.
46. Семейства рыб, особенности охоты на них. Опасные обитатели глубин.
47. Назначение, устройство и тактико-технические характеристики спортивного оружия для подводной стрельбы, применяемого в СПС различных типов и конструкций, прицелов, мишеней и другого дополнительного инвентаря, и оборудования.
48. Правила эксплуатации и обслуживания оружия, оборудования и инвентаря для СПС.
49. Правила и техника безопасности при проведении практических занятий по спортивной подводной стрельбе.
50. Особенности баллистики под водой. Физические свойства воды и их влияние на результат стрельбы.
51. Особенности и влияние водной среды на приемы и способы изготовления и прицеливания.

52. Изготовка, прицеливание и производство выстрела под водой по неподвижной цели (мишени).
53. Способы предотвращения паники во время плавания с аквалангом.
54. Управление чрезвычайной ситуацией (распознавание и предотвращение проблем).
55. Функционирование снаряжения и проблемы, связанные с его работой.
56. Анализ поведения основных газов, входящих в состав воздуха, под водой.
57. Влияние водной среды на организм человека.
58. Функционирование дыхательной и кровеносной систем при подводных погружениях.
59. Наблюдение за особенностями реакций собственного организма на дыхание с использованием снаряжения во время практических занятий и их описание.
60. Сбор и анализ информации о ситуациях, приведших к возникновению азотного наркоза.
61. Индивидуальные особенности возникновения кессонной болезни.
62. Превентивные меры при баротравмах пазух (синусов).
63. Факторы возникновения и типы кессонной болезни. Первая медицинская помощь
64. Особенности физиологических реакций воздушных полостей организма на изменение давления. Оказание помощи при баротравмах.
65. Рассказать о системе безопасности при погружениях с аквалангом.
66. Рассказать способы предотвращения проблем со снаряжением.

5.2.3 Содержание эзачётных требований для студентов 3-го года заочной ускоренной формы обучения в VI семестре.

Вопросы для устного ответа:

1. Способы предотвращения паники во время плавания с аквалангом.
2. Управление чрезвычайной ситуацией (распознавание и предотвращение проблем).
3. Функционирование снаряжения и проблемы, связанные с его работой.
4. Анализ поведения основных газов, входящих в состав воздуха, под водой.
5. Влияние водной среды на организм человека.
6. Функционирование дыхательной и кровеносной систем при подводных погружениях.
7. Наблюдение за особенностями реакций собственного организма на дыхание с использованием снаряжения во время практических занятий и их описание.
8. Сбор и анализ информации о ситуациях, приведших к возникновению азотного наркоза.
9. Индивидуальные особенности возникновения кессонной болезни.
10. Превентивные меры при баротравмах пазух (синусов).
11. Факторы возникновения и типы кессонной болезни. Первая медицинская помощь
12. Особенности физиологических реакций воздушных полостей организма на изменение давления. Оказание помощи при баротравмах.
13. Рассказать о системе безопасности при погружениях с аквалангом.
14. Рассказать способы предотвращения проблем со снаряжением.
15. Анализ особенностей функционирования кровеносной и дыхательной систем, связанных с использованием снаряжения.
16. Физиологические реакции организма на азот.
17. Особенности физиологических реакций воздушных полостей организма на изменение гидростатического давления.

18. Первая помощь при ссадинах и ожогах от кораллов и медуз и укусах от морских животных, полученных подводными пловцами.
19. Причины утопления в подводном плавании.
20. Методы буксировки пострадавшего на воде.
21. Разновидности первой ступени регулятора давления для дайвинга и области их применения.
22. Законы газовой динамики и их применение в подводном плавании с аквалангом.
23. Степени проявления кессонного заболевания. Оказание первой помощи при ДКБ.
24. Барогипертензионный синдром у подводников. Его проявление, первая помощь.

5.2.4 Содержание экзаменационных требований для студентов 4-го года заочной ускоренной формы обучения в VIII семестре:

Вопросы для устного ответа:

1. Основные направления в стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2020 года.
2. Система государственного управления отраслью в современных общественно-экономических условиях.
3. Система общественного управления отраслью в современных общественно-экономических условиях.
4. Цели, задачи, направления деятельности федераций – национальной и международной.
5. Содержание смысла термина «менеджмент».
6. Понятие спортивный менеджмент применительно к сфере деятельности подводного спорта и дайвинга.
7. Характеристика понятия «физкультурно-спортивная услуга» (применительно к сфере подводной деятельности).
8. Место менеджмента специалиста в подводном спорте и дайвинге (руководителя организации, тренера, инструктора)
9. Значение и содержание маркетинговой деятельности в подводном спорте и дайвинге.
10. Основные черты внутриклубного менеджмента.
11. Виды услуг, которые может оказать потребителю организация по подводному спорту и дайвингу.
12. Тенденции развития подводного спорта и дайвинга с позиций спортивного менеджмента.
13. Методы спортивного менеджмента с учетом специфики подводной деятельности.
14. Система информационного обеспечения организации по подводному спорту и дайвингу.
15. Номенклатура дел организации по подводному спорту и дайвингу и ее назначение.
16. Формы бухгалтерского учета.
17. Виды и социальные функции спортивных мероприятий, включающих подводный спорт и дайвинг.
18. Документы, регламентирующие проведение соревнований.
19. Возможные форс-мажорные факторы и пути их предупреждения и решения последствий.

20. Статистическое наблюдение за развитием организации по подводному спорту и дайвингу.
21. Формы информационного обеспечения менеджмента, применимые в подводном спорте и дайвинге.
22. Методы пропаганды подводного спорта и дайвинга.
23. Структура, функции и взаимодействие наземных служб как фактор безопасности в подводной деятельности.
24. Понятие «организационная структура управления».
25. Что такое схема управления?
26. Отличия коммерческих и некоммерческих организаций, развивающих подводный спорт и дайвинг.
27. Этапы процесса разработки целевых комплексных программ?
28. Методика планирования и анализа эффективности работы организации.
29. Методы организационной диагностики.
30. Методология проведения управленческого исследования отраслевых проблем и экономического анализа деятельности организаций, развивающих подводный спорт и дайвинг.
31. Система управления персоналом организации.
32. Функции службы персонала.
33. Государственная система профессиональной подготовки специалистов по подводному спорту и дайвингу.
34. Основные особенности содержания труда квалифицированных специалистов в подводном спорте и дайвинге.
35. Принципы формирования плана проведения исследований в физической культуре и спорте.
36. Методы научных исследований, применимых в подводном спорте и дайвинге.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Спортивно педагогическое совершенствование».

Основная литература

1. Водные виды спорта: учеб. для студентов вузов, обучающихся по спец. 022300 : М-вом образования РФ/ред. Булгакова Н.Ж.- М.: Academia, 2003. – 315 с.: ил.
2. Красников А. А. Влияние системы соревнований на индивидуальную динамику спортивных результатов в скоростных видах подводного спорта: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Красников Андрей Андреевич; ГЦОЛИФК .- М. , 1983. – 23 с.
3. Молчанова Н.В. Подготовка спортсменов-фридайверов в подготовительном периоде: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Молчанова Наталья Вадимовна; РГУФКСМиТ .- М. , 2010. – 24 с.
4. Молчанова Н.В. Основы ныряния с задержкой дыхания. Учебно-методическое пособие / Н.В. Молчанова - Саттва., Профиль, 2011. – 144 с.
5. Черапкина Л.П. Физиологические основы водных видов спорта/ Л.П.Черапкина; Сиб. Гос. Ун-т физ. Культуры и спорта, Каф. Анатомии и физиологии. – Омск: [Изд-во СибГУФК], 2005. – 91.: табл.
6. Основная:
7. Занин В.Ю., Малюзенко Н.Н., Кокоша В.В., Чебыкин О.В. Снаряжение подводного пловца.- СПб.: Культурная инициатива, 2003.
8. Орлов Д.В., Сафонов М.В. Акваланг и подводное плавание. -Подводный мир, 2001.
9. Меренов И.В., Смирнов А.И., Смолин В.В. Водолазное дело. Терминологический словарь. -Л.: Судостроение, 1989.
10. Следков А.И. Нервный синдром высоких давлений.-СПб.: 1997.
11. Булгакова Н.Ж. Водные виды спорта. – М.: Академия, 2003.
12. Смолин В.В., Соколов Г.М., Павлов Б.Н. Водолазные спуски и их медицинское обеспечение.- М.: Слово, 2001.
13. Дьячков В. М. Физическая подготовка спортсменов / В. М. Дьячков. – М. : Физкультура и спорт, 1961.
14. Гандельсман А. Спорт и здоровье / А. Гандельсман, К. Смирнов. – М. : Физкультура и спорт, 1963.
15. Хрущев С. В. Тренер о юном спортсмене / С. В. Хрущев, М.М. Круглый. – М. : Физкультура и спорт, 1982.

16. Волков В. М. Спортивный отбор / В. М. Волков, В. П. Филин. – М. : Физкультура и спорт, 1983.
17. Проблемы спортивной медицины : сб. науч. трудов. – М., 1972.
18. Качашкин В. М. Методика физического воспитания / В. М. Качашкин. – М. : Просвещение, 1980.
19. Смирнов М. Т. Начальный курс педагогики / М. Т. Смирнов. – М. : Учпедгиз, 1950.
20. Гандельсман А. Б. Физиологические основы методики спортивной тренировки / А. Б. Гандельсман, К. М. Смирнов. – М. : Физкультура и спорт, 1970.
21. Деркач А. А. Творчество тренера / А. А. Деркач, А. А. Исаев. – М. : Физкультура и спорт, 1982.
22. Былеева Л. В. Подвижные игры : пособие для ин-тов физ. культуры / Л. В. Былеева, И. М. Коротков. – М. : Физкультура и спорт, 1982.
23. Озолин Н. Г. Современная система спортивной тренировки / Н. Г. Озолин. – М. : Физкультура и спорт, 1970.
24. Сопов В. Ф. Психические состояния в напряженной профессиональной деятельности / В. Ф. Сопов. – М. : Академический проект, 2005.
25. Мартенс Райнер. Социальная психология и спорт / Райнер Мартенс. – М. : Физкультура и спорт, 1979.
26. Ханин Ю. Л. Психология общения в спорте Москва / Ю. Л. Ханин. – М. : Физкультура и спорт, 1980.
27. Келлер В. С. Деятельность спортсменов в вариативных конфликтных ситуациях / В. С. Келлер. – Киев : Здоровье, 1977.
28. Вяткин Б. А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях / Б. А. Вяткин. – М. : Физкультура и спорт, 1981.
29. Кириллова Г. Н. Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях (учебник для населения) / Г. Н. Кириллова. – М. : изд-во «НЦ ЭНАС», 2001.
30. Бубнов В. Г. Основы медицинских знаний : учебно-практическое пособие / В. Г. Бубнов, Н. В. Бубнова. – М. : АСТ «АСТРЕЛЬ», 2004.
31. Бубнов В. Г. Атлас добровольного спасателя / В. Г. Бубнов, Н. В. Бубнова. – М. : АСТ «АСТРЕЛЬ», 2004.

Дополнительная литература

32. Абдурахманов Р. Ш. Исследование методики обучения нырянию в длину без акваланга / Р. Ш. Абдурахманов // Вестник спортивной науки. -2011. – N 2. – С. 3-6

33. Аикин В. А. Влияние дайвинга на показатели вариабельности сердечного ритма у детей 12 лет / В. А. Аикин, С.К. Поддубный, М. А. Огородников // Теория и практика физ. культуры. – 2010. N 7. – С. 7-10.
34. Аикин В. А. Релаксационный дайвинг в бассейне / В. А. Аикин // Теория и практика физ. культуры. – 2007. – N 3. – С. 74
35. Антонов П. Е. Подводная охота как вид спорта и экстремальной деятельности / Антонов П. Е. // 3 Международная научно-практическая конференция «Экстремальная деятельность человека, проблемы и перспективы подготовки специалистов», 31 окт. – 1 нояб. 2007 г. : тез. докл. / [под общ. ред. Ю. В. Байковского] ; Рос. Гос. Ун-т физ. культуры, спорта и туризма [и др.]. – М. , 2007. – С. 17-18.
36. Базулько А. С. Взаимосвязь биохимической характеристики и субъективной оценки спортсменами ступенчато возрастающей нагрузки в подводном плавании / Базулько А. С.,
37. Глущенко С. С фотокамерой под водой/Глущенко С.// Спортсмен-подводник: сборник. – М., 1991. – Вып. 89. С. 38-40
38. Данилов Н. Гидропневматическое ружьё с подвижным стволом / Данилов Н. // Спортсмен-подводник : сборник. – М., 1991. – N87. С. 31-41
39. Евтушенко В. КПД ружей для подводной стрельбы / Евтушенко В. // Спортсмен-подводник : сборник. – М., 1991. – Вып. 89. С. 10-12
40. Иванов А.Д. Особенности организации и действий судейской коллегии при подготовке и подведении соревнований по подводному спорту / А.Д. Иванов // Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г.: материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С. 36-42.
41. Иванов А.И. Анализ силовой подготовленности пловцов-подводников различной классификации / Иванов А.И. // Материалы научной конференции по итогам работы за 1990-91 годы/ ОГИФК. –Омск, 1992 – С. 40-42
42. Клепцова Т.Н. Особенности проведения занятий на различных этапах подготовки по плаванию в ластах / Т.Н. Клепцова, Е.А. Фалеева// Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г.: материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С.96-99

43. Клепцова Т.Н. Современное состояние апноэ / Т.Н. Клепцова, Л.А. Беседина, Е.К. Гниденко // Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г.: материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С.64-67
44. Коломейчук О.В. Сравнительная оценка гипоксической устойчивости спортсменов различных специализаций / О.В. Коломейчук, Н.И. Волкова // Сборник трудов студентов и молодых учёных РГУФКСиТ: материалы по итогам науч. Конф. Студентов и молодых учёных РГУФКСиТ (Москва, 18-20 марта, 22-24 апр. 2009 г.) / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С. 133-138.
45. Крикуненко А. Рифы в подводном спорте / Крикуненко А. // Спортсмен – подводник: сборник. – М., 1991. – вып. 88. – С. 3-5.
46. Микульский К. В. Дайвинг на Черноморском побережье Кавказа. Проблемы сравнительного исследования адаптивных реакций организма при занятиях дайвингом / Микульский К. В. // 3 Международная научно-практическая конференция «Экстремальная деятельность человека, проблемы и перспективы подготовки специалистов», 31 окт. – 1 нояб. 2007 г. : тез. докл. / [под общ. ред. Ю. В. Байковского] ; Рос. Гос. Ун-т физ. культуры, спорта и туризма [и др.]. – М., 2007. – С. 101-104.
47. Московченко О. Н. Научные основы управления тренировочным процессом / О. Н. Московченко // Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: Современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г. : материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С. 134-141.
48. Нехорошев А. снаряжение для подводного спорта / Нехорошев А. // Спортсмен-подводник : сборник. – М., 1988. – вып. 81. – С. 24-29.
49. Петрик Ю. В. Гидростатическое давление и другие факторы, представляющие опасность для здоровья и жизни ныряльщика / Петрик Ю. В., Боуш Р. Л. // Сборник научных трудов молодых ученых РГУФК / РГУФК . – М., 2003. – С. 196-198.
50. Потапов А. В. К вопросу о механизме возникновения острого кислородного голодания при нырянии / Потапов А. В. , Козырин И. П. // физиология человека. – 1991. – Т.17, N 6. – С. 137-139.
51. Потапов А. В. Показатели функционального состояния сердечно-сосудистой системы спортсменов при нырянии в длину / Потапов А. В., Козырин И. П., Шайденко А. Б. // Теория и практика физ. культуры. – 1995. – N 2. – С. 21-22.

52. Потапов А. В. Причины некоторых специфических заболеваний при нырянии на глубину, их профилактика и первая помощь / Потапов А. В. , Козырин И. П. // Теория и практика физ. культуры. – 1991. – N 9. – С. 38-40.
53. Пыжов В. Новое в обучении плаванию в ластах / Пыжов В. // Спортсмен – подводник : сборник. – М., 1991. –Вып. 89. – С. 16-22.
54. Пыжова В. А. // Проблемы спортивной тренировки: Материалы научно-методической конференции республик Прибалтики и Белоруссии. – Минск, 1982. – С. 35-36
55. Синяков А. Спортсмену – подводнику о самоконтроле: Медицина и физиология / Синяков А. // Спортсмен – подводник : сборник. – М. , пловца – подводника : дис. ... канд. пед. наук / Московченко О. Н.; ГЦОЛИФК. – М., 1976. -242 с. : ил.
56. Спортивное и военно-прикладное плавание: учеб. Для курсантов Воен. Ин-та физ. Культуры, обучающихся по специальности 022300 : доп. Мин-вом обороны РФ / под ред. Проф. О.В. Новосельцева; Мин-во обороны РФ, Воен. Ин-т физ. Культуры. – СПб.: [ВИФК], 2005. – 530 с.: ил.
57. Сташевский В.Г. Развитие подводного плавания: КМАС, СССР, Россия 1957-2007 гг. / В.Г. Сташевский // Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г.: материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С.6-19.
58. Стогов А.Н. Подготовка инструкторов-методистов для спецподразделений ВМФ РФ [Военно-морской флот РФ] / Стогов А.Н. // 5 Международная научно-практическая конференция «Экстремальная деятельность человека. Проблемы и перспективы подготовки специалистов», 20-22 мая 2010 г.: тез. Докл. / [под ред. Ю.В.Байковского]; М-во спорта, туризма и молодёж. Политики РФ, Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и экстрем. Деятельности РГУФКСиТ. – М., 2010. – С. 170-171.
59. Стогов. А.Н. Современный дайвинг как вид экстремальной деятельности/ Стогов А.Н. // 3 Международная научно-практическая конференция «Экстремальная деятельность человека. Проблемы и перспективы подготовки специалистов», 31 окт.-1нояб. 2007 г.: тез. Докл./ [под общ. ред. Ю.В.Байковского]; Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма [и др.]. – М. 2007. – С. 137-139.
60. Страдзе А.Э. Сравнительный анализ прироста скорости мировых рекордов за 30 лет в скоростных видах подводного плавания / А.Э. Страдзе, О.Н. Московченко // Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г.: материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. 123-128.

61. Титов В.Б. История создания и тенденция конструирования современного моноласта для подводного спорта / Титов В.Б., Жданов В.В. // Здоровый образ жизни: Сущность, структура, формирование: Тр. Всерос. Науч.-практ. Конф. – Томск, 1996. – С. 154-159
62. Титов В.Б. Техническое оснащение – важнейший фактор успеха спортивного плавания в ластах/ В.Б.Титов, В.В. Жданов// Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г.: материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С. 67-75
63. Холлс М. Дайвинг : полн. Энцикл.: 60 лучших в мире мест для дайвинга/ Монти Холлс; пер. с англ. У.В.Сапциной. – М.: Росмэн, 2006. -319 с.: ил.
64. Эйдис Б.А. Основные направления новой методики по подготовке подводных пловцов (дайверов) / Б.А.Эйдис // // Международная научно-практическая конференция «Подводный спорт: современное состояние и перспективы развития», 11-12 сент. 2007 г.: материалы / Рос. Гос. Ун-т физ. Культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – С.156-166.
65. Являнский О.Н. Опасности подводной охоты / О.Н. Являнский [и др.] // Медицина и спорт. – 2006. –N 2. – С. 24-27
66. DrysuitDiver: учеб. По спецкурсу: рус. пер. (Russian) / Padi. – [Моск. Обл.] : [Момент], [2003] . -65 с. : ил.
- В.) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:
– <http://medicinesport.ru>
- Г.) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине «Подводный спорт и дайвинг», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:
- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*
1. Операционная система – Microsoft Windows.
 2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
 3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
 4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - AdobeAcrobatDC.
 5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант.
- Перечень современных профессиональных баз данных и информационных систем, в том числе международных реферативных баз данных научных изданий, используемых в РГУФКСМиТ на законных основаниях

Отечественные базы данных:

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

Зарубежные базы данных:

1. «Health Research Premium Collection» компании ProQuest www.proquest.com

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Материально-техническое обеспечение дисциплины предполагает наличие компьютерной техники с целью презентации материалов и принтеров для распечатки тестовых и практических заданий для студентов.

Учебные пособия, лекции, видеофильмы, видеозаписи, программы для обучения и тестирования на электронных носителях:

1. Молчанова Н.В. Методика обучения технике ныряния в различных дисциплинах фридайвинга. Мультимедийное пособие. М.: ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», 2009. – 1 час 10 мин.
2. Видеокурс Open Water Diver на DVD на русском языке. Видеокурс PADI Adventures in Diving на DVD. Видеокурс Rescue Diver на DVD.

Наличие оборудования и снаряжения для проведения практических занятий и формирования умений и навыков:

1. Акваланги.
2. Регуляторы.
3. Компенсаторы плавучести.
4. Грузовые пояса.
5. Свинцовые груза.
6. Компрессор, для осуществления забивки баллонов.
7. Моноласты.
8. Ласты, маски, трубки для подводного плавания.
9. Гидрокостюмы.
10. Ружья для подводной охоты и подводной стрельбы. Мишени для подводной стрельбы.
11. Фотоаппараты и видеокамера, подводный бокс.
12. Компьютеры для подводного плавания.
13. Компасы для подводного плавания.
14. Плавательный инвентарь. Плавательные доски

15. Тренажер «АmbaMen» для оказания первой доврачебной помощи

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» (интернет-версия).
2. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Плавательные бассейны (для занятий подводным спортом и дайвингом) длиной 25м (глубокая чаша бассейна 6 м.) и 50м.
4. Помещение для хранения, ремонта инвентаря и оборудования для подводного спорта и дайвинга.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (подводный спорт и дайвинг) для обучающихся институтаспорта и физического воспитания I курса, II группы, направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной ускоренной 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: **2 семестр – дифференцированный зачёт**

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

Виды работы студентов на занятиях

№ П/П	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1.	Владение профессиональными навыками: Выполнить 3 нормативных требования на установочном сборе кафедры.	В соответствии с планом кафедры	10 баллов
3.	Выбор и методика применения тренировочных упражнений ОФП	В течение семестра	5 баллов
4.	Составить план-конспект ОРУ для общей разминки в скоростных дисциплинах подводного спорта	В течение семестра	5 баллов
5.	Творческое задание (презентация) по теме: «Дисциплины подводного спорта на современном этапе, и его тенденции развития»	В течение семестра	5 баллов
6.	План-конспект и проведение занятия «Методика воспитания одного из физических качеств (по заданию преподавателя) пловца-скоростника»	В течение семестра	5 баллов
7.	Контрольная работа по теме: «Методика обучения и совершенствования техники плавания в классических ластах».	В течение семестра	5 баллов
8.	Выполнение требований по личной физической и тактической подготовке: Владение техникой основных способов;	В течение семестра	5 баллов
9.	Поддержание личной физической и тактической подготовленности с целью выполнения нормативных требований по общей и специальной физической подготовке.	Весь период	5 баллов
10.	Участие в тестировании физических и тактических кондиций, проводимых в форме зачетных и обязательных соревнований;	Весь период	5 баллов

11.	Творческое задание потеме: «Документы планирования и организация проведения соревнований»	В течение семестра	5баллов
12.	Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке пятиборцев.	В течение семестра	5баллов
13.	Контрольная работа: Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по скоростному плаванию в ластах	В течение семестра	5баллов
14.	Посещение учебных занятий	Весь период	10баллов
15.	Экзамен по дисциплине	По расписанию УМУ	20 баллов
ИТОГО			100 БАЛЛОВ

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся 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) Теория и методика избранного вида спорта (подводный спорт и дайвинг) для обучающихся институтаспорта и физического воспитания 2 курса, 11 группы, направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной ускоренной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности.

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

Форма промежуточной аттестации: **4 семестр -дифференцированный зачёт.**

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1.	Выступление по темам:		
2.	Структура «эталонной» техники;	В течение семестра	10 баллов
3.	Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства;	В течение семестра	10 баллов
4.	Организация и судейство соревнований в индивидуальных и командных дисциплинах;	В течение семестра	5 баллов
5.	План-конспект и проведение занятия «Методика воспитания одного из физических качеств (по заданию преподавателя) фридайвера»	В течение семестра	5 баллов
6.	Особенности обеспечения безопасности учебных занятий при освоении экстремальных дисциплин подводного спорта.	В течение семестра	5 баллов
7.	Творческое задание (презентация) по теме: «Особенности газообмена в организме при нырянии в длину». «Особенности газообмена в организме при нырянии в глубину»	В течение семестра	10 баллов
8.	Устный опрос по теме: «Структура и содержание многолетней подготовки фридайвера».	В течение семестра	5 баллов
9.	Реферат по теме: «Физические основы ныряния с задержкой дыхания».	В течение семестра	5 баллов
10.	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке	В течение семестра	10 баллов
11.	ПОСЕЩЕНИЕ ЗАНЯТИЙ	Весь период	10 баллов
12.	Экзамен по дисциплине	По расписанию УМУ	20 баллов
ИТОГО:			100 баллов

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся 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) Теория и методика избранного вида спорта (подводный спорт и дайвинг) для обучающихся институтаспорта и физического воспитания 3 курса, 11 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной ускоренной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

Сроки изучения дисциплины (модуля): **5-6 семестры**

Форма промежуточного контроля: **6 семестр - дифференцированный зачёт**

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1.	Выступление по темам: – Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий	В течение семестра	10 баллов
2.	– Особенности совершенствования индивидуальных двигательных качеств на этапе спортивного долголетия	В течение семестра	10 баллов
3.	– Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки спортсмена-подводника. Использование тренировочных факторов, содействующих эффективности физических упражнений и росту работоспособности в подготовке	В течение семестра	10 баллов
4.	– Организация и судейство соревнований с участием инвалидов	В течение семестра	10 баллов
5.	– Подготовка и участие в соревнованиях	В течение семестра	5 баллов
6.	– Особенности безопасности учебных занятий экстремальной направленности	В течение семестра	5 баллов
8.	Выполнить зачетные требования по программе	В течение семестра	5 баллов
9.	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке	В течение семестра	5 баллов
10.	Посещение занятий	Весь период	10 баллов
11.	Экзамен по дисциплине	По расписанию УМУ	20 баллов
ИТОГО:			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к 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 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) Теория и методика избранного вида спорта (подводный спорт и дайвинг) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 11 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной ускоренной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

Сроки изучения дисциплины (модуля): **7 семестры**

Форма промежуточного контроля: **7 семестр – экзамен.**

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1	Проведение занятий с группами спортивного совершенствования в ДЮСШ по подводному спорту	В течение семестра	10 баллов
2	Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки спортсмена-подводника. Использование тренировочных факторов, содействующих эффективности физических упражнений и росту работоспособности в подготовке	В течение семестра	10 баллов
3	Организация и судейство соревнований по спортивному дайвингу с участием инвалидов	В течение семестра	10 баллов
4	Подготовка и участие в соревнованиях	В течение семестра	10 баллов
5	Особенности безопасности учебных занятий экстремальной направленности	В течение семестра	10 баллов
6	Разработка годового плана подготовки пловцов-скоростников на тренировочном этапе.	В течение семестра	10 баллов
7	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке	В течение семестра	10 баллов
8	ПОСЕЩЕНИЕ ЗАНЯТИЙ	Весь период	10 баллов
9	Экзамен по дисциплине	По расписанию УМУ	20 баллов
ИТОГО:			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

«Б1.В.ОД.11 Теория и методика избранного вида спорта (подводный спорт)»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 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): обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по подводным 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 (ускоренное обучение на базе ВПО)(720 часов)

№	Раздел дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (Подводный спорт и дайвинг)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоёмкость (в академических часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия семинарско го типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	МОДУЛЬ 1. Обучение спортивной технике	1-2	10	206		Диффер. зачёт
2	МОДУЛЬ 2. Методика развития физических качеств	3-4	14	94		Диффер. зачёт
3	МОДУЛЬ 3. Управление динамикой подготовленности в годичном и многолетнем циклах	5-6	6	64		Диффер. зачёт
4	МОДУЛЬ 4. Организация соревнований и их судейство		4	70		
5	Модуль 5. Методика прикладной деятельности по дополнительной профессиональной подготовке сотрудников спец. служб	7	6	120	9	экзамен
6	МОДУЛЬ 6. Педагогические особенности подготовки в экстремальных дисциплинах подводного спорта		4	113		
Всего: 720 часов (20 зачётных 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 единоборств

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

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 № 08 от «24» апреля 2016 г.*

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Составитель:

Табачков Сергей Евгеньевич – кандидат педагогических наук, профессор
кафедры ТИМ единоборств «РГУФКСМиТ».

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (самбо)»: обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий самбо и поддержание их спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (самбо)» 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 спортивных единоборств.

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 самбо 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)
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	

	<p>спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<p>5 6 7 8</p>
	<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. 	<p>1 2</p>
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать тактику в самбо 	<p>3 4</p>
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев. 	<p>5 6 7 8</p>
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 самбо. 	<p>3 4 5 6</p>
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований. 	<p>7 8</p>
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 самбо 	<p>5 6</p>
ПК-11	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на 	<p>5 6</p>

	тренировочном этапе многолетней подготовки в самбо	
	Владеть: - навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по самбо	7 8
ПК-14	Уметь: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта (самбо) 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 (самбо)»

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

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

№	Разделы дисциплины (модули) «Спортивно-педагогическое совершенствование (самбо)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
I курс	Всего: 144 часа (4 зачетных единицы)	1-2	10	134		Дифференцированный зачет
1	Организация и проведение занятий самбо		8	100		

1.1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий самбо		2	20		
1.2	Подготовка мест занятий самбо и изучение инструкций по технике безопасности.		2	10		
1.3	Занятия самбо по программе начальной подготовки		4	70		
2	Формирование навыков совершенствования физических качеств самбистов		2	34		
2.1	Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности.		2	34		
II курс	Всего: 144 часа (4 зачетных единицы)	3-4	16	128		Дифференцированный зачет
1	Организация и проведение занятий самбо		4	38		
1.1	Занятия самбо по программе начальной подготовки		4	38		
2	Освоение методики технико-тактической подготовки самбистов		4	30		
2.1	Занятия по анализу техники самбо		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 самбо		6	64		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной части занятий самбо		2	8		
1.2	Занятия самбо по программе начальной углубленной спортивной специализации		2	52		

1.3	Самоконтроль в процессе занятий самбо		2	4		
2	Формирование навыков совершенствования физических качеств самбистов		2	8		
2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке		2	8		
3	Освоение методик технико-тактической подготовки самбистов		4	20		
3.1	Занятия по анализу тактики самбо		2	10		
3.2	Методики обучения в самбо		2	10		
4	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.		2	8		
4.1	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке самбистов		2	8		
5	Организация и проведение соревнований		2	28		
5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей самбо		2	28		
IV курс	Всего: 144 часа (4 зачетных единицы)	7-8	16	128		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий самбо		8	80		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами спортивных школ самбо		2	6		
1.2	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах спортивных школ самбо		2	4		
1.3	Изучение структуры и организации работы спортивных школ самбо			8		
1.4	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий самбо		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 самбистов			16		
3	Управление процессом спортивной подготовки.		4	16		
3.1	Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в самбо.		2	8		
3.2	Хронометраж занятий самбо.		2	8		
4	Организация и проведение соревнований		4	16		
4.1	Формирование навыков судейства в качестве судей самбо		4	16		
V курс	Всего: 126 часов (3,5 зачетных единиц).	9-10	32	103	9	Экзамен
1	Организация и проведение занятий самбо		22	67		
1.1	Проведение занятий с группами спортивного совершенствования самбо.		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 самбо.		2	4		
3	Управление процессом спортивной подготовки		2	16		
3.1	Навыки определения уровня специальных качеств в самбо.		2	16		
4	Организация и проведение соревнований		6	16		
4.1	Разработка и написание положения о соревнованиях самбо		2	4		
4.2	Составление сметы на проведение соревнований самбо.		2	4		

4.3	Организация и проведение соревнований в самбо		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 (самбо)»

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).

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

5.1.1 Содержание зачетных требований для студентов во II семестре заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Основы применения строевых упражнений в подготовительной части занятий самбо.
2. Основы применения общеразвивающих упражнений в подготовительной части занятий самбо.
3. Основы применения акробатических упражнений в подготовительной части занятий самбо.
4. Основы применения беговых и игровых упражнений в подготовительной части занятий самбо.
5. Основы применения специально-подготовительных упражнений в подготовительной части занятий самбо
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 самбистов.
8. Навыки использования упражнений из других видов спорта в подготовительной части занятий по самбо.
9. Навыки использования упражнений из игровых видов спорта в подготовительной части занятий по самбо.
10. Навыки использования упражнений из спортивной гимнастики в подготовительной части занятий по самбо.
11. Навыки использования упражнений из акробатики в подготовительной части занятий по самбо.
12. Навыки использования упражнений из восточных единоборств в подготовительной части занятий по самбо.
13. Навыки использования упражнений из легкой атлетики в подготовительной части занятий по самбо.
14. Навыки использования упражнений из гребного спорта в подготовительной части занятий по самбо.
15. Навыки использования упражнений тяжелой атлетики в подготовительной части занятий по самбо

- 16.Использование средств из спортивных игр в общефизической подготовке самбистов.
- 17.Использование средств из восточных единоборств в общефизической подготовке самбистов.
- 18.Использование средств из гребного спорта в общефизической подготовке самбистов.
- 19.Использование средств из легкой атлетики в общефизической подготовке самбистов.
- 20.Использование средств из спортивной гимнастики в общефизической подготовке самбистов.
- 21.Использование средств из лыжного спорта в общефизической подготовке самбистов.
- 22.Использование средств из кроссфита в общефизической подготовке самбистов.
- 23.Использование средств из велоспорта в общефизической подготовке самбистов.
- 24.Использование средств из конькобежного спорта в общефизической подготовке самбистов.
- 25.Использование средств из гиревого спорта в общефизической подготовке самбистов.
- 26.Использование средств из тяжелой атлетики в общефизической подготовке самбистов.

5.1.2 Содержание зачетных требований для студентов в IV семестре заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в стойке выведением из равновесия.
2. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в стойке захватом ног.
3. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в стойке подножки.
4. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в стойке подсечки.
5. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в стойке зацепы.
6. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в стойке подхваты.
7. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в борьбе лёжа - переворачивания.
8. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в борьбе лёжа - удержания.
9. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в борьбе лёжа - болевые.
10. Показ и анализ техники самбо в стойке в основном руками.
11. Показ и анализ техники самбо в стойке в основном ногами.
12. Показ и анализ техники самбо в стойке в основном туловищем.
13. Показ и анализ техники самбо в борьбе лёжа – удержания.
14. Показ и анализ техники самбо в борьбе лёжа – болевые на руки.
15. Показ и анализ техники самбо в борьбе лёжа – болевые на ноги.
16. 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 самбо.
2. Основы применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по самбо.
3. Основы применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по самбо.
4. Основы применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по самбо.
5. Особенности применения упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по самбо.
6. Особенности применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по самбо.
7. Особенности применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по самбо.
8. Особенности применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по самбо.
9. Навыки использования упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по самбо, 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 самбо, 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 самбо, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.
12. Навыки использования упражнений растяжение в заключительной части занятий по самбо, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.
13. Навыки использования упражнений на расслабление в заключительной части занятий по самбо, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.
14. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке через бедро.
15. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке через спину.
16. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке через грудь.
17. Анализ тактики выполнения технических действий в борьбе лёжа – варианты удержаний.
18. Анализ тактики выполнения технических действий в борьбе лёжа – варианты переворачиваний.
19. Анализ тактики выполнения технических действий в борьбе лёжа – варианты болевых приёмов.
20. Особенности выполнения функций бокового судьи.
21. Умение демонстрации оптимальной техники в стойке в основном руками.
22. Умение демонстрации оптимальной техники в стойке в основном ногами.
23. Умение демонстрации оптимальной техники в стойке в основном туловищем.
24. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы лёжа - переворачиваний.
25. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы лёжа - удержаний
26. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы лёжа – болевые приёмы.

27. Осуществление самоконтроля на занятиях по самбо.
28. Осуществление самоконтроля между занятиями различной направленности по самбо.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Разработка программы спортивной подготовки по самбо на начальном этапе.
2. Разработка программы спортивной подготовки по самбо на учебно-тренировочном этапе.
3. Особенности реализации программы спортивной подготовки по самбо на начальном этапе.
4. Особенности реализации программы спортивной подготовки по самбо на учебно-тренировочном этапе.
5. Навыки планирования тренировочных занятий по самбо с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе многолетней подготовки.
6. Навыки планирования занятий по самбо с учетом особенностей занимающихся на учебно-тренировочном этапе многолетней подготовки.
7. Навыки проведения тренировочных занятий по самбо с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе подготовки.
8. Навыки проведения тренировочных занятий по самбо с учетом особенностей занимающихся на учебно-тренировочном этапе подготовки.
9. Определение уровня работоспособности самбистов.
10. Выполнение функции арбитра при проведении соревнований по самбо.
11. Выполнение функции секретаря при проведении соревнований по самбо.
12. Применение методики по определению антропометрических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в самбо
13. Применение методики по определению физических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в самбо.
14. Применение методики по определению психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в самбо.
15. Разработка годового плана подготовки самбистов на тренировочном этапе многолетней подготовки (начальной специализации).
16. Разработка годового плана подготовки самбистов на учебно-тренировочном этапе многолетней подготовки (углубленной специализации).
17. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в самбо.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Разработка тренировочной программы подготовки самбистов на этапе спортивного совершенствования.
2. Планирование тренировочных занятий в самбо с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
3. Проведение тренировочных занятий по совершенствованию техники самбо с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
4. Проведение тренировочных занятий по совершенствованию тактики самбо с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.

5. Проведение тренировочных занятий самбистов по ОФП с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
6. Проведение тренировочных занятий самбистов по СФП с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
7. Определение уровня специализированных качеств у самбистов в средних весовых категориях.
8. Определение уровня специализированных качеств у самбистов в тяжелых весовых категориях.
9. Определение уровня специализированных качеств у самбистов в легких весовых категориях
10. Разработка подготовительного периода годового плана подготовки самбистов на этапе спортивного совершенствования.
11. Разработка соревновательного периода годового плана подготовки самбистов на этапе спортивного совершенствования.
12. Разработка переходного периода годового плана подготовки самбистов 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 самбо.
15. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в самбо.
16. Оценка результатов индивидуальной спортивной деятельности за период обучения в вузе.
17. Особенности тестирования работоспособности спортсменов в самбо на этапе спортивного совершенствования.
18. Разработать положение о соревнованиях по самбо.
19. Выполнение функции руководителя ковра при проведении соревнований по самбо.

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

а) Основная литература

1. Горбылёв А.М. Система дзюдо В. С. Ощепкова. Специальная библиотека В. С. Ощепкова / А.М. Горбылёв - М.: Авторская книга, 2013, - 848 с.
2. Максимов Д.В. Физическая подготовка единоборцев (теоретико-практические рекомендации) / Д.В. Максимов, В.Н. Селуянов, С.Е. Табаков // – М.: ТВТ Дивизион, 2011. – 160 с.
3. Самбо: примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / С.Е. Табаков, С.В. Елисеев, А.В. Конаков // . – М.: Советский спорт, 2005. – 240 с.
4. Табаков С.Е. Самбо - в школу. Примерная программа учебного предмета "Физическая культура" для образовательных организаций, реализующих программы начального, основного и среднего общего образования : учеб. пособие для общеобразоват. организаций / С.Е. Табаков, Е.В. Ломакина. - М.: Просвещение, 2017. - 231 с. - ISBN 978-5-09-054264-7.
5. Чумаков Е.М. Сто уроков САМБО. / Под редакцией С.Е. Табакова.– Изд.6-е, испр. и доп. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2005. - 448 с., ил.

6. Шестаков В.Б. САМБО – наука побеждать. Теоретические и методические основы подготовки самбистов: учебное пособие/ Ф.В. Емельяненко, С.В. Ерёгина, В.Б. Шестаков // – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2012. – 224 с.ил.

7.2 Дополнительная литература

1. Агафонов Э.В. Борьба самбо: учебное пособие / Э.В. Агафонов, В.А. Хориков//. – Красноярск, 1998.
2. Борьба самбо: справочник / Е.М. Чумаков//. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 144 с.
3. Волков В.П. Курс самозащиты без оружия «САМБО»: учебное пособие для школ НКВД / В.П. Волков//. – М.: Издательство школьно-курсового отделения отдела кадров НКВД СССР, 1940. – 537 с.
4. Волостных В.В. Боевое самбо: введение в систему: методическое пособие по курсу «Физвоспитание» / В.В. Волостных, Н.И. Борисов//. – М.: Издательство МЭИ, 1999 – 28 с.
5. Волостных В.В. Методические рекомендации к учебным занятиям по самбо / В.В. Волостных, А.Г. Жуков//. – М.: МЭИ, 1988.
6. Волостных В.В. Энциклопедия боевого самбо: в 2-х т / В.В. Волостных, А.Г. Жуков, В.А. Тихонов//. – Жуковский: Ассоциация «Олимп», 1993. – 576 с.
7. Грунтовский А. Русский кулачный бой: история, этнография, техника / А. Грунтовский//. – С.Пб., 1993. – 160 с.
8. Губанова М.И. Постановка спортивно-художественных выступлений в массовых театрализованных и церемониальных спортивных праздниках: методическая разработка для слушателей спецкурса РГАФК / М.И. Губанова, А.Л. Дружков, С.Е. Табаков. – М.: РГАФК, 1995. – 52 с.
9. Долин А.А. КЭМПО – традиция воинских искусств / А.А. Долин, Г.В. Попов//. – 2-е изд. – М.: Наука; гл. ред. вост. литературы, 1990. – 429 с.
10. Игуменов В.М. Спортивная борьба: учебник для студентов и учащихся факультетов (отделений) физического воспитания педагогических учебных заведений / В.М. Игуменов, Б.А. Подливаев//. – М.: Просвещение, 1993. – 240 с.
11. Индивидуальное планирование тренировки борца-самбиста: методические рекомендации / Подготовлены С.Ф. Ионовым и Е.М. Чумаковым//. – М.: Комитет по ФК и С при СМ СССР, 1986. – 59 с.
12. Ионов С.Ф. Организация и судейство соревнований по борьбе самбо / С.Ф. Ионов, И.Л. Ципурский//. – М.: Физкультура и спорт, 1983.
13. История боевых искусств. Россия и ее соседи / под ред. Г.К. Панченко//. – М.: Олимп; ООО «Издательство АСТ», 1997. – 512 с.
14. История боевых искусств: колыбель цивилизации / под ред. Г.К. Панченко//. – М.: Олимп; ООО «Издательство АСТ», 1996. – 480 с.
15. История боевых искусств: неизвестный восток / под ред. Г.К. Панченко//. – М.: Олимп; ООО «Издательство АСТ», 1996. – 464 с.
16. История боевых искусств: от Нового Света до Черного континента / под ред. Г.К. Панченко//. – М.: Олимп; ООО «Издательство АСТ», 1997. – 512 с.
17. Концепция биологически целесообразной физической подготовки борцов (самбо, дзюдо). – М.: ЗАО фирма «Лица», 2005. – 120 с.
18. Кулиненков О.С. Фармакология спорта: клинико-фармакологический справочник спорта высших достижений. – 3-е изд., перераб. и доп / О.С. Кулиненков//. – М.: Советский спорт, 2001. – 200 с.
19. Лесгафт П.Ф. Собрание педагогических сочинений. Т.1 // Руководство по физическому образованию детей школьного возраста. – М., ФиС. 1952.

20. Лукашев М.Н. 10 тысяч путей к победе / М.Н. Лукашев// – М.: Молодая гвардия, 1982. – 175 с.
21. Лукашов М.Н. Родословная самбо / М.Н. Лукашев// – М.: ФиС., 1986.
22. Лукашов М.Н. Слава былых чемпионов / М.Н. Лукашев//. – М.: ФиС, 1976.
23. Милковский Е. Искусство спортивной борьбы Японии / Е. Милковский // Пер. с польского И.И. Лучица-Федорова. – Минск: Полымя, 1991. – 175 с.
24. Новиков Н.А. Информационное обеспечение диалоговой автоматизированной обучающей системы для борьбы самбо: учеб. пособие / Н.А. Новиков, В.И. Старшинов//. – М.: МИФИ, 1985.
25. Ознобишин Н.Н. Искусство рукопашного боя / Н.Н. Ознобишин//. – М., 1930. – 226 с.
26. Петров Б.Н. Массовые спортивно-художественные представления: основы режиссуры, технологии, организации и методики / Б.Н. Петров//. – М.: Физкультура, образование и наука, 1998. – 328 с.
27. Платонов А.Е. Статистический анализ в медицине и биологии: задачи, терминология, логика, компьютерные методы / А.Е. Платонов//. – М.: Издательство РАМН, 2000. – 52 с.
28. Попов Г.В. Боевые единоборства народов мира / Г.В. Попов//. – М.: Международные отношения, 1993. – 160 с.
29. Рудман Д.Л. Самбо / Д.Л. Рудман//. – М.: Терра-Спорт, 2000.
30. Рудман Д.Л. Самбо: техника борьбы лежа: защита / Д.Л. Рудман//. – М.: ФиС, 1983. – 256 с.
31. Рудман Д.Л. Самбо: техника борьбы лежа: нападение / Д.Л. Рудман//. – М.: ФиС, 1982. – 232 с.
32. Самбо: правила соревнований [Текст] / Всероссийская федерация самбо. – М.: Советский спорт, 2006. – 128 с.
33. Самбо: справочник [Текст] – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Советский спорт, 2006. – 208 с.
34. Селуянов В.Н. Определение одаренностей и поиск талантов в спорте / В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков//. – М.: СпортАкадемПресс, 2000. – 112 с.
35. Селуянов В.Н. Основы научно-методической деятельности в физической культуре: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков, И.П. Космина//. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 184 с.
36. Спиридонов В.А. Руководство самозащиты без оружия по системе Джиу-джитсу / В.А. Спиридонов//. – М.: Изд. воен. типогр. упр. делами Наркомвоенмор и РВС СССР, 1927. – 149 с.
37. Спиридонов В.А. Самозащита без оружия: основы самозащиты: тренировка: методика изучения / В.А. Спиридонов. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство ЦС «Динамо», 1933. – 203 стр.
38. Спиридонов В.А. Самозащита без оружия: тренировка и состязание / В.А. Спиридонов//. – М.: Военный вестник, 1928. – 213 с.
39. Спортивная борьба: классическая, вольная, самбо / Под общ. ред. Н.М. Галковского, А.З. Катулина//. – М.: Физкультура и спорт, 1968. – 584 с.
40. Спортивно-педагогическая адаптология борьбы самбо: методические рекомендации // С.В. Елисеев, В.Н. Селуянов, С.Е. Табаков//. – М.: ЗАО фирма «ЛИКА», 2004. – 88 с.
41. Станков А.Г. Индивидуализация подготовки борцов / А.Г. Станков, В.П. Климин, И.А. Письменский//. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 240 с.
42. Толковый словарь спортивных терминов: около 7400 терминов / Сос. Ф.П. Суслов, С.М. Вайцеховский//. – М.: Физкультура и спорт, 1993. – 352 с.

43. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки: учебное пособие: в 4-х кн. – Кн. I. Пропедевтика / Г.С. Туманян//. – М.: Советский спорт, 1997. – 288 с., ил.
44. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки: учебное пособие: в 4-х кн. – Кн. II. Кинезиология и психология / Г.С. Туманян//. – М.: Советский спорт, 1998. – 280 с., ил.
45. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки: учебное пособие: в 4-х кн. – Кн. III. Методика подготовки / Г.С. Туманян//. – М.: Советский спорт, 1998. – 400 с., ил.
46. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки: учебное пособие. В 4-х кн. Кн. IV. Планирование и контроль / Г.С. Туманян//. – М.: Советский спорт, 2000. – 384 с., ил.
47. Харлампиев А.А. Борьба самбо / А.А. Харлампиев//. – М.: ФиС, 1964. – 388 с.
48. Харлампиев А.А. Система самбо: боевое искусство / А.А. Харлампиев//. – М.: Советский спорт, 1995. – 96 с.
49. Харлампиев А.А. Тактика борьбы самбо / А.А. Харлампиев//. – М., ФиС, 1958.
50. Харлампиев А.А. Техника борьбы самбо / А.А. Харлампиев//. – М.: ФиС, 1960.
51. Чумаков Е.М. Моделирование спортивной деятельности борца: методическая разработка для студентов ГЦОЛИФК / Е.М. Чумаков, И.В. Шашурин//. – М., 1986. – 26 с.
52. Чумаков Е.М. Тактика борца-самбиста / Е.М. Чумаков//. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – 224 с.
53. Чумаков Е.М. Физическая подготовка борца / Е.М. Чумаков//. – М.: РГАФК, 1996. – 106 с.

7.3 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Международная федерация самбо (ФИАС) - <http://www.sambo-fias.org>;
2. Всероссийская федерация самбо (ВФС) - <http://www.sambo.ru>;

7.4 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

	-Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook	России от 08 сентября 2017 года № 796 в составе: <i>Редактор текстовый,</i> <i>Редактор табличный,</i> <i>Редактор деловой графики и презентаций</i> <i>Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i>
3	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.

–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

- компьютерные обучающие программы по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (самбо)»

1. Табаков С.Е. САМБО: Интерактивный справочник-энциклопедия. Том 1/ С.Е. Табаков //ООО «ВИПв», CD, 2005.
2. Табаков С.Е. САМБО: Интерактивный справочник-энциклопедия. Том 2/ С.Е. Табаков //ООО «ВИПв», CD, 2006.
3. Табаков С.Е. САМБО: Интерактивный справочник-энциклопедия. Том 3/ С.Е. Табаков //ООО «ВИПв», CD, 2007.
4. Табаков С.Е. САМБО: Интерактивный справочник-энциклопедия. Том 4/ С.Е. Табаков //ООО «ВИПв», CD, 2008.
5. Табаков С.Е. САМБО – первые шаги, / С.Е. Табаков // DVD (60 мин), 2002.
6. Табаков С.Е. САМозащита Без Оружия/ С.Е. Табаков// DVD (60 мин), 2002.
7. Табаков С.Е. САМБО – вершины мастерства / С.В. Елисеев, С.Е. Табаков// DVD (60 мин), 2002.
8. САМБО в ГТО. Обучающая программа / С.В. Елисеев, С.А. Новик, С.Е. Табаков// 2017.

8 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (самбо)»

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

8.2 Специализированный зал самбо

8.3 Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

1. Программное обеспечение системы проведения соревнований по самбо «PRO-SAMBO».
2. Набор отвесов, имитаторов стоп самбиста, деревянные куклы и др. оборудование для проведения занятий по биомеханическому анализу выполнения техники самбо.
3. Набор инструментов и программное обеспечение оценки физического состояния самбистов.
4. Набор инструментов и программное обеспечение для оценки состава тела.
5. Программное обеспечение оценки знаний по тактике самбо.

Для преподавания дисциплины «СПС самбо» на кафедре имеется следующая научная аппаратура:

- Видеокамера «Sony-DCR-VX-2100E»;
- Регистратор variability сердечного ритма «Canon», регистрирующая часть + компьютерная программа;
- Пульсометр «Polar-S 610»;
- АРМ в составе системного блока PIV-2 (6МГц);
- Компьютер «Celeron 500/64/10/4» ;
- Копировальный аппарат «Canon PC-860»;
- Принтер «HP Laser Jet – 1300»;
- Принтер «OKI 8W» и Ноутбук «HP»;
- Монитор «Philips NEC-1550 V-15»;
- Принтер «HP Laser Jet-1320»;
- Монитор «Samsung»;
- Диктофон.

8.4 Спортивный инвентарь

1. Ковёр самбо -2 шт.
2. Манекен борцовский – 5 шт.
3. Мешок боксёрский – 5 шт.
4. Груша боксёрская – 5 шт.
5. Макет пистолета – 5 шт.
6. Макет ножа – 10 шт.
7. Макет автомата АКС-74 – 1 шт.
8. Дубинка резиновая – 10 шт.
9. Палка гимнастическая - 10 шт.
10. Канат гимнастический – 2 шт.
11. Пояс самбо – 15 шт.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (самбо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, XX 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 самбо. 2. Подготовка мест занятий самбо и изучение инструкций по технике безопасности 3. Занятия самбо 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, 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 (самбо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, XX 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): 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 самбо по программе начальной подготовки. 2. Занятия по анализу техники самбо. 3. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке самбистов. 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 (самбо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, XX 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 самбо. 2. Занятия самбо по программе этапа начальной углубленной спортивной специализации. 3. Самоконтроль в процессе занятий самбо. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке самбистов. 5. Занятия по анализу тактики самбо. 6. Методики обучения в самбо. 7. Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке самбистов. 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 (самбо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, XX 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 самбо. 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах самбо в СШ. 3. Изучение структуры и организации работы СШ самбо. 4. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий. 5. Разработка годового плана подготовки самбистов на тренировочном этапе. 6. Навыки определения уровня работоспособности самбистов. 7. Хронометраж занятий самбо. 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 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. 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 (самбо)» 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 самбо. 2. Сохранение и поддержание спортивной формы самбистов. 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности самбистов. 4. Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе спортивного совершенствования в самбо. 5. Навыки определения уровня специализированных качеств у самбистов. 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
(самбо)»**

(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 самбо 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):

№	Разделы дисциплины (модули) «Спортивно-педагогическое совершенствование (самбо)»	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 самбо		8	100		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий самбо		2	20		
1.2	Подготовка мест занятий самбо и изучение инструкций по технике безопасности.		2	10		
1.3	Занятия самбо по программе начальной подготовки		4	70		
2	Формирование навыков совершенствования физических качеств самбистов		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 самбо		4	38		
1.1	Занятия самбо по программе начальной подготовки		4	38		
2	Освоение методики технико- тактической подготовки самбистов		4	30		
2.1	Занятия по анализу техники самбо		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 самбо		6	64		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной части занятий самбо		2	8		
1.2	Занятия самбо по программе начальной углубленной спортивной специализации		2	52		
1.3	Самоконтроль в процессе занятий самбо		2	4		
2	Формирование навыков совершенствования физических качеств самбистов		2	8		
2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке		2	8		
3	Освоение методик технико-тактической подготовки самбистов		4	20		
3.1	Занятия по анализу тактики самбо		2	10		
3.2	Методики обучения в самбо		2	10		
4	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.		2	8		
4.1	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке самбистов		2	8		
5	Организация и проведение соревнований		2	28		
5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей самбо		2	28		
IV курс	Всего: 144 часа (4 зачетных единицы)	7-8	16	128		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий самбо		8	80		

1.1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами спортивных школ самбо		2	6		
1.2	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах спортивных школ самбо		2	4		
1.3	Изучение структуры и организации работы спортивных школ самбо			8		
1.4	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий самбо		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 самбистов			16		
3	Управление процессом спортивной подготовки.		4	16		
3.1	Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в самбо.		2	8		
3.2	Хронометраж занятий самбо.		2	8		
4	Организация и проведение соревнований		4	16		
4.1	Формирование навыков судейства в качестве судей самбо		4	16		
V курс	Всего: 126 часов (3,5 зачетных единиц).	9-10	32	103	9	Экзамен
1	Организация и проведение занятий самбо		22	67		
1.1	Проведение занятий с группами спортивного совершенствования самбо.		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 самбо.		2	4		
3	Управление процессом спортивной подготовки		2	16		
3.1	Навыки определения уровня специальных качеств в самбо.		2	16		
4	Организация и проведение соревнований		6	16		
4.1	Разработка и написание положения о соревнованиях самбо		2	4		
4.2	Составление сметы на проведение соревнований самбо.		2	4		
4.3	Организация и проведение соревнований в самбо		2	8		
Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)			90	621	9	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА 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 единоборств

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

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Составитель:

Табakov Сергей Евгеньевич – кандидат педагогических наук, профессор
кафедры ТИМ единоборств «РГУФКСМиТ».

Рецензент:

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

1.Цель освоения дисциплины (модуля)

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

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

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (самбо)» 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 спортивных единоборств.

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 самбо 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)
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;	

	<ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<p>5</p> <p>6</p> <p>7</p> <p>8</p>
	<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. 	<p>1</p> <p>2</p>
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать тактику в самбо 	<p>3</p> <p>4</p>
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев. 	<p>5</p> <p>6</p> <p>7</p> <p>8</p>
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 самбо. 	<p>3</p> <p>4</p> <p>5</p> <p>6</p>
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований. 	<p>7</p> <p>8</p>
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 самбо 	<p>5</p> <p>6</p>
ПК-11	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в самбо 	<p>5</p> <p>6</p>

	Владеть: - навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства самбо	7 8
ПК-14	Уметь: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта (самбо) 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 (самбо)»

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) «Спортивно-педагогическое совершенствование (самбо)»	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		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий по самбо			12	62		

1.1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по самбо.			4	10		
1.2	Подготовка мест занятий по самбо и изучение инструкций по технике безопасности.				10		
1.3	Занятия самбо по программе начальной подготовки.			8	42		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств самбистов			10	30		
2.1	Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности.			10	30		
3.	Освоение методики технико-тактической подготовки самбистов			10	30		
3.1	Занятия по анализу техники самбо.			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 (3,5зачетных единиц).	3-4		60	66		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий по самбо			20	12		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной части занятий по самбо.			4	8		
1.2	Занятия самбо по программе тренировочного этапа.			10			
1.3	Самоконтроль в процессе занятий по самбо			6	4		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств самбистов.			10	8		

2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке.			10	8		
3.	Освоение методик технико-тактической подготовки самбистов.			20	12		
3.1	Занятия по анализу тактики самбо.			4	4		
3.2	Методики обучения в самбо.			16	8		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.			4	8		
4.1	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке самбистов.			4	8		
5.	Организация и проведение соревнований.			6	26		
5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей по самбо.			6	26		
III курс	Всего: 126 часов (3,5 зачетных единиц).	5-6		60	66		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий по самбо.			24	18		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами спортивных школ по самбо.			2	6		
1.2	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах спортивных школ по самбо			2	4		
1.3	Изучение структуры и организации работы спортивных школ по самбо.				8		
1.4	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий по самбо			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 самбо.				16		
3.	Управление процессом спортивной подготовки.			20	16		
3.1	Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в самбо.			10	8		
3.2	Хронометраж занятий по самбо.			10	8		
4.	Организация и проведение соревнований			16	16		
4.1	Формирование навыков судейства в качестве судей по самбо.			16	16		
IV курс	Всего: 234 часа (3,5 зачетных единиц).	7-8		60	165	9	Экзамен
1.	Организация и проведение занятий по самбо.			20	109		
1.1	Проведение занятий с группами спортивного совершенствования по самбо.			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 самбо.			2	8		
3.	Управление процессом спортивной подготовки.			20	20		
3.1	Навыки определения уровня специальных качеств в самбо.			20	20		
4.	Организация и проведение соревнований			18	28		
4.1	Разработка и написание положения о соревнованиях по самбо.			4	4		
4.2	Составление сметы на проведение соревнований по самбо.			4	4		

4.3	Организация и проведение соревнований в самбо.			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 (самбо)»

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)).

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

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

Вопросы для устного ответа:

1. Основы применения строевых упражнений в подготовительной части занятий по самбо.
2. Основы применения общеразвивающих упражнений в подготовительной части занятий по самбо.
3. Основы применения акробатических упражнений в подготовительной части занятий по самбо.
4. Основы применения беговых и игровых упражнений в подготовительной части занятий по самбо.
5. Основы применения специально-подготовительных упражнений в подготовительной части занятий по самбо
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 самбистов.
8. Навыки использования упражнений из других видов спорта в подготовительной части занятий по борьбе.
9. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в стойке выведением из равновесия.
10. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в стойке захватом ног.
11. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в стойке подножки.
12. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в стойке подсечки.
13. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в стойке зацепы.
14. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в стойке подхватыва.

15. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в борьбе лёжа - переворачивания.
16. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в борьбе лёжа - удержания.
17. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в борьбе лёжа - болевые.
18. Показ и анализ техники самбо в стойке в основном руками.
19. Показ и анализ техники самбо в стойке в основном ногами.
20. Показ и анализ техники самбо в стойке в основном туловищем.
21. Показ и анализ техники самбо в борьбе лёжа – удержания.
22. Показ и анализ техники самбо в борьбе лёжа – болевые на руки.
23. Показ и анализ техники самбо в борьбе лёжа – болевые на ноги.
24. Судейство соревнований в качестве бокового судьи.

5.2.2. Содержание экзаменационных 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 самбо.
2. Основы применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по самбо.
3. Основы применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по самбо.
4. Основы применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по самбо.
5. Особенности применения упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по самбо.
6. Особенности применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по самбо.
7. Особенности применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по самбо.
8. Особенности применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по самбо.
9. Навыки использования упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по самбо, 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 самбо, 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 самбо, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.
12. Навыки использования упражнений растяжение в заключительной части занятий по самбо, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.
13. Навыки использования упражнений на расслабление в заключительной части занятий по самбо, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.
14. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке через бедро.
15. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке через спину.

16. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке через грудь.
17. Анализ тактики выполнения технических действий в борьбе лёжа – варианты удержаний.
18. Анализ тактики выполнения технических действий в борьбе лёжа – варианты переворачиваний.
19. Анализ тактики выполнения технических действий в борьбе лёжа – варианты болевых приёмов.
20. Особенности выполнения функций бокового судьи.
21. Умение демонстрации оптимальной техники в стойке в основном руками.
22. Умение демонстрации оптимальной техники в стойке в основном ногами.
23. Умение демонстрации оптимальной техники в стойке в основном туловищем.
24. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы лёжа - переворачиваний.
25. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы лёжа - удержаний
26. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы лёжа – болевые приёмы.
27. Осуществление самоконтроля на занятиях по самбо.
28. Осуществление самоконтроля между занятиями различной направленности по самбо.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Разработка программы спортивной подготовки посамбо на начальном этапе.
2. Разработка программы спортивной подготовки посамбо на учебно-тренировочном этапе.
3. Особенности реализации программы спортивной подготовки посамбо на начальном этапе.
4. Особенности реализации программы спортивной подготовки посамбо на учебно-тренировочном этапе.
5. Навыки планирования тренировочных занятий посамбо с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе многолетней подготовки.
6. Навыки планирования занятий посамбо с учетом особенностей занимающихся на учебно-тренировочном этапе многолетней подготовки.
7. Навыки проведения тренировочных занятий посамбо с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе подготовки.
8. Навыки проведения тренировочных занятий по самбо с учетом особенностей занимающихся на учебно-тренировочном этапе подготовки.
9. Определение уровня работоспособности самбистов.
10. Выполнение функции арбитра при проведении соревнований посамбо.
11. Выполнение функции секретаря при проведении соревнований по самбо.
12. Применение методики по определению антропометрических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в самбо
13. Применение методики по определению физических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в самбо.
14. Применение методики по определению психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в самбо.
15. Разработка годового плана подготовки самбистов на тренировочном этапе многолетней подготовки (начальной специализации).
16. Разработка годового плана подготовки самбистов на учебно-тренировочном этапе многолетней подготовки (углубленной специализации).
17. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в самбо.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Разработка тренировочной программы подготовки самбистов на этапе спортивного совершенствования.
2. Планирование тренировочных занятий в самбо с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
3. Проведение тренировочных занятий по совершенствованию техники самбо с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
4. Проведение тренировочных занятий по совершенствованию тактики самбо с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
5. Проведение тренировочных занятий самбистов по ОФП с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
6. Проведение тренировочных занятий самбистов по СФП с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
7. Определение уровня специализированных качеств у самбистов в средних весовых категориях.
8. Определение уровня специализированных качеств у самбистов в тяжелых весовых категориях.
9. Определение уровня специализированных качеств у самбистов в легких весовых категориях.
10. Разработка подготовительного периода годового плана подготовки самбистов на этапе спортивного совершенствования.
11. Разработка соревновательного периода годового плана подготовки самбистов на этапе спортивного совершенствования.
12. Разработка переходного периода годового плана подготовки самбистов 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 самбо.
15. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в самбо.
16. Оценка результатов индивидуальной спортивной деятельности за период обучения в вузе.
17. Особенности тестирования работоспособности спортсменов в самбо на этапе спортивного совершенствования.
18. Разработать положение о соревнованиях по самбо.
19. Выполнение функции руководителя ковра при проведении соревнований по самбо.

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

а) Основная литература

1. Горбылёв А.М. Система дзюдо В. С. Ощепкова. Специальная библиотека В. С. Ощепкова / А.М. Горбылёв - М.: Авторская книга, 2013, - 848 с.
2. Максимов Д.В. Физическая подготовка единоборцев (теоретико-практические рекомендации) / Д.В. Максимов, В.Н. Селуянов, С.Е. Табаков // – М.: ТВТ Дивизион, 2011. – 160 с.

3. Самбо: примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / С.Е. Табаков, С.В. Елисеев, А.В. Конаков//. – М.: Советский спорт, 2005. – 240 с.

4. Табаков С.Е. Самбо - в школу. Примерная программа учебного предмета "Физическая культура" для образовательных организаций, реализующих программы начального, основного и среднего общего образования : учеб. пособие для общеобразоват. организаций / С.Е. Табаков, Е.В. Ломакина. - М.: Просвещение, 2017. - 231 с. - ISBN 978-5-09-054264-7.

5. Чумаков Е.М. Сто уроков САМБО. / Под редакцией С.Е. Табакова.– Изд.6-е, испр. и доп. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2005. - 448 с., ил.

6. Шестаков В.Б. САМБО – наука побеждать. Теоретические и методические основы подготовки самбистов: учебное пособие/ Ф.В. Емельяненко, С.В. Ерёгина, В.Б. Шестаков // – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2012. – 224 с.ил.

7.2 Дополнительная литература

1. Агафонов Э.В. Борьба самбо: учебное пособие / Э.В. Агафонов, В.А. Хориков//. – Красноярск, 1998.

2. Борьба самбо: справочник / Е.М. Чумаков//. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 144 с.

3. Волков В.П. Курс самозащиты без оружия «САМБО»: учебное пособие для школ НКВД / В.П. Волков//. – М.: Издательство школьно-курсового отделения отдела кадров НКВД СССР, 1940. – 537 с.

4. Волостных В.В. Боевое самбо: введение в систему: методическое пособие по курсу «Физвоспитание» / В.В. Волостных, Н.И. Борисов//. – М.: Издательство МЭИ, 1999 – 28 с.

5. Волостных В.В. Методические рекомендации к учебным занятиям по самбо / В.В. Волостных, А.Г. Жуков//. – М.: МЭИ, 1988.

6. Волостных В.В. Энциклопедия боевого самбо: в 2-х т / В.В. Волостных, А.Г. Жуков, В.А. Тихонов//. – Жуковский: Ассоциация «Олимп», 1993. – 576 с.

7. Грунтовский А. Русский кулачный бой: история, этнография, техника / А. Грунтовский//. – С.Пб., 1993. – 160 с.

8. Губанова М.И. Постановка спортивно-художественных выступлений в массовых театрализованных и церемониальных спортивных праздниках: методическая разработка для слушателей спецкурса РГАФК / М.И. Губанова, А.Л. Дружков, С.Е. Табаков. – М.: РГАФК, 1995. – 52 с.

9. Долин А.А. КЭМПО – традиция воинских искусств / А.А. Долин, Г.В. Попов//. – 2-е изд. – М.: Наука; гл. ред. вост. литературы, 1990. – 429 с.

10. Игуменов В.М. Спортивная борьба: учебник для студентов и учащихся факультетов (отделений) физического воспитания педагогических учебных заведений / В.М. Игуменов, Б.А. Подливаев//. – М.: Просвещение, 1993. – 240 с.

11. Индивидуальное планирование тренировки борца-самбиста: методические рекомендации / Подготовлены С.Ф. Ионовым и Е.М. Чумаковым//. – М.: Комитет по ФК и С при СМ СССР, 1986. – 59 с.

12. Ионов С.Ф. Организация и судейство соревнований по борьбе самбо / С.Ф. Ионов, И.Л. Ципурский//. – М.: Физкультура и спорт, 1983.

13. История боевых искусств. Россия и ее соседи / под ред. Г.К. Панченко//. – М.: Олимп; ООО «Издательство АСТ», 1997. – 512 с.

14. История боевых искусств: колыбель цивилизации / под ред. Г.К. Панченко//. – М.: Олимп; ООО «Издательство АСТ», 1996. – 480 с.

15. История боевых искусств: неизвестный восток / под ред. Г.К. Панченко//. – М.: Олимп; ООО «Издательство АСТ», 1996. – 464 с.
16. История боевых искусств: от Нового Света до Черного континента / под ред. Г.К. Панченко//. – М.: Олимп; ООО «Издательство АСТ», 1997. – 512 с.
17. Концепция биологически целесообразной физической подготовки борцов (самбо, дзюдо). – М.: ЗАО фирма «Лица», 2005. – 120 с.
18. Кулиненко О.С. Фармакология спорта: клинико-фармакологический справочник спорта высших достижений. – 3-е изд., перераб. и доп / О.С. Кулиненко//. – М.: Советский спорт, 2001. – 200 с.
19. Лесгафт П.Ф. Собрание педагогических сочинений. Т.1 // Руководство по физическому образованию детей школьного возраста. – М., ФиС. 1952.
20. Лукашев М.Н. 10 тысяч путей к победе / М.Н. Лукашев// – М.: Молодая гвардия, 1982. – 175 с.
21. Лукашов М.Н. Родословная самбо / М.Н. Лукашев// – М.: ФиС., 1986.
22. Лукашов М.Н. Слава былых чемпионов / М.Н. Лукашев//. – М.: ФиС, 1976.
23. Милковский Е. Искусство спортивной борьбы Японии / Е. Милковский // Пер. с польского И.И. Лучица-Федорова. – Минск: Польша, 1991. – 175 с.
24. Новиков Н.А. Информационное обеспечение диалоговой автоматизированной обучающей системы для борьбы самбо: учеб. пособие / Н.А. Новиков, В.И. Старшинов//. – М.: МИФИ, 1985.
25. Ознобишин Н.Н. Искусство рукопашного боя / Н.Н. Ознобишин//. – М., 1930. – 226 с.
26. Петров Б.Н. Массовые спортивно-художественные представления: основы режиссуры, технологии, организации и методики / Б.Н. Петров//. – М.: Физкультура, образование и наука, 1998. – 328 с.
27. Платонов А.Е. Статистический анализ в медицине и биологии: задачи, терминология, логика, компьютерные методы / А.Е. Платонов//. – М.: Издательство РАМН, 2000. – 52 с.
28. Попов Г.В. Боевые единоборства народов мира / Г.В. Попов//. – М.: Международные отношения, 1993. – 160 с.
29. Рудман Д.Л. Самбо / Д.Л. Рудман//. – М.: Терра-Спорт, 2000.
30. Рудман Д.Л. Самбо: техника борьбы лежа: защита / Д.Л. Рудман//. – М.: ФиС, 1983. – 256 с.
31. Рудман Д.Л. Самбо: техника борьбы лежа: нападение / Д.Л. Рудман//. – М.: ФиС, 1982. – 232 с.
32. Самбо: правила соревнований [Текст] / Всероссийская федерация самбо. – М.: Советский спорт, 2006. – 128 с.
33. Самбо: справочник [Текст] – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Советский спорт, 2006. – 208 с.
34. Селуянов В.Н. Определение одаренностей и поиск талантов в спорте / В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков//. – М.: СпортАкадемПресс, 2000. – 112 с.
35. Селуянов В.Н. Основы научно-методической деятельности в физической культуре: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков, И.П. Космина//. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 184 с.
36. Спиридонов В.А. Руководство самозащиты без оружия по системе Джиу-джитсу / В.А. Спиридонов//. – М.: Изд. воен. типогр. упр. делами Наркомвоенмор и РВС СССР, 1927. – 149 с.
37. Спиридонов В.А. Самозащита без оружия: основы самозащиты: тренировка: методика изучения / В.А. Спиридонов. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство ЦС «Динамо», 1933. – 203 стр.

38. Спиридонов В.А. Самозащита без оружия: тренировка и состязание / В.А. Спиридонов//. – М.: Военный вестник, 1928. – 213 с.
39. Спортивная борьба: классическая, вольная, самбо / Под общ. ред. Н.М. Галковского, А.З. Катулина//. – М.: Физкультура и спорт, 1968. – 584 с.
40. Спортивно-педагогическая адаптология борьбы самбо: методические рекомендации // С.В. Елисеев, В.Н. Селуянов, С.Е. Табаков//. – М.: ЗАО фирма «ЛИКА», 2004. – 88 с.
41. Станков А.Г. Индивидуализация подготовки борцов / А.Г. Станков, В.П. Климин, И.А. Письменский//. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 240 с.
42. Толковый словарь спортивных терминов: около 7400 терминов / Сос. Ф.П. Суслов, С.М. Вайцеховский//. – М.: Физкультура и спорт, 1993. – 352 с.
43. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки: учебное пособие: в 4-х кн. – Кн. I. Пропедевтика / Г.С. Туманян//. – М.: Советский спорт, 1997. – 288 с., ил.
44. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки: учебное пособие: в 4-х кн. – Кн. II. Кинезиология и психология / Г.С. Туманян//. – М.: Советский спорт, 1998. – 280 с., ил.
45. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки: учебное пособие: в 4-х кн. – Кн. III. Методика подготовки / Г.С. Туманян//. – М.: Советский спорт, 1998. – 400 с., ил.
46. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки: учебное пособие. В 4-х кн. Кн. IV. Планирование и контроль / Г.С. Туманян//. – М.: Советский спорт, 2000. – 384 с., ил.
47. Харлампиев А.А. Борьба самбо / А.А. Харлампиев//. – М.: ФиС, 1964. – 388 с.
48. Харлампиев А.А. Система самбо: боевое искусство / А.А. Харлампиев//. – М.: Советский спорт, 1995. – 96 с.
49. Харлампиев А.А. Тактика борьбы самбо / А.А. Харлампиев//. – М., ФиС, 1958.
50. Харлампиев А.А. Техника борьбы самбо / А.А. Харлампиев//. – М.: ФиС, 1960.
51. Чумаков Е.М. Моделирование спортивной деятельности борца: методическая разработка для студентов ГЦОЛИФК / Е.М. Чумаков, И.В. Шашурин//. – М., 1986. – 26 с.
52. Чумаков Е.М. Тактика борца-самбиста / Е.М. Чумаков//. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – 224 с.
53. Чумаков Е.М. Физическая подготовка борца / Е.М. Чумаков//. – М.: РГАФК, 1996. – 106 с.

7.3 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Международная федерация самбо (ФИАС) - <http://www.sambo-fias.org>;
2. Всероссийская федерация самбо (ВФС) - <http://www.sambo.ru>;

7.4 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 -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:

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

- компьютерные обучающие программы по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (самбо)»

1. Табаков С.Е. САМБО: Интерактивный справочник-энциклопедия. Том 1/ С.Е. Табаков //ООО «ВИПв», CD, 2005.
2. Табаков С.Е. САМБО: Интерактивный справочник-энциклопедия. Том 2/ С.Е. Табаков //ООО «ВИПв», CD, 2006.
3. Табаков С.Е. САМБО: Интерактивный справочник-энциклопедия. Том 3/ С.Е. Табаков //ООО «ВИПв», CD, 2007.
4. Табаков С.Е. САМБО: Интерактивный справочник-энциклопедия. Том 4/ С.Е. Табаков //ООО «ВИПв», CD, 2008.
5. Табаков С.Е. САМБО – первые шаги, / С.Е. Табаков // DVD (60 мин), 2002.
6. Табаков С.Е. САМозащита Без Оружия/ С.Е. Табаков// DVD (60 мин), 2002.
7. Табаков С.Е. САМБО – вершины мастерства / С.В. Елисеев, С.Е. Табаков// DVD (60 мин), 2002.
8. САМБО в ГТО. Обучающая программа / С.В. Елисеев, С.А. Новик, С.Е. Табаков// 2017.

8 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (самбо)»

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

8.2 Специализированный зал самбо

8.3 Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

1. Программное обеспечение системы проведения соревнований по самбо «PRO-SAMBO».

2. Набор отвесов, имитаторов стоп самбиста, деревянные куклы и др. оборудование для проведения занятий по биомеханическому анализу выполнения техники самбо.

3. Набор инструментов и программное обеспечение оценки физического состояния самбистов.

4. Набор инструментов и программное обеспечение для оценки состава тела.

5. Программное обеспечение оценки знаний по тактике самбо.

Для преподавания дисциплины «СПС самбо» на кафедре имеется следующая научная аппаратура:

- Видеокамера «Sony-DCR-VX-2100E»;
- Регистратор variability сердечного ритма «Canon», регистрирующая часть + компьютерная программа;
- Пульсометр «Polar-S 610»;
- АРМ в составе системного блока PIV-2 (6МГц);
- Компьютер «Celeron 500/64/10/4» ;
- Копировальный аппарат «Canon PC-860»;
- Принтер «HP LaserJet – 1300»;
- Принтер «OKI 8W» и Ноутбук «HP»;
- Монитор «Philips NEC-1550 V-15»;
- Принтер «HP Laser Jet-1320»;
- Монитор «Samsung»;
- Диктофон.

8.4 Спортивный инвентарь

1. Ковёр самбо -2 шт.
2. Манекен борцовский – 5 шт.
3. Мешок боксёрский – 5 шт.
4. Груша боксёрская – 5 шт.
5. Макет пистолета – 5 шт.
6. Макет ножа – 10 шт.
7. Макет автомата АКС-74 – 1 шт.
8. Дубинка резиновая – 10 шт.
9. Палка гимнастическая - 10 шт.
10. Канат гимнастический – 2 шт.
11. Пояс самбо – 15 шт.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование(самбо)» 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 самбо. 2. Подготовка мест занятий по самбо и изучение инструкций по технике безопасности 3. Занятия самбо по программе начальной подготовки. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности 5. Занятия по анализу техники самбо. 6. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке самбистов 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(самбо)» 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 самбо. 2. Занятия самбо по программе учебно-тренировочного этапа. 3. Самоконтроль в процессе занятий самбо. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовкесамбистов. 5. Занятия по анализу тактики самбо. 6. Методики обучения всамбо. 7. Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке самбистов. 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	<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(самбо)» 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 самбо. 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах по самбо в СШ. 3. Изучение структуры и организации работы СШ по самбо. 4. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий. 5. Разработка годового плана подготовки самбистов на тренировочном этапе. 6. Навыки определения уровня работоспособности самбистов. 7. Хронометраж занятий по самбо. 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	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(самбо)» 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 самбо. 2. Сохранение и поддержание спортивной формы самбистов греко-римского стиля. 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности самбистов. 4. Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе спортивного совершенствования по самбо. 5. Навыки определения уровня специализированных качеств у самбистов. 6. Организация и проведение соревнований.	1-7 недели 8-15 недели 21-24 недели 29-30 недели 31-33 недели 34-38 недели	10 10 10 10 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	39 неделя	10
4	Сдача экзамена (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
(самбо)»**

(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 самбо 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):

№	Разделы дисциплины (модули) «Спортивно-педагогическое совершенствование (самбо)»	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		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий по самбо			12	62		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по самбо.			4	10		
1.2	Подготовка мест занятий по самбо и изучение инструкций по технике безопасности.				10		
1.3	Занятия самбо по программе начальной подготовки.			8	42		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств самбистов			10	30		
2.1	Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности.			10	30		
3.	Освоение методики технико-тактической подготовки самбистов			10	30		
3.1	Занятия по анализу техники самбо.			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 (3,5зачетных единиц).	3-4		60	66		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий по самбо			20	12		

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

1.3	Изучение структуры и организации работы спортивных школ по самбо.				8		
1.4	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий по самбо			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 самбо.				16		
3.	Управление процессом спортивной подготовки.			20	16		
3.1	Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в самбо.			10	8		
3.2	Хронометраж занятий по самбо.			10	8		
4.	Организация и проведение соревнований			16	16		
4.1	Формирование навыков судейства в качестве судей по самбо.			16	16		
IV курс	Всего: 234 часа (3,5 зачетных единиц).	7-8		60	165	9	Экзамен
1.	Организация и проведение занятий по самбо.			20	109		
1.1	Проведение занятий с группами спортивного совершенствования по самбо.			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 самбо.			2	8		

3.	Управление процессом спортивной подготовки.			20	20		
3.1	Навыки определения уровня специальных качеств в самбо.			20	20		
4.	Организация и проведение соревнований			18	28		
4.1	Разработка и написание положения о соревнованиях по самбо.			4	4		
4.2	Составление сметы на проведение соревнований по самбо.			4	4		
4.3	Организация и проведение соревнований в самбо.			10	20		
Всего: 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 (самбо)»**

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

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

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Табакон Сергей Евгеньевич – кандидат педагогических наук, профессор
кафедры ТИМ единоборств «РГУФКСМиТ».

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

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

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

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (самбо)» 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 спортивных единоборств.

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 самбо 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)
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;	

	<ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<p>5</p> <p>6</p> <p>7</p> <p>8</p>
	<p>Владеть:</p> <p>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. 	<p>1</p> <p>2</p>
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать тактику в самбо 	<p>3</p> <p>4</p>
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев. 	<p>5</p> <p>6</p> <p>7</p> <p>8</p>
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 самбо. 	<p>3</p> <p>4</p> <p>5</p> <p>6</p>
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований. 	<p>7</p> <p>8</p>
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 самбо 	<p>5</p> <p>6</p>
ПК-11	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапемноголетней подготовки в самбо 	<p>5</p> <p>6</p>

	Владеть: - навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства самбо	7 8
ПК-14	Уметь: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта (самбо) 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 (самбо)»

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	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)*				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
	ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ						
		1					
1	Педагогические умения и навыки			2	30		

	проведения подготовительной части занятий по самбо.						
2	Подготовка мест занятий по самбо и изучение инструкций по технике безопасности.			2	30		
3	Занятия самбо по программе начальной подготовки.			2	40		
	Итого за семестр			6	100		
	Промежуточная аттестация						
		2					
4	Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности.			2	25		
5	Занятия по анализу техники самбо.				25		
6	Составление комплекса упражнений общефизической и оздоровительной направленности.			2	25		
7	Формирование навыков судейства соревнований в качестве бокового судьи.				25		
	Итого за семестр			4	103		
	Промежуточная аттестация				3		Диф. зачет
	ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ						
		3					
8	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной части занятий по самбо.			2	10		
9	Занятия самбо по программе тренировочного этапа.			2	10		
10	Самоконтроль в процессе занятий по самбо			2	16		
11	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке.			2	10		
	Итого за семестр			8	46		
	Промежуточная аттестация						
		4					
12	Занятия по анализу тактики самбо.			2	10		
13	Методики обучения в самбо.			2	10		
14	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке самбистов.			2	15		
15	Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей по самбо.				10		
	Итого за семестр			6	45		

	Промежуточная аттестация				3		Диф. зачет
	ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ						
		5					
16	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами спортивных школ по самбо.			2	20		
17	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах спортивных школ по самбо				20		
18	Изучение структуры и организации работы спортивных школ по самбо.			2	10		
19	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий по самбо			2	14		
	Итого за семестр			6	64		
	Промежуточная аттестация						
		6					
20	Разработка годового плана подготовки спортсменов на начальном и учебно-тренировочном этапах многолетней подготовки по самбо.			2	15		
21	Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в самбо.			2	15		
22	Формирование навыков судейства в качестве судей по самбо.				37		
	Итого за семестр			4	67		
	Промежуточная аттестация				3		Диф. зачет
	ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ						
		7					
23	Проведение занятий с группами спортивного совершенствования по самбо.			2	30		
24	Сохранение и поддержание спортивной формы				30		
25	Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности			2	44		
	Итого за семестр			4	104		
	Промежуточная аттестация						
		8					
26	Разработка годового плана подготовки спортсменов в группах спортивного совершенствования по самбо.			2	20		

27	Навыки определения уровня специальных качеств в самбо.			2	20		
28	Разработка и написание положения о соревнованиях по самбо.			2	20		
29	Составление сметы на проведение соревнований по самбо.				20		
30	Организация и проведение соревнований в самбо.				20		
	Итого за семестр			6	102		
	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
	Всего часов			44	667	9	

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

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)).

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

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

Вопросы для устного ответа:

1. Основы применения строевых упражнений в подготовительной части занятий по самбо.
2. Основы применения общеразвивающих упражнений в подготовительной части занятий по самбо.
3. Основы применения акробатических упражнений в подготовительной части занятий по самбо.
4. Основы применения беговых и игровых упражнений в подготовительной части занятий по самбо.
5. Основы применения специально-подготовительных упражнений в подготовительной части занятий по самбо
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 самбистов.
8. Навыки использования упражнений из других видов спорта в подготовительной части занятий по борьбе.
9. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в стойке выведением из равновесия.
10. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в стойке захватом ног.

11. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в стойке подножки.
12. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в стойке подсечки.
13. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в стойке зацепы.
14. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в стойке подхваты.
15. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в борьбе лёжа - переворачивания.
16. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в борьбе лёжа - удержания.
17. Основы правильной техники выполнения базовых приемов самбо в борьбе лёжа - болевые.
18. Показ и анализ техники самбо в стойке в основном руками.
19. Показ и анализ техники самбо в стойке в основном ногами.
20. Показ и анализ техники самбо в стойке в основном туловищем.
21. Показ и анализ техники самбо в борьбе лёжа – удержания.
22. Показ и анализ техники самбо в борьбе лёжа – болевые на руки.
23. Показ и анализ техники самбо в борьбе лёжа – болевые на ноги.
24. Судейство соревнований в качестве бокового судьи.

5.2.2. Содержание экзаменационных 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 самбо.
2. Основы применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по самбо.
3. Основы применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по самбо.
4. Основы применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по самбо.
5. Особенности применения упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по самбо.
6. Особенности применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по самбо.
7. Особенности применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по самбо.
8. Особенности применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по самбо.
9. Навыки использования упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по самбо, 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 самбо, 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 самбо, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

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

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

14. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке через бедро.

15. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке через спину.

16. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке через грудь.

17. Анализ тактики выполнения технических действий в борьбе лёжа – варианты удержаний.

18. Анализ тактики выполнения технических действий в борьбе лёжа – варианты переворачиваний.

19. Анализ тактики выполнения технических действий в борьбе лёжа – варианты болевых приёмов.

20. Особенности выполнения функций бокового судьи.

21. Умение демонстрации оптимальной техники в стойке в основном руками.

22. Умение демонстрации оптимальной техники в стойке в основном ногами.

23. Умение демонстрации оптимальной техники в стойке в основном туловищем.

24. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы лёжа - переворачиваний.

25. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы лёжа - удержаний

26. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы лёжа – болевые приёмы.

27. Осуществление самоконтроля на занятиях по самбо.

28. Осуществление самоконтроля между занятиями различной направленности по самбо.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Разработка программы спортивной подготовки посамбо на начальном этапе.

2. Разработка программы спортивной подготовки посамбо на учебно-тренировочном этапе.

3. Особенности реализации программы спортивной подготовки посамбо на начальном этапе.

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

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

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

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

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

9. Определение уровня работоспособности самбистов.

10. Выполнение функции арбитра при проведении соревнований посамбо.

11. Выполнение функции секретаря при проведении соревнований по самбо.

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

13. Применение методики по определению физических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в самбо.
14. Применение методики по определению психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в самбо.
15. Разработка годового плана подготовки самбистов на тренировочном этапе многолетней подготовки (начальной специализации).
16. Разработка годового плана подготовки самбистов на учебно-тренировочном этапе многолетней подготовки (углубленной специализации).
17. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в самбо.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Разработка тренировочной программы подготовки самбистов на этапе спортивного совершенствования.
2. Планирование тренировочных занятий в самбо с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
3. Проведение тренировочных занятий по совершенствованию техники самбо с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
4. Проведение тренировочных занятий по совершенствованию тактики самбо с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
5. Проведение тренировочных занятий самбистов по ОФП с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
6. Проведение тренировочных занятий самбистов по СФП с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
7. Определение уровня специализированных качеств у самбистов в средних весовых категориях.
8. Определение уровня специализированных качеств у самбистов в тяжелых весовых категориях.
9. Определение уровня специализированных качеств у самбистов в легких весовых категориях.
10. Разработка подготовительного периода годового плана подготовки самбистов на этапе спортивного совершенствования.
11. Разработка соревновательного периода годового плана подготовки самбистов на этапе спортивного совершенствования.
12. Разработка переходного периода годового плана подготовки самбистов 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 самбо.
15. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в самбо.
16. Оценка результатов индивидуальной спортивной деятельности за период обучения в вузе.
17. Особенности тестирования работоспособности спортсменов в самбо на этапе спортивного совершенствования.
18. Разработать положение о соревнованиях по самбо.
19. Выполнение функции руководителя ковра при проведении соревнований по самбо.

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

а) Основная литература

1. Горбылёв А.М. Система дзюдо В. С. Ощепкова. Специальная библиотека В. С. Ощепкова / А.М. Горбылёв - М.: Авторская книга, 2013, - 848 с.
2. Максимов Д.В. Физическая подготовка единоборцев (теоретико-практические рекомендации) / Д.В. Максимов, В.Н. Селуянов, С.Е. Табаков // – М.: ТВТ Дивизион, 2011. – 160 с.
3. Самбо: примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / С.Е. Табаков, С.В. Елисеев, А.В. Конаков//. – М.: Советский спорт, 2005. – 240 с.
4. Табаков С.Е. Самбо - в школу. Примерная программа учебного предмета "Физическая культура" для образовательных организаций, реализующих программы начального, основного и среднего общего образования : учеб. пособие для общеобразоват. организаций / С.Е. Табаков, Е.В. Ломакина. - М.: Просвещение, 2017. - 231 с. - ISBN 978-5-09-054264-7.
5. Чумаков Е.М. Сто уроков САМБО. / Под редакцией С.Е. Табакова.– Изд.6-е, испр. и доп. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2005. - 448 с., ил.
6. Шестаков В.Б. САМБО – наука побеждать. Теоретические и методические основы подготовки самбистов: учебное пособие/ Ф.В. Емельяненко, С.В. Ерёгина, В.Б. Шестаков // – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2012. – 224 с.ил.

7.2 Дополнительная литература

1. Агафонов Э.В. Борьба самбо: учебное пособие / Э.В. Агафонов, В.А. Хориков//. – Красноярск, 1998.
2. Борьба самбо: справочник / Е.М. Чумаков//. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 144 с.
3. Волков В.П. Курс самозащиты без оружия «САМБО»: учебное пособие для школ НКВД / В.П. Волков//. – М.: Издательство школьно-курсового отделения отдела кадров НКВД СССР, 1940. – 537 с.
4. Волостных В.В. Боевое самбо: введение в систему: методическое пособие по курсу «Физвоспитание» / В.В. Волостных, Н.И. Борисов//. – М.: Издательство МЭИ, 1999 – 28 с.
5. Волостных В.В. Методические рекомендации к учебным занятиям по самбо / В.В. Волостных, А.Г. Жуков//. – М.: МЭИ, 1988.
6. Волостных В.В. Энциклопедия боевого самбо: в 2-х т / В.В. Волостных, А.Г. Жуков, В.А. Тихонов//. – Жуковский: Ассоциация «Олимп», 1993. – 576 с.
7. Грунтовский А. Русский кулачный бой: история, этнография, техника / А. Грунтовский//. – С.Пб., 1993. – 160 с.
8. Губанова М.И. Постановка спортивно-художественных выступлений в массовых театрализованных и церемониальных спортивных праздниках: методическая разработка для слушателей спецкурса РГАФК / М.И. Губанова, А.Л. Дружков, С.Е. Табаков. – М.: РГАФК, 1995. – 52 с.
9. Долин А.А. КЭМПО – традиция воинских искусств / А.А. Долин, Г.В. Попов//. – 2-е изд. – М.: Наука; гл. ред. вост. литературы, 1990. – 429 с.
10. Игуменов В.М. Спортивная борьба: учебник для студентов и учащихся факультетов (отделений) физического воспитания педагогических учебных заведений / В.М. Игуменов, Б.А. Подливаев//. – М.: Просвещение, 1993. – 240 с.

11. Индивидуальное планирование тренировки борца-самбиста: методические рекомендации / Подготовлены С.Ф. Ионовым и Е.М. Чумаковым//. – М.: Комитет по ФК и С при СМ СССР, 1986. – 59 с.
12. Ионов С.Ф. Организация и судейство соревнований по борьбе самбо / С.Ф. Ионов, И.Л. Ципурский//. – М.: Физкультура и спорт, 1983.
13. История боевых искусств. Россия и ее соседи / под ред. Г.К. Панченко//. – М.: Олимп; ООО «Издательство АСТ», 1997. – 512 с.
14. История боевых искусств: колыбель цивилизации / под ред. Г.К. Панченко//. – М.: Олимп; ООО «Издательство АСТ», 1996. – 480 с.
15. История боевых искусств: неизвестный восток / под ред. Г.К. Панченко//. – М.: Олимп; ООО «Издательство АСТ», 1996. – 464 с.
16. История боевых искусств: от Нового Света до Черного континента / под ред. Г.К. Панченко//. – М.: Олимп; ООО «Издательство АСТ», 1997. – 512 с.
17. Концепция биологически целесообразной физической подготовки борцов (самбо, дзюдо). – М.: ЗАО фирма «Лика», 2005. – 120 с.
18. Кулиненков О.С. Фармакология спорта: клинико-фармакологический справочник спорта высших достижений. – 3-е изд., перераб. и доп / О.С. Кулиненков//. – М.: Советский спорт, 2001. – 200 с.
19. Лесгафт П.Ф. Собрание педагогических сочинений. Т.1 // Руководство по физическому образованию детей школьного возраста. – М., ФиС. 1952.
20. Лукашев М.Н. 10 тысяч путей к победе / М.Н. Лукашев// – М.: Молодая гвардия, 1982. – 175 с.
21. Лукашов М.Н. Родословная самбо / М.Н. Лукашев// – М.: ФиС., 1986.
22. Лукашов М.Н. Слава былых чемпионов / М.Н. Лукашев//. – М.: ФиС, 1976.
23. Милковский Е. Искусство спортивной борьбы Японии / Е. Милковский // Пер. с польского И.И. Лучица-Федорова. – Минск: Польша, 1991. – 175 с.
24. Новиков Н.А. Информационное обеспечение диалоговой автоматизированной обучающей системы для борьбы самбо: учеб. пособие / Н.А. Новиков, В.И. Старшинов//. – М.: МИФИ, 1985.
25. Ознобишин Н.Н. Искусство рукопашного боя / Н.Н. Ознобишин//. – М., 1930. – 226 с.
26. Петров Б.Н. Массовые спортивно-художественные представления: основы режиссуры, технологии, организации и методики / Б.Н. Петров//. – М.: Физкультура, образование и наука, 1998. – 328 с.
27. Платонов А.Е. Статистический анализ в медицине и биологии: задачи, терминология, логика, компьютерные методы / А.Е. Платонов//. – М.: Издательство РАМН, 2000. – 52 с.
28. Попов Г.В. Боевые единоборства народов мира / Г.В. Попов//. – М.: Международные отношения, 1993. – 160 с.
29. Рудман Д.Л. Самбо / Д.Л. Рудман//. – М.: Терра-Спорт, 2000.
30. Рудман Д.Л. Самбо: техника борьбы лежа: защита / Д.Л. Рудман//. – М.: ФиС, 1983. – 256 с.
31. Рудман Д.Л. Самбо: техника борьбы лежа: нападение / Д.Л. Рудман//. – М.: ФиС, 1982. – 232 с.
32. Самбо: правила соревнований [Текст] / Всероссийская федерация самбо. – М.: Советский спорт, 2006. – 128 с.
33. Самбо: справочник [Текст] – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Советский спорт, 2006. – 208 с.
34. Селуянов В.Н. Определение одаренностей и поиск талантов в спорте / В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков//. – М.: СпортАкадемПресс, 2000. – 112 с.

35. Селуянов В.Н. Основы научно-методической деятельности в физической культуре: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков, И.П. Космина//. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 184 с.
36. Спиридонов В.А. Руководство самозащиты без оружия по системе Джиу-джитсу / В.А. Спиридонов//. – М.: Изд. воен. типогр. упр. делами Наркомвоенмор и РВС СССР, 1927. – 149 с.
37. Спиридонов В.А. Самозащита без оружия: основы самозащиты: тренировка: методика изучения / В.А. Спиридонов. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство ЦС «Динамо», 1933. – 203 стр.
38. Спиридонов В.А. Самозащита без оружия: тренировка и состязание / В.А. Спиридонов//. – М.: Военный вестник, 1928. – 213 с.
39. Спортивная борьба: классическая, вольная, самбо / Под общ. ред. Н.М. Галковского, А.З. Катулина//. – М.: Физкультура и спорт, 1968. – 584 с.
40. Спортивно-педагогическая адаптология борьбы самбо: методические рекомендации // С.В. Елисеев, В.Н. Селуянов, С.Е. Табаков//. – М.: ЗАО фирма «ЛИКА», 2004. – 88 с.
41. Станков А.Г. Индивидуализация подготовки борцов / А.Г. Станков, В.П. Климин, И.А. Письменский//. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 240 с.
42. Толковый словарь спортивных терминов: около 7400 терминов / Сос. Ф.П. Суслев, С.М. Вайцеховский//. – М.: Физкультура и спорт, 1993. – 352 с.
43. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки: учебное пособие: в 4-х кн. – Кн. I. Пропедевтика / Г.С. Туманян//. – М.: Советский спорт, 1997. – 288 с., ил.
44. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки: учебное пособие: в 4-х кн. – Кн. II. Кинезиология и психология / Г.С. Туманян//. – М.: Советский спорт, 1998. – 280 с., ил.
45. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки: учебное пособие: в 4-х кн. – Кн. III. Методика подготовки / Г.С. Туманян//. – М.: Советский спорт, 1998. – 400 с., ил.
46. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки: учебное пособие. В 4-х кн. Кн. IV. Планирование и контроль / Г.С. Туманян//. – М.: Советский спорт, 2000. – 384 с., ил.
47. Харлампиев А.А. Борьба самбо / А.А. Харлампиев//. – М.: ФиС, 1964. – 388 с.
48. Харлампиев А.А. Система самбо: боевое искусство / А.А. Харлампиев//. – М.: Советский спорт, 1995. – 96 с.
49. Харлампиев А.А. Тактика борьбы самбо / А.А. Харлампиев//. – М., ФиС, 1958.
50. Харлампиев А.А. Техника борьбы самбо / А.А. Харлампиев//. – М.: ФиС, 1960.
51. Чумаков Е.М. Моделирование спортивной деятельности борца: методическая разработка для студентов ГЦОЛИФК / Е.М. Чумаков, И.В. Шашурин//. – М., 1986. – 26 с.
52. Чумаков Е.М. Тактика борца-самбиста / Е.М. Чумаков//. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – 224 с.
53. Чумаков Е.М. Физическая подготовка борца / Е.М. Чумаков//. – М.: РГАФК, 1996. – 106 с.

7.3 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Международная федерация самбо (ФИАС) - <http://www.sambo-fias.org>;
2. Всероссийская федерация самбо (ВФС) - <http://www.sambo.ru>;

7.4 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 -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:

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

- компьютерные обучающие программы по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (самбо)»

1. Табаков С.Е. САМБО: Интерактивный справочник-энциклопедия. Том 1/ С.Е. Табаков //ООО «ВИПВ», CD, 2005.

2. Табаков С.Е. САМБО: Интерактивный справочник-энциклопедия. Том 2/ С.Е. Табаков //ООО «ВИПВ», CD, 2006.

3. Табаков С.Е. САМБО: Интерактивный справочник-энциклопедия. Том 3/ С.Е. Табаков //ООО «ВИПВ», CD, 2007.
4. Табаков С.Е. САМБО: Интерактивный справочник-энциклопедия. Том 4/ С.Е. Табаков //ООО «ВИПВ», CD, 2008.
5. Табаков С.Е. САМБО – первые шаги, / С.Е. Табаков // DVD (60 мин), 2002.
6. Табаков С.Е. САМозащита Без Оружия/ С.Е. Табаков// DVD (60 мин), 2002.
7. Табаков С.Е. САМБО – вершины мастерства / С.В. Елисеев, С.Е. Табаков// DVD (60 мин), 2002.
8. САМБО в ГТО. Обучающая программа / С.В. Елисеев, С.А. Новик, С.Е. Табаков// 2017.

8 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (самбо)»

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

8.2 Специализированный зал самбо

8.3 Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

1. Программное обеспечение системы проведения соревнований по самбо «PRO-SAMBO».
2. Набор отвесов, имитаторов стоп самбиста, деревянные куклы и др. оборудование для проведения занятий по биомеханическому анализу выполнения техники самбо.
3. Набор инструментов и программное обеспечение оценки физического состояния самбистов.
4. Набор инструментов и программное обеспечение для оценки состава тела.
5. Программное обеспечение оценки знаний по тактике самбо.

Для преподавания дисциплины «СПС самбо» на кафедре имеется следующая научная аппаратура:

- Видеокамера «Sony-DCR-VX-2100E»;
- Регистратор variability сердечного ритма «Canon», регистрирующая часть + компьютерная программа;
- Пульсометр «Polar-S 610»;
- АРМ в составе системного блока PIV-2 (6МГц);
- Компьютер «Celeron 500/64/10/4» ;
- Копировальный аппарат «Canon PC-860»;
- Принтер «HP LaserJet – 1300»;
- Принтер «OKI 8W» и Ноутбук «HP»;
- Монитор «Philips NEC-1550 V-15»;
- Принтер «HP Laser Jet-1320»;
- Монитор «Samsung»;
- Диктофон.

8.4 Спортивный инвентарь

1. Ковёр самбо -2 шт.
2. Манекен борцовский – 5 шт.
3. Мешок боксёрский – 5 шт.

4. Груша боксёрская – 5 шт.
5. Макет пистолета – 5 шт.
6. Макет ножа – 10 шт.
7. Макет автомата АКС-74 – 1 шт.
8. Дубинка резиновая – 10 шт.
9. Палка гимнастическая - 10 шт.
10. Канат гимнастический – 2 шт.
11. Пояс самбо – 15 шт.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование(самбо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, XX 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	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 самбо. 2.Подготовка мест занятий по самбо и изучение инструкций по технике безопасности 3.Занятия самбо по программе начальной подготовки. 4.Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности 5.Занятия по анализу техники самбо. 6.Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке самбистов 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	<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(самбо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, XX 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): 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 самбо. 2. Занятия самбо по программе учебно-тренировочного этапа. 3. Самоконтроль в процессе занятий самбо. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовкесамбистов. 5. Занятия по анализу тактики самбо. 6. Методики обучения всамбо. 7. Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке самбистов. 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	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(самбо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 13 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	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 самбо. 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах по самбо в СШ. 3. Изучение структуры и организации работы СШ по самбо. 4. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий. 5. Разработка годового плана подготовки самбистов на тренировочном этапе. 6. Навыки определения уровня работоспособности самбистов. 7. 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 10 10 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	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(самбо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, XX 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: *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 самбо. 2. Сохранение и поддержание спортивной формы самбистов 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности самбистов. 4. Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе спортивного совершенствования по самбо. 5. Навыки определения уровня специализированных качеств у самбистов. 6. Организация и проведение соревнований.	1-7 недели 8-15 недели 21-24 недели 29-30 недели 31-33 недели 34-38 недели	10 10 10 10 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	39 неделя	10
4	Сдача экзамена (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
(самбо)»**

(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 – 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 самбо 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):

№	Разделы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)*	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
---	--------------------	---------	--	---

			Занятия лекционного типа	Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
	ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ						
		1					
1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по самбо.			2	30		
2	Подготовка мест занятий по самбо и изучение инструкций по технике безопасности.			2	30		
3	Занятия самбо по программе начальной подготовки.			2	40		
	Итого за семестр			6	100		
	Промежуточная аттестация						
		2					
4	Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности.			2	25		
5	Занятия по анализу техники самбо.				25		
6	Составление комплекса упражнений общефизической и оздоровительной направленности.			2	25		
7	Формирование навыков судейства соревнований в качестве бокового судьи.				25		
	Итого за семестр			4	103		
	Промежуточная аттестация				3		Диф. зачет
	ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ						
		3					
8	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной части занятий по самбо.			2	10		
9	Занятия самбо по программе тренировочного этапа.			2	10		
10	Самоконтроль в процессе занятий по самбо			2	16		
11	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке.			2	10		
	Итого за семестр			8	46		
	Промежуточная аттестация						
		4					

12	Занятия по анализу тактики самбо.			2	10		
13	Методики обучения в самбо.			2	10		
14	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке самбистов.			2	15		
15	Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей по самбо.				10		
	Итого за семестр			6	45		
	Промежуточная аттестация				3		Диф. зачет
	ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ						
		5					
16	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами спортивных школ по самбо.			2	20		
17	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах спортивных школ по самбо				20		
18	Изучение структуры и организации работы спортивных школ по самбо.			2	10		
19	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий по самбо			2	14		
	Итого за семестр			6	64		
	Промежуточная аттестация						
		6					
20	Разработка годового плана подготовки спортсменов на начальном и учебно-тренировочном этапах многолетней подготовки по самбо.			2	15		
21	Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в самбо.			2	15		
22	Формирование навыков судейства в качестве судей по самбо.				37		
	Итого за семестр			4	67		
	Промежуточная аттестация				3		Диф. зачет
	ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ						
		7					
23	Проведение занятий с группами спортивного совершенствования по самбо.			2	30		
24	Сохранение и поддержание спортивной формы				30		

25	Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности			2	44		
	Итого за семестр			4	104		
	Промежуточная аттестация						
		8					
26	Разработка годового плана подготовки спортсменов в группах спортивного совершенствования по самбо.			2	20		
27	Навыки определения уровня специальных качеств в самбо.			2	20		
28	Разработка и написание положения о соревнованиях по самбо.			2	20		
29	Составление сметы на проведение соревнований по самбо.				20		
30	Организация и проведение соревнований в самбо.				20		
	Итого за семестр			6	102		
	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
	Всего часов			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
(современное пятиборье)»**

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 фехтования, современного
пятиборья, восточных боевых искусств
Протокол № 29 от «19» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Составитель:

Моисеев Александр Борисович, к.п.н., доцент кафедры ТиМ фехтования,
современного пятиборья, восточных боевых искусств

Киселев Владимир Петрович, к.п.н., доцент кафедры ТиМ фехтования,
современного пятиборья, восточных боевых искусств

Рецензент:

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

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

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

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (современное пятиборье)» 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 современного пятиборья.

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

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7

ОПК-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 видах современного пятиборья; – методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пятиборцев. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по видам современного пятиборья; – применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки пятиборцев. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по видам современного пятиборья с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры; – навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пятиборцев. 			1-2
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных видах современного пятиборья. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по видам современного пятиборья. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по видам современного пятиборья 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 современном пятиборье на начальном и тренировочном этапах подготовки. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в современном пятиборье 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 современном пятиборье на этапе совершенствования спортивного мастерства. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> навыками планирования и проведения тренировочных занятий в современном пятиборье с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства. 			9-10
ОПК-5	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы правильной техники выполнения основных соревновательных упражнений в современном пятиборье <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать технику выполнения упражнений в видах современного пятиборья 			3-4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать тактику в видах современного пятиборья. 			5-6
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня работоспособности спортсменов в видах современного пятиборья. 			7-8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня специализированных качеств у спортсменов в видах современного пятиборья 			9-10
ОПК-8	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции младших судей по плаванию и комбинированному виду в комплексе современного пятиборья. 			3-4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции младших судей по фехтованию и верховой езде 			5-6
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции старших судей и секретарей при проведении соревнований по плаванию и комбинированному виду 			7-8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками организации и проведения соревнований в отдельных видах современного пятиборья 			9-10
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 современном пятиборье 			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 современном пятиборье 			7-8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по современному пятиборью 			9-10

ПК-14	<i>Уметь:</i> – владеть техникой видов современного пятиборья			3-4
	<i>Владеть:</i> – умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий видах современного пятиборья			5-6
	<i>Владеть:</i> – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий современным пятиборьем			7-8
ПК-15	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль на занятиях различными видами современного пятиборья.			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 (современное пятиборье)»

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 (современное пятиборье)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
I курс	Всего: 144 часа	1-2	10	134		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий по видам современного пятиборья		8	100		

1.1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по видам современного пятиборья		2	20		
1.5	Подготовка мест занятий по видам современного пятиборья и изучение инструкций по технике безопасности		2	10		
1.6	Занятия видами современного пятиборья по программе начальной подготовки		4	70		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств пятиборцев		2	34		
2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности		2	34		
II курс	Всего:144 часа	3-4	16	128		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий по видам современного пятиборья		4	38		
1.6	Занятия видами современного пятиборья по программе начальной подготовки		4	38		
3.	Освоение методики технико-тактической подготовки пятиборцев		4	30		
3.1	Занятия по анализу техники видов современного пятиборья		4	30		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		4	30		
4.1	Составление комплекса упражнений общефизической и оздоровительной направленности		4	30		
6.	Организация и проведение соревнований		4	30		
6.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по плаванию и бегу в комплексе современного пятиборья		4	30		
III курс	Всего:144 часа (4 зачетных единиц)	5-6	16	128		Дифференцированный зачет

1	Организация и проведение занятий по видам современного пятиборья		6	64		
1.2	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной части занятий по видам современного пятиборья		2	8		
1.7	Занятия видами современного пятиборья по программе тренировочного этапа		2	52		
1.8	Самоконтроль в процессе занятий видами современного пятиборья		2	4		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств пятиборцев		2	8		
2.2	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке		2	8		
3.	Освоение методик технико-тактической подготовки пятиборцев		4	20		
3.2	Занятия по анализу тактики в видах современного пятиборья		2	10		
3.3	Методики обучения видам современного пятиборья		2	10		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		2	8		
4.2	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке пятиборцев		2	8		
6.	Организация и проведение соревнований		2	28		
6.2	Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судий в стрельбе, фехтовании и верховой езде		2	28		
IV курс	Всего:144 часов (4 зачетных единиц)	7-8	16	128		Дифференцированный зачет
1	Организация и проведение занятий по видам современного пятиборья		8	80		

1.3	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и тренировочными группами ДЮСШ по современному пятиборью		2	6		
1.9	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по современному пятиборью		2	4		
1.10	Изучение структуры и организации работы ДЮСШ по современному пятиборью			8		
1.11	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий современным пятиборьем		4	62		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий			16		
4.3	Разработка годового плана подготовки спортсменов на начальном и тренировочном этапах многолетней подготовки в современном пятиборье			16		
5.	Управление процессом спортивной подготовки		4	16		
5.1	Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в видах современного пятиборья		2	8		
5.2	Хронометраж занятий по видам современного пятиборья		2	8		
6.	Организация и проведение соревнований		4	16		
6.3	Формирование навыков судейства в качестве старших судей в плавании и беге		4	16		
V курс	Всего:144 часа (4 зачетных единиц)	9-10	32	103	9	Экзамен
1	Организация и проведение занятий по видам современного пятиборья		22	67		
1.4	Проведение занятий с группами совершенствования спортивного мастерства по современному пятиборью		8	8		

1.12	Сохранение и поддержание спортивной формы		10	54		
1.13	Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности		4	5		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		2	4		
4.4	Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по современному пятиборью		2	4		
5.	Управление процессом спортивной подготовки		2	16		
5.3	Навыки определения уровня специализированных качеств у спортсменов в видах современного пятиборья		2	16		
6.	Организация и проведение соревнований		6	16		
6.4	Разработка и написание положения о соревнованиях по современному пятиборью		2	4		
6.5	Составление сметы на проведение соревнований по современному пятиборью		2	4		
6.6	Организация и проведение соревнований в отдельных видах современного пятиборья		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 (современное пятиборье)»

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 упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по плаванию.
2. Основы применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по бегу.
3. Основы применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по стрельбе.
4. Основы применения упражнений из различных видов спорта в подготовительной части занятий по верховой езде.
5. Основы применения упражнений из различных видов спорта в подготовительной части занятий по фехтованию.
6. Основы применения средств и методов из базовых видов спорта в общефизической подготовке пятиборцев на занятиях по плаванию.
7. Основы применения средств и методов из базовых видов спорта в общефизической подготовке пятиборцев на занятиях по бегу.
8. Основы применения средств и методов из базовых видов спорта в общефизической подготовке пятиборцев на занятиях по стрельбе.
9. Основы применения средств и методов из базовых видов спорта в общефизической подготовке пятиборцев на занятиях по верховой езде.
10. Основы применения средств и методов из базовых видов спорта в общефизической подготовке пятиборцев на занятиях по фехтованию.
11. Особенности применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по плаванию.
12. Особенности применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по бегу.
13. Особенности применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по стрельбе.
14. Особенности применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по фехтованию.
15. Особенности применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по верховой езде.
16. Применение средств из базовых видов спорта для общефизической подготовки пятиборцев на занятиях по плаванию.
17. Применение средств из базовых видов спорта для общефизической подготовки пятиборцев на занятиях по бегу.

18. Применение средств из базовых видов спорта для общефизической подготовки пятиборцев на занятиях по стрельбе.

19. Применение средств из базовых видов спорта для общефизической подготовки пятиборцев на занятиях по верховой езде.

20. Применение средств из базовых видов спорта для общефизической подготовки пятиборцев на занятиях по фехтованию.

21. Навыки использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по плаванию.

22. Навыки использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по бегу.

23. Навыки использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по верховой езде.

24. Навыки использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по фехтованию.

25. Использование средств из спортивных игр в общефизической подготовке пятиборцев.

26. Использование средств из единоборств в общефизической подготовке пятиборцев на занятиях по бегу.

27. Использование средств из гребного спорта в общефизической подготовке пятиборцев.

28. Использование средств из легкой атлетики в общефизической подготовке пятиборцев.

29. Использование средств из спортивной гимнастики в общефизической подготовке пятиборцев на занятиях по фехтованию.

30. Использование средств из лыжного спорта в общефизической подготовке пятиборцев.

31. Использование средств из конного спорта в общефизической подготовке пятиборцев.

32. Использование средств из велоспорта в общефизической подготовке пятиборцев.

33. Использование средств из конькобежного спорта в общефизической подготовке пятиборцев.

34. Использование средств из других многоборий в общефизической подготовке пятиборцев.

35. Использование средств из тяжелой атлетики в общефизической подготовке пятиборцев.

5.2.2. Содержание зачетных требований для студентов во IV семестре заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Основы правильной техники движений рук при плавании кролем на груди.
2. Основы правильной техники движений ног при плавании кролем на груди.
3. Основы правильного взаимодействия движений рук и ног при плавании кролем на груди.
4. Основы правильного дыхания при плавании кролем на груди
5. . Основы правильной техники выполнения старта в плавании.
6. Основы правильной техники выполнения поворотов в плавании кролем на груди.
7. Основы правильной техники бега по прямой.
8. Основы правильной техники старта в беге на средние и длинные дистанции.
9. Особенности техники бега при финишировании.
10. Особенности техники бега при прохождении виражей.

11. Особенности техники бега при подъеме и спуске.
12. Особенности техники бега по различному грунту.
13. Основы техники изготовления при стрельбе из пистолета.
14. Основы правильного держания оружия.
15. Основы управлением спуском при выполнении выстрела из пневматического (лазерного) пистолета.
16. Основы правильного прицеливания при выполнении выстрела из пневматического (лазерного) пистолета.
17. Основы правильной техники преодоления одиночного препятствия в конкуре.
18. Основные и дополнительные средства управления лошадью.
19. Основы правильной техники выполнения основных приемов и действий в фехтовании на шпагах.
20. Показ и анализ техники плавания кролем на груди.
21. Показ и анализ техники старта в плавании кролем на груди.
22. Показ и анализ поворотов в плавании кролем на груди.
23. Показ и анализ техники бега на средние и длинные дистанции.
24. Показ и анализ техники старта в беге на длинные дистанции.
25. Показ и анализ техники стрельбы из пневматического (лазерного) оружия.
26. Показ и анализ техники верховой езды с преодолением препятствий.
27. Показ и анализ техники выполнения основных приемов и действий в фехтовании на шпагах.
28. Судейство соревнований в качестве хронометриста в плавании.
29. Судейство соревнований в качестве судьи формирующего заплывы
30. Судейство соревнований в качестве судьи на поворотах в плавании.
31. Судейство соревнований в качестве судьи по приходу в плавании.
32. Судейство соревнований в качестве судьи на старте в беге.
33. Судейство соревнований в качестве судьи на приходе в беге.
34. Судейство соревнований в качестве хронометриста в беге.
35. Судейство соревнований в качестве судьи на трассе в беге.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по плаванию.
2. Основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по бегу.
3. Основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по стрельбе.
4. Основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по верховой езде.
5. Основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по фехтованию.
6. Особенности применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по плаванию.
7. Особенности применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по бегу.
8. Особенности применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по стрельбе.
9. Особенности применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по верховой езде.

10. Особенности применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по фехтованию.

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

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

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

14. Навыки использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по верховой езде, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

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

16. Анализ тактики плавания на 100 и 200 м вольным стилем.

17. Анализ тактики бега на средние и дальние дистанции.

18. Анализ тактики бега сочетающегося со стрельбой.

19. Анализ тактики скоростной стрельбы из пневматического (лазерного) пистолета по правилам современного пятиборья.

20. Анализ тактики верховой езды с преодолением препятствий.

21. Анализ тактики подготовки лошади к старту во время 20 минутной разминки.

22. Анализ тактики ведения поединков на шпагах до одного победного укола.

23. Особенности выполнения функций младших судей по фехтованию.

24. Особенности выполнения функций младших судей по верховой езде.

25. Умение выразительной демонстрации техники плавания.

26. Умение выразительной демонстрации техники бега.

27. Умение выразительной демонстрации техники стрельбы из пневматического (лазерного) пистолета.

28. Умение выразительной демонстрации техники верховой езды.

29. Умение выразительной демонстрации техники фехтования.

30. Осуществление самоконтроля на занятиях по плаванию.

31. Осуществление самоконтроля на занятиях по бегу.

32. Осуществление самоконтроля на занятиях по стрельбе.

33. Осуществление самоконтроля на занятиях по верховой езде.

34. Осуществление самоконтроля на занятиях по фехтованию.

35. Осуществление самоконтроля между занятиями различными видами современного пятиборья.

5.2.4. Содержание зачетных требований для студентов во VIII семестре заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Разработка программы спортивной подготовки в современном пятиборье на начальном этапе.

2. Разработка программы спортивной подготовки в современном пятиборье на тренировочном этапе.

3. Особенности реализации программы спортивной подготовки в современном пятиборье на начальном этапе.

4. Особенности реализации программы спортивной подготовки в современном пятиборье на тренировочном этапе.

5. Навыки планирования тренировочных занятий в современном пятиборье с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе многолетней подготовки.
6. Навыки планирования занятий в современном пятиборье с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки.
7. Навыки проведения тренировочных занятий по плаванию с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе подготовки.
8. Навыки проведения тренировочных занятий по бегу с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе подготовки.
9. Навыки проведения тренировочных занятий по фехтованию с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе подготовки.
10. Навыки проведения тренировочных занятий по общефизической подготовке с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе подготовки.
11. Навыки проведения тренировочных занятий по плаванию с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе подготовки.
12. Навыки проведения тренировочных занятий по бегу с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе подготовки.
13. Навыки проведения тренировочных занятий по фехтованию с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе подготовки.
14. Навыки проведения тренировочных занятий по стрельбе с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе подготовки.
15. Определение уровня работоспособности пятиборцев в плавании.
16. Определение уровня работоспособности пятиборцев в беге.
17. Определение уровня работоспособности пятиборцев в стрельбе.
18. Определение уровня работоспособности пятиборцев в верховой езде.
19. Определение уровня работоспособности пятиборцев в фехтовании.
20. Выполнение функции старшего судьи при проведении соревнований по плаванию.
21. Выполнение функции старшего судьи при проведении соревнований по комбинированному виду.
22. Выполнение функции секретаря при проведении соревнований по плаванию.
23. Выполнение функции секретаря при проведении соревнований по комбинированному виду.
24. Применение методики по определению антропометрических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в современном пятиборье.
25. Применение методики по определению физических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в современном пятиборье.
26. Применение методики по определению психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в современном пятиборье.
27. Разработка годового плана подготовки пятиборцев на тренировочном этапе многолетней подготовки (начальной специализации).
28. Разработка годового плана подготовки пятиборцев на тренировочном этапе многолетней подготовки (углубленной специализации).
29. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в плавании.
30. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в беге.
31. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в стрельбе из пневматического (лазерного) пистолета.
32. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в верховой езде.
33. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в фехтовании.

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

1. Разработка тренировочной программы подготовки пятиборцев на этапе совершенствования спортивного мастерства.
2. Планирование тренировочных занятий в современном пятиборье с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.
3. Проведение тренировочных занятий пятиборцев по плаванию с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.
4. Проведение тренировочных занятий пятиборцев по бегу с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства
5. Проведение тренировочных занятий пятиборцев по стрельбе с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства
6. Проведение тренировочных занятий пятиборцев в комбинированном виде с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.
7. Проведение тренировочных занятий пятиборцев по верховой езде с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства
8. Проведение тренировочных занятий пятиборцев по фехтованию с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства
9. Определение уровня специализированных качеств у пятиборцев в плавании.
10. Определение уровня специализированных качеств у пятиборцев в беге.
11. Определение уровня специализированных качеств у пятиборцев в стрельбе.
12. Определение уровня специализированных качеств у пятиборцев в верховой езде.
13. Определение уровня специализированных качеств у пятиборцев в фехтовании.
14. Организация и проведение соревнований по плаванию.
15. Организация и проведение соревнований по комбинированному виду современного пятиборья.
16. Организация и проведение соревнований по верховой езде.
17. Организация и проведение соревнований по фехтованию.
18. Разработка подготовительного периода годового плана подготовки пятиборцев на этапе совершенствования спортивного мастерства.
19. Разработка соревновательного периода годового плана подготовки пятиборцев на этапе совершенствования спортивного мастерства.
20. Разработка переходного периода годового плана подготовки пятиборцев на этапе совершенствования спортивного мастерства.
21. Учет взаимовлияния нагрузок в циклических видах современного пятиборья при разработке годового плана подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства.
22. Учет взаимовлияния нагрузок в технических и циклических видах современного пятиборья при разработке годового плана подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства
23. Учет взаимовлияния нагрузок в технических видах современного пятиборья при разработке годового плана подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства
24. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности в плавании.
25. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности в беге.
26. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности в стрельбе.
27. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности в верховой езде.

28. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности в фехтовании.
29. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности в циклических видах современного пятиборья.
30. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности в технических видах современного пятиборья.
31. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в плавании.
32. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в стрельбе.
33. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в беге.
34. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в верховой езде.
35. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в фехтовании.
36. Оценка результатов индивидуальной спортивной деятельности за период обучения в вузе.

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

а) Основная литература:

1. Современное пятиборье: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / В.П.Киселев. – М.: Советский спорт, 2006. 144 с.
2. Варакин А.П. 50 лет Советскому и Российскому современному пятиборью: Исторический очерк и учебное пособие по методике тренировки. – М.: «Физкультура, образование и наука», 1996. – 133 с.
3. Варакин А.П. Современное пятиборье: Учебник для институтов физической культуры / Под общ. ред. А.П. Варакина. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 256 с.

б) Дополнительная литература:

1. Булгакова Н.Ж. Плавание: Учебник для вузов/ Под общ. ред. Н.Ж. булгаковой. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 400 с.
2. Бычков Ю.М. Тренер в уроке фехтования / Ю.М. Бычков. – М.: Физическая культура и спорт, 2006. – 176 с.
3. Вайцеховский С.М., Широкая Л. Современное пятиборье / Под общей ред. С.М. Вайцеховского и Л. Широкая. - М.: ФиС и Будапешт: Спорт, 1969. – 304 с.
4. Варакин А.П. Годичный цикл тренировки пятиборца. - М.: «С.ПРИНТ», 1999. – 85 с.
5. Варакин А.П. Подготовка пятиборцев в фехтовании. – М.: «Физкультура, образование и наука», 1997. – 66 с.
6. Корх А.Я. Спортивная стрельба: Учеб. для ин-тов физ. культ./ Под общ. ред. А.Я. Корха. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 255 с.
7. Корх А.Я. Стрелковый спорт и методика преподавания: Учеб. для студ. пед. фак. ин-тов физ. культ./ Под ред. А.Я. Корха. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 144 с.
8. Озолин Н.Г. Легкая атлетика: Учеб. для ин-тов физ. культ./ Под общ. ред. Н.Г. Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н. Примакова. М.: Физкультура и спорт, 1989. – 671с.
9. Пономарев А.Н. Парные упражнения в подготовке фехтовальщика. – М.: Физкультура и спорт, 1968. – 102 с.
10. Пономарев А.Н. Фехтование: от новичка до мастера. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 144 с.
11. Спортивное фехтование: Учебник для ИФК / Под общей редакцией Д.А. Тышлера. М., Изд. ФОН, 1997. – 387 с.
12. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д., Тышлер Г.Д. Многолетняя тренировка юных фехтовальщиков: Учебное пособие. – М.: Деловая лига, 2001. – 254с.

13. Эзе Э. Конный спорт: Пособие для тренеров, преподавателей, коневодов и спортсменов. Сокр. Пер. с нем. / Под ред. Э Эзе; Предисл. П.П. Кобызева. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 255 с.

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

1. <http://pentathlon.org/rules>
2. <http://fencingmultimedia.com>

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

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

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

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 фехтовальный зал, бассейн, легкоатлетический манеж, тир для стрельбы из пневматического пистолета.

1.3. Тренажер Тышлера

Тренажер Тышлера («ТТ») имеет 8 различных режимов работы (программ тренировки), для которых может быть создано бесконечное количество упражнений в дополнение к тем, что представлены в настоящем пособии.

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

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

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

1.4. Фехтовальный тренажер ФТ-1

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

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

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

Тренажер поддерживает виды фехтования: на рапирах и шпагах.

Вид оружия определяется автоматически во время остановленной тренировки.

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

- при левосторонней стойке задействованы фронтальные и левые боковые датчики;

- при правосторонней стойке задействованы фронтальные и правые боковые датчики. Тренажер поддерживает четыре вида переключения стационарных датчиков:
 - простой (всегда выбирается один датчик);
 - змейка (в каждой попытке выбирается новый датчик в порядке возрастания номеров);
 - случайный (в каждой попытке выбирается новый датчик в случайном порядке);
 - смешанный (выполняется поочередно по 10 попыток режимы простой, змейка и случайный). В простом режиме можно выбрать необходимый датчик последовательным нажатием на кнопку «режим» пульта дистанционного управления.
- Тренажер может находиться в одном из трех режимов:
- «автономный» (к тренажеру не подключен кабель связи с другим тренажером);
 - «ведущий» (к тренажеру подключен кабель связи разъемом с надписью «ведущий»);
 - «ведомый» (к тренажеру подключен кабель связи разъемом с надписью «ведомый»).

1.5. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

1.5.1. Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.

1.5.2. Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.

1.5.3. Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.

1.5.4. Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.

1.5.5. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.

1.5.6. Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.

1.5.7. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.

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

1.5.9. Плеер DVD BVK – 2007 г.

1.5.10. Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.

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

1.5.12. Монитор сердечного ритма Polar S-610.

7.6. Спортивный инвентарь

7.6.1. Учебные и электрофицированные шпаги.

7.6.2. Фехтовальная экипировка: костюмы, маски, перчатки, шнуры.

7.6.3. Аппараты-электрофиксаторы уколов.

7.6.4. Подводящие электрокабели.

7.6.5. Катушки-сматыватели.

7.6.6. Пневматические пистолеты Иж-46

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (современное пятиборье)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 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 видам современного пятиборья 2. Подготовка мест занятий по видам современного пятиборья и изучение инструкций по технике безопасности 3. Занятия видами современного пятиборья 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	<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 (современное пятиборье)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 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 видами современного пятиборья по программе начальной подготовки 2. Занятия по анализу техники видов современного пятиборья 3. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке пятиборцев. 4. Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по плаванию и бегу в комплексе современного пятиборья	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 (современное пятиборье)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

III. 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

№	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 видам современного пятиборья. 2. Занятия видами современного пятиборья по программе тренировочного этапа 3. Самоконтроль в процессе занятий видами современного пятиборья. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке. 5. Занятия по анализу тактики в видах современного пятиборья. 6. Методики обучения видам современного пятиборья. 7. Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке пятиборцев. 8. Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей в комбинированном виде, фехтовании и верховой езде.	10 5 5 5 5 20 5 10
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	10
4	Сдача дифференцированного зачета (рубежный контроль)	15
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

3	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 (современное пятиборье)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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 ДЮСШ по видам современного пятиборья 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по современному пятиборью 3. Изучение структуры и организации работы ДЮСШ, по современному пятиборью. 4. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий современным пятиборьем 5. Разработка годового плана подготовки пятиборцев на тренировочном этапе. 6. Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в видах современного пятиборья. 7. Хронометраж занятий по видам современного пятиборья. 8. Формирование навыков судейства в качестве старших судей в плавании и беге	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, 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 (современное пятиборье)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 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 современному пятиборью 2. Сохранение и поддержание спортивной формы 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности 4. Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по современному пятиборью. 5. Навыки определения уровня специализированных качеств у спортсменов в видах современного пятиборья. 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 фехтования, современного пятиборья, восточных
боевых искусств**

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

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

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 видам современного пятиборья 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 (современное пятиборье)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Организация и проведение занятий по видам современного пятиборья	1-2	8	100		Дифференцированный зачет
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств пятиборцев		2	34		
1.	Организация и проведение занятий по видам современного пятиборья	3-4	4	38		Дифференцированный зачет
3.	Освоение методики технико-тактической подготовки пятиборцев		4	30		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		4	30		
6.	Организация и проведение соревнований		4	30		
1	Организация и проведение занятий по видам современного пятиборья	5-6	6	64		Дифференцированный зачет
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств пятиборцев		2	8		
3.	Освоение методик технико-тактической подготовки пятиборцев		4	20		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		2	8		

6.	Организация и проведение соревнований		2	28		
1	Организация и проведение занятий по видам современного пятиборья	7-8	8	80		Дифференцированный зачет
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий			16		
5.	Управление процессом спортивной подготовки		4	16		
6.	Организация и проведение соревнований		4	16		
1	Организация и проведение занятий по видам современного пятиборья	9-10	22	67	9	Экзамен
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		2	4		
5.	Управление процессом спортивной подготовки		2	16		
6.	Организация и проведение соревнований		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
(современное пятиборье)»**

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 фехтования, современного
пятиборья, восточных боевых искусств
(наименование)
Протокол № 29 от «19» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Составитель:

Моисеев Александр Борисович, к.п.н., доцент кафедры ТиМ фехтования,
современного пятиборья, восточных боевых искусств

Киселев Владимир Петрович, к.п.н., доцент кафедры ТиМ фехтования,
современного пятиборья, восточных боевых искусств

Рецензент:

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

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

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

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (современное пятиборье)» 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 современного пятиборья.

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

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7

ОПК-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 видах современного пятиборья; – методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пятиборцев. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по видам современного пятиборья; – применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки пятиборцев. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по видам современного пятиборья с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры; – навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пятиборцев. 	1-2		
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных видах современного пятиборья. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по видам современного пятиборья. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по видам современного пятиборья 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 современном пятиборье на начальном и тренировочном этапах подготовки. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками планирования и проведения тренировочных занятий в современном пятиборье 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 современном пятиборье на этапе совершенствования спортивного мастерства. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> навыками планирования и проведения тренировочных занятий в современном пятиборье 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 современном пятиборье <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать технику выполнения упражнений в видах современного пятиборья 	1-2		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать тактику в видах современного пятиборья. 	3-4		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня работоспособности спортсменов в видах современного пятиборья. 	5-6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками определения уровня специализированных качеств у спортсменов в видах современного пятиборья 	7-8		
ОПК-8	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции младших судей по плаванию и комбинированному виду в комплексе современного пятиборья. 	1-2		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции младших судей по фехтованию и верховой езде 	3-4		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять функции старших судей и секретарей при проведении соревнований по плаванию и комбинированному виду 	5-6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками организации и проведения соревнований в отдельных видах современного пятиборья 	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 современном пятиборье 	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 современном пятиборье 	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 современному пятиборью 	7-8		

ПК-14	<i>Уметь:</i> – владеть техникой видов современного пятиборья	1-2		
	<i>Владеть:</i> – умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий видах современного пятиборья	3-4		
	<i>Владеть:</i> – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий современным пятиборьем	5-6		
ПК-15	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль на занятиях различными видами современного пятиборья.	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 (современное пятиборье)»

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 (современное пятиборье)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
I курс	Всего: 234 часа	1-2	52	182		Дифференцированный зачет
1.	Организация и проведение занятий по видам современного пятиборья		12	62		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по видам современного пятиборья		4	10		

1.5	Подготовка мест занятий по видам современного пятиборья и изучение инструкций по технике безопасности			10		
1.6	Занятия видами современного пятиборья по программе начальной подготовки		8	42		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств пятиборцев		10	30		
2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности		10	30		
3.	Освоение методики технико-тактической подготовки пятиборцев		10	30		
3.1	Занятия по анализу техники видов современного пятиборья		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		
6.	Организация и проведение соревнований		10	30		
6.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по плаванию и бегу в комплексе современного пятиборья		10	30		
II курс	Всего:126часа (3,5 зачетных единиц)	3-4	60	66		Дифференцированный зачет
1	Организация и проведение занятий по видам современного пятиборья		20	12		
1.2	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной части занятий по видам современного пятиборья		4	8		
1.7	Занятия видами современного пятиборья по программе тренировочного этапа		10			

1.8	Самоконтроль в процессе занятий видами современного пятиборья		6	4		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств пятиборцев		10	8		
2.2	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке		10	8		
3.	Освоение методик технико-тактической подготовки пятиборцев		20	12		
3.2	Занятия по анализу тактики в видах современного пятиборья		4	4		
3.3	Методики обучения видам современного пятиборья		16	8		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		4	8		
4.2	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке пятиборцев		4	8		
6.	Организация и проведение соревнований		6	26		
6.2	Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судий в стрельбе, фехтовании и верховой езде		6	26		
III курс	Всего:126 часов (3,5 зачетных единиц)	5-6	60	66		Дифференцированный зачет
1	Организация и проведение занятий по видам современного пятиборья		24	18		
1.3	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и тренировочными группами ДЮСШ по современному пятиборью		2	6		
1.9	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по современному пятиборью		2	4		

1.10	Изучение структуры и организации работы ДЮСШ по современному пятиборью			8		
1.11	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий современным пятиборьем		20			
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий			16		
4.3	Разработка годового плана подготовки спортсменов на начальном и тренировочном этапах многолетней подготовки в современном пятиборье			16		
5.	Управление процессом спортивной подготовки		20	16		
5.1	Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в видах современного пятиборья		10	8		
5.2	Хронометраж занятий по видам современного пятиборья		10	8		
6.	Организация и проведение соревнований		16	16		
6.3	Формирование навыков судейства в качестве старших судей в плавании и беге		16	16		
IV курс	Всего:234 часа (6,5 зачетных единиц)	7-8	60	165	9	Экзамен
1	Организация и проведение занятий по видам современного пятиборья		20	109		
1.4	Проведение занятий с группами совершенствования спортивного мастерства по современному пятиборью		8	8		
1.12	Сохранение и поддержание спортивной формы		8	96		
1.13	Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности		4	5		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		2	8		

4.4	Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по современному пятиборью		2	8		
5.	Управление процессом спортивной подготовки		20	20		
5.3	Навыки определения уровня специализированных качеств у спортсменов в видах современного пятиборья		20	20		
6.	Организация и проведение соревнований		18	28		
6.4	Разработка и написание положения о соревнованиях по современному пятиборью		4	4		
6.5	Составление сметы на проведение соревнований по современному пятиборью		4	4		
6.6	Организация и проведение соревнований в отдельных видах современного пятиборья		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 (современное пятиборье)»

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 упражнений в подготовительной части занятий по плаванию.
2. Основы применения упражнений в подготовительной части занятий по бегу.
3. Основы применения упражнений из различных видов спорта в подготовительной части занятий по стрельбе.
4. Основы применения упражнений из различных видов спорта в подготовительной части занятий по верховой езде.
5. Основы применения упражнений из различных видов спорта в подготовительной части занятий по фехтованию.
6. Основы применения средств и методов из базовых видов спорта в общефизической подготовке пятиборцев.
7. Особенности применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по плаванию.
8. Особенности применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по бегу.
9. Особенности применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по стрельбе.
10. Особенности применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по фехтованию.
11. Особенности применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по верховой езде.
12. Применение средств из базовых видов спорта для общефизической подготовки пятиборцев.
13. Навыки использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по плаванию.
14. Навыки использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по бегу.
15. Навыки использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по верховой езде.
16. Навыки использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по фехтованию.
17. Навыки использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пятиборцев.
18. Основы правильной техники плавания кролем на груди.

19. . Основы правильной техники выполнения старта в плавании.
20. Основы правильной техники выполнения поворотов в плавании кролем на груди.
21. Основы правильной техники бега на средние и длинные дистанции.
22. Основы правильной техники старта в беге на длинные дистанции.
23. Основы правильной техники стрельбы из пневматического (лазерного) оружия.
24. Основы правильной техники верховой езды с преодолением препятствий.
25. Основы правильной техники выполнения основных приемов и действий в фехтовании на шпагах.
26. Показ и анализ техники плавания кролем на груди.
27. Показ и анализ техники старта в плавании кролем на груди.
28. Показ и анализ поворотов в плавании кролем на груди.
29. Показ и анализ техники бега на средние и длинные дистанции.
30. Показ и анализ техники старта в беге на длинные дистанции.
31. Показ и анализ техники стрельбы из пневматического (лазерного) оружия.
32. Показ и анализ техники верховой езды с преодолением препятствий.
33. Показ и анализ техники выполнения основных приемов и действий в фехтовании на шпагах.
34. Судейство соревнований в качестве младших судей в плавании.
35. Судейство соревнований в качестве младших судей в беге.

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

Вопросы для устного ответа:

1. .Основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по плаванию.
2. Основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по бегу.
3. Основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по стрельбе.
4. Основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по верховой езде.
5. Основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по фехтованию.
6. Особенности применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по плаванию.
7. Особенности применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по бегу.
8. Особенности применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по стрельбе.
9. Особенности применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по верховой езде.
10. Особенности применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по фехтованию.
11. Навыки использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по плаванию, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.
12. Навыки использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по бегу, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

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

14. Навыки использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по верховой езде, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

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

16. Анализ тактики плавания на 100 и 200 м вольным стилем.

17. Анализ тактики бега на средние и дальние дистанции.

18. Анализ тактики бега сочетающегося со стрельбой.

19. Анализ тактики скоростной стрельбы из пневматического (лазерного) пистолета по правилам современного пятиборья.

20. Анализ тактики верховой езды с преодолением препятствий.

21. Анализ тактики подготовки лошади к старту во время 20 минутной разминки.

22. Анализ тактики ведения поединков на шпагах до одного победного укола.

23. Особенности выполнения функций младших судей по фехтованию.

24. Особенности выполнения функций младших судей по верховой езде.

25. Умение выразительной демонстрации техники плавания.

26. Умение выразительной демонстрации техники бега.

27. Умение выразительной демонстрации техники стрельбы из пневматического (лазерного) пистолета.

28. Умение выразительной демонстрации техники верховой езды.

29. Умение выразительной демонстрации техники фехтования.

30. Осуществление самоконтроля на занятиях по плаванию.

31. Осуществление самоконтроля на занятиях по бегу.

32. Осуществление самоконтроля на занятиях по стрельбе.

33. Осуществление самоконтроля на занятиях по верховой езде.

34. Осуществление самоконтроля на занятиях по фехтованию.

35. Осуществление самоконтроля между занятиями различными видами современного пятиборья.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Разработка программы спортивной подготовки в современном пятиборье на начальном этапе.

2. Разработка программы спортивной подготовки в современном пятиборье на тренировочном этапе.

3. Особенности реализации программы спортивной подготовки в современном пятиборье на начальном этапе.

4. Особенности реализации программы спортивной подготовки в современном пятиборье на тренировочном этапе.

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

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

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

8. Навыки проведения тренировочных занятий по бегу с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе подготовки.

9. Навыки проведения тренировочных занятий по фехтованию с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе подготовки.
10. Навыки проведения тренировочных занятий по общефизической подготовке с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе подготовки.
11. Навыки проведения тренировочных занятий по плаванию с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе подготовки.
12. Навыки проведения тренировочных занятий по бегу с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе подготовки.
13. Навыки проведения тренировочных занятий по фехтованию с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе подготовки.
14. Навыки проведения тренировочных занятий по стрельбе с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе подготовки.
15. Определение уровня работоспособности пятиборцев в плавании.
16. Определение уровня работоспособности пятиборцев в беге.
17. Определение уровня работоспособности пятиборцев в стрельбе.
18. Определение уровня работоспособности пятиборцев в верховой езде.
19. Определение уровня работоспособности пятиборцев в фехтовании.
20. Выполнение функции старшего судьи при проведении соревнований по плаванию.
21. Выполнение функции старшего судьи при проведении соревнований по комбинированному виду.
22. Выполнение функции секретаря при проведении соревнований по плаванию.
23. Выполнение функции секретаря при проведении соревнований по комбинированному виду.
24. Применение методики по определению антропометрических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в современном пятиборье.
25. Применение методики по определению физических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в современном пятиборье.
26. Применение методики по определению психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в современном пятиборье.
27. Разработка годового плана подготовки пятиборцев на тренировочном этапе многолетней подготовки (начальной специализации).
28. Разработка годового плана подготовки пятиборцев на тренировочном этапе многолетней подготовки (углубленной специализации).
29. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в плавании.
30. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в беге.
31. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в стрельбе из пневматического (лазерного) пистолета.
32. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в верховой езде.
33. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в фехтовании.

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

1. Разработка тренировочной программы подготовки пятиборцев на этапе совершенствования спортивного мастерства.
2. Планирование тренировочных занятий в современном пятиборье с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.

3. Проведение тренировочных занятий пятиборцев по плаванию с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.
4. Проведение тренировочных занятий пятиборцев по бегу с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства
5. Проведение тренировочных занятий пятиборцев по стрельбе с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства
6. Проведение тренировочных занятий пятиборцев в комбинированном виде с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.
7. Проведение тренировочных занятий пятиборцев по верховой езде с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства
8. Проведение тренировочных занятий пятиборцев по фехтованию с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства
9. Определение уровня специализированных качеств у пятиборцев в плавании.
10. Определение уровня специализированных качеств у пятиборцев в беге.
11. Определение уровня специализированных качеств у пятиборцев в стрельбе.
12. Определение уровня специализированных качеств у пятиборцев в верховой езде.
13. Определение уровня специализированных качеств у пятиборцев в фехтовании.
14. Организация и проведение соревнований по плаванию.
15. Организация и проведение соревнований по комбинированному виду современного пятиборья.
16. Организация и проведение соревнований по верховой езде.
17. Организация и проведение соревнований по фехтованию.
18. Разработка подготовительного периода годового плана подготовки пятиборцев на этапе совершенствования спортивного мастерства.
19. Разработка соревновательного периода годового плана подготовки пятиборцев на этапе совершенствования спортивного мастерства.
20. Разработка переходного периода годового плана подготовки пятиборцев на этапе совершенствования спортивного мастерства.
21. Учет взаимовлияния нагрузок в циклических видах современного пятиборья при разработке годового плана подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства.
22. Учет взаимовлияния нагрузок в технических и циклических видах современного пятиборья при разработке годового плана подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства
23. Учет взаимовлияния нагрузок в технических видах современного пятиборья при разработке годового плана подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства
24. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности в плавании.
25. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности в беге.
26. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности в стрельбе.
27. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности в верховой езде.
28. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности в фехтовании.
29. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности в циклических видах современного пятиборья.
30. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности в технических видах современного пятиборья.
31. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в плавании.
32. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в стрельбе.

33. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в беге.
34. . Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в верховой езде.
35. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в фехтовании.
36. Оценка результатов индивидуальной спортивной деятельности за период обучения в вузе.

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

а) Основная литература:

1. Современное пятиборье: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / В.П.Киселев. – М.: Советский спорт, 2006. 144 с.
2. Варакин А.П. 50 лет Советскому и Российскому современному пятиборью: Исторический очерк и учебное пособие по методике тренировки. – М.: «Физкультура, образование и наука», 1996. – 133 с.
3. Варакин А.П. Современное пятиборье: Учебник для институтов физической культуры / Под общ. ред. А.П. Варакина. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 256 с.

б) Дополнительная литература:

1. Булгакова Н.Ж. Плавание: Учебник для вузов/ Под общ. ред. Н.Ж. булгаковой. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 400 с.
2. Бычков Ю.М. Тренер в уроке фехтования / Ю.М. Бычков. – М.: Физическая культура и спорт, 2006. – 176 с.
3. Вайцеховский С.М., Широкая Л. Современное пятиборье / Под общей ред. С.М. Вайцеховского и Л. Широкая. - М.: ФиС и Будапешт: Спорт, 1969. – 304 с.
4. Варакин А.П. Годичный цикл тренировки пятиборца. - М.: «С.ПРИНТ», 1999. – 85 с.
5. Варакин А.П. Подготовка пятиборцев в фехтовании. – М.: «Физкультура, образование и наука», 1997. – 66 с.
6. Корх А.Я. Спортивная стрельба: Учеб. для ин-тов физ. культ./ Под общ. ред. А.Я. Корха. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 255 с.
7. Корх А.Я. Стрелковый спорт и методика преподавания: Учеб. для студ. пед. фак. ин-тов физ. культ./ Под ред. А.Я. Корха. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 144 с.
8. Озолин Н.Г. Легкая атлетика: Учеб. для ин-тов физ. культ./ Под общ. ред. Н.Г. Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н. Примакова. М.: Физкультура и спорт, 1989. – 671с.
9. Пономарев А.Н. Парные упражнения в подготовке фехтовальщика. – М.: Физкультура и спорт, 1968. – 102 с.
10. Пономарев А.Н. Фехтование: от новичка до мастера. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 144 с.
11. Спортивное фехтование: Учебник для ИФК / Под общей редакцией Д.А. Тышлера. М., Изд. ФОН, 1997. – 387 с.
12. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д., Тышлер Г.Д. Многолетняя тренировка юных фехтовальщиков: Учебное пособие. – М.: Деловая лига, 2001. – 254с.
13. Эзе Э. Конный спорт: Пособие для тренеров, преподавателей, коневодов и спортсменов. Сокр. Пер. с нем. / Под ред. Э Эзе; Предисл. П.П. Кобызева. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 255 с.

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

1. <http://pentathlon.org/rules>
2. <http://fencingmultimedia.com>

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

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

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

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 фехтовальный зал, бассейн, легкоатлетический манеж, тир для стрельбы из пневматического пистолета.

1.3. Тренажер Тышлера

Тренажер Тышлера («ТТ») имеет 8 различных режимов работы (программ тренировки), для которых может быть создано бесконечное количество упражнений в дополнение к тем, что представлены в настоящем пособии.

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

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

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

1.4. Фехтовальный тренажер ФТ-1

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

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

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

Тренажер поддерживает виды фехтования: на рапирах и шпагах.

Вид оружия определяется автоматически во время остановленной тренировки.

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

- при левосторонней стойке задействованы фронтальные и левые боковые датчики;
 - при правосторонней стойке задействованы фронтальные и правые боковые датчики.
- Тренажер поддерживает четыре вида переключения стационарных датчиков:
- простой (всегда выбирается один датчик);
 - змейка (в каждой попытке выбирается новый датчик в порядке возрастания номеров);
 - случайный (в каждой попытке выбирается новый датчик в случайном порядке);

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

Тренажер может находиться в одном из трех режимов:

- «автономный» (к тренажеру не подключен кабель связи с другим тренажером);
- «ведущий» (к тренажеру подключен кабель связи разъемом с надписью «ведущий»);
- «ведомый» (к тренажеру подключен кабель связи разъемом с надписью «ведомый»).

1.5. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

1.5.1. Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.

1.5.2. Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.

1.5.3. Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.

1.5.4. Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.

1.5.5. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.

1.5.6. Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.

1.5.7. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.

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

1.5.9. Плеер DVD BVK – 2007 г.

1.5.10. Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.

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

1.5.12. Монитор сердечного ритма Polar S-610.

7.6. Спортивный инвентарь

7.6.1. Учебные и электрофицированные шпаги.

7.6.2. Фехтовальная экипировка: костюмы, маски, перчатки, шнуры.

7.6.3. Аппараты-электрофиксаторы уколов.

7.6.4. Подводящие электрокабели.

7.6.5. Катушки-сматыватели.

7.6.6. Пневматические пистолеты Иж-46

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (современное пятиборье)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, 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

№	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 видам современного пятиборья 2. Подготовка мест занятий по видам современного пятиборья и изучение инструкций по технике безопасности 3. Занятия видами современного пятиборья по программе начальной подготовки 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности 5. Занятия по анализу техники видов современного пятиборья 6. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке пятиборцев. 7. Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по плаванию и бегу в комплексе современного пятиборья	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 (современное пятиборье)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, 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

№	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 видам современного пятиборья. 2. Занятия видами современного пятиборья по программе тренировочного этапа 3. Самоконтроль в процессе занятий видами современного пятиборья. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке. 5. Занятия по анализу тактики в видах современного пятиборья. 6. Методики обучения видам современного пятиборья. 7. Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке пятиборцев. 8. Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей в комбинированном виде, фехтовании и верховой езде.	1-2 недели 3-10 недели 3-10 недели 11-15 недели 20-21 недели 22-33 недели 34-35 недели 36-39 недели	10 5 5 5 5 20 5 5
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	39 неделя	10
4	Сдача экзамена (рубежный 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 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 (современное пятиборье)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, 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

№	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 видам современного пятиборья 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по современному пятиборью 3. Изучение структуры и организации работы ДЮСШ, по современному пятиборью. 4. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий современным пятиборьем 5. Разработка годового плана подготовки пятиборцев на тренировочном этапе. 6. Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в видах современного пятиборья. 7. Хронометраж занятий по видам современного пятиборья. 8. Формирование навыков судейства в качестве старших судей в плавании и беге	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	<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 (современное пятиборье)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, 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

№	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 современному пятиборью 2. Сохранение и поддержание спортивной формы 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности 4. Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по современному пятиборью. 5. Навыки определения уровня специализированных качеств у спортсменов в видах современного пятиборья. 6. Организация и проведение соревнований.	1-7 недели 8-15 недели 21-24 недели 29-30 недели 31-33 недели 34-38 недели	10 10 10 10 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	39 неделя	10
4	Сдача экзамена (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 фехтования, современного пятиборья, восточных
боевых искусств**

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

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

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: Физическая культура
(код и наименование)

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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

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

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

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

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий			16		
5.	Управление процессом спортивной подготовки		20	16		
6.	Организация и проведение соревнований		16	16		
1	Организация и проведение занятий по видам современного пятиборья	7-8	20	109	9	Экзамен
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		2	8		
5.	Управление процессом спортивной подготовки		20	20		
6.	Организация и проведение соревнований		18	28		
Всего: 540 часов (15 зачетных единиц)			240	291	9	

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра ТИМ Прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«Б1.В.ОД.11 Спортивно-педагогическое совершенствование (Служебно-
прикладные единоборства)»**

(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.

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

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:

А.В. преподаватель кафедры теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности (служебно-прикладные единоборства .)

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

Рецензент:

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

1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) СПС (служебно-прикладные единоборства) является:

- обеспечить готовность к практической реализации, установленных программой дисциплины общекультурных и профессиональных компетенций;
- обеспечить овладение профессиональной подготовленностью по дальнейшему развитию служебно-прикладных единоборств как средства обеспечения физического и нравственного здоровья различных групп населения;
- подготовка бакалавров, владеющих системой современных научных знаний о закономерностях процессов обучения и тренировки, формах и методах организации, планирования и управления многолетней спортивной подготовкой в служебно-прикладных единоборствах;
- формирование компетенций на основе глубоких знаний и практической готовности к самостоятельному, творческому решению воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли;
- обеспечение готовности к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленной на подготовку специалистов в служебно-прикладных единоборствах;
- готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы с использованием служебно-прикладных единоборств для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения, в том числе инвалидов, на всех этапах возрастного развития человека;
- владение организационно-управленческими и финансово-хозяйственными компетенциями, методикой научных исследований, использованием информационных технологий в профессиональной деятельности;
- внедрение в практику достижений отечественных и зарубежных специалистов, стимулирование к собственным инновационным разработкам,

создание на этой основе предпосылок к дальнейшему усовершенствованию в избранной физкультурно-спортивной деятельности.

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

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (служебно-прикладные единоборства)» является системообразующей (сквозной) в едином междисциплинарном образовательном процессе, направленном на последовательное и закономерное формирование у студентов профессионально-педагогического мастерства (комплекса общекультурных и профессиональных компетенций).

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (служебно-прикладные единоборства)» относится к профессиональному циклу базовой части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура (уровень бакалавриата)».

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (служебно-прикладные единоборства)» входит в систему наук, ориентированную на запросы спорта и на оздоровительную физическую культуру. Как сквозная дисциплина, её изучение наиболее тесно связано и опирается, прежде всего, на дисциплины профессионального цикла «Служебно-прикладные единоборства» и «Спортивно-педагогическое совершенствование». Базируется на логической и содержательно-методической взаимосвязи с дисциплинами: история физической культуры, анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, химия, физика, информатика, спортивная метрология, спортивная медицина, психология, педагогика, социология, экология, правовые основы профессиональной деятельности, безопасность жизнедеятельности. Данная дисциплина предшествует прохождению спортивно-педагогической, тренерской и организационно-тренерской практик.

Особенность изучаемой дисциплины состоит в том, что акцент сделан на обеспечение владением общекультурными и профессиональными

компетенциями с целью достижения готовности к реальной профессиональной практической деятельности, базирующейся на глубоком изучении биологических закономерностей адаптационных возможностей организма, занимающихся служебно-прикладными единоборствами. Подчеркнута важность нравственно-духовного совершенствования человека в процессе подготовки бойца-рукопашника, которая социальна по своей сущности, характеризуется конкретным педагогическим содержанием и выраженной воспитательной направленностью. Освоение курса включает также подготовку к выполнению требований по профессиональной физической подготовке.

Специфика данной дисциплины обусловлена еще и подготовкой выпускника к профессиональной деятельности в силовых министерствах и ведомствах, иногда экстремальных условиях.

Выполнение тематических комплексов профессионально-ориентированных практических заданий, в том числе проблемных, предусматривает широкое использование различной измерительной и вычислительной техники.

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

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) наименование	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7

ОПК-3	<i>Знать:</i> - принципы и методы обучения;	2	-	
	<i>Знать:</i> - основы теории и методики физической культуры и спорта;	3-4		
	<i>Знать:</i> - основы теории и методики физической культуры и спорта; - требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта.	6	-	
	<i>Знать:</i> - основы теории и методики физической культуры и спорта; - принципы и методы обучения; -требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта.	8	-	
	<i>Уметь:</i> - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта;	2	-	
	<i>Уметь:</i> - разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.	4	-	
	<i>Уметь:</i> - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта;	6		
	<i>Уметь:</i> - 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	-	
	<i>Владеть:</i> - 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.	2	-	
	<i>Владеть:</i> - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.	6	-	
	<i>Владеть:</i> - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.	8	-	
ОПК-6	<i>Знать:</i> - состав средств и методов избранного вида спорта при проведении занятий рекреационной, оздоровительной	1	-	

	направленности с лицами различного пола и возраста.			
	<i>Знать:</i> - состав средств и методов избранного вида спорта при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста.	3	-	
	<i>Уметь:</i> - применять средства и методы избранного вида спорта для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при проведении занятий с лицами различного пола и возраста.	1	-	
	<i>Уметь:</i> - применять средства и методы избранного вида спорта для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при проведении занятий с лицами различного пола и возраста.	3	-	
	<i>Владеть:</i> - навыками формирования здорового образа жизни средствами избранного вида спорта; построения тренировочных программ оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов.	3	-	
ОПК-8	<i>Знать:</i> - правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта; - документы планирования и проведения соревнований;	1	-	
	<i>Знать:</i> - правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта.	3	-	
	<i>Знать:</i> - правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта; - документы планирования и проведения соревнований; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.	5	-	
	<i>Знать:</i> - правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта; - документы планирования и проведения соревнований; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - обязанности организаторов и судей соревнования; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.	7	-	
	<i>Уметь:</i> - осуществлять объективное судейство соревнований;	1	-	
	<i>Уметь:</i> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований;	5	-	
	<i>Владеть:</i> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня;	1	-	
	<i>Владеть:</i> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.	5-6	-	
	<i>Владеть:</i> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня;	7	-	

	- умением осуществлять объективное судейство соревнований.			
ОПК-11	<i>Знать</i> :- основы научно-методической деятельности; - методы научного анализа и обработки результатов исследований; - методы формулирования и представления обобщений и выводов.	5	-	
	<i>Уметь</i> :- выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; - применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта;	5	-	
	<i>Владеть</i> :- методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.	5	-	
ПК-8	<i>Знать</i> :- истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; - медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в избранном виде спорта;	7	-	
	<i>Уметь</i> :- использовать на занятиях избранным видом спорта знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки;	7	-	
	<i>Владеть</i> :- умениями осуществлять тренерскую деятельность в избранном виде спорта с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки; - современными технологиями тренировки в избранном виде спорта;	7	-	
ПК-9	<i>Знать</i> :- психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям избранным видом спорта; - методывоспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.	4	-	
ПК-10	<i>Владеть</i> :- умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.	7	-	
ПК-11	<i>Знать</i> :- федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта, примерные программы подготовки по виду спорта; - содержание тренировочного процесса на этапах детско-юношеского и массового спорта; - методы планирования тренировочного процесса.	4	-	
	<i>Знать</i> :- федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта, примерные программы подготовки по виду спорта; - содержание тренировочного процесса на этапах детско-юношеского и массового спорта;	8	-	

	- методы планирования тренировочного процесса.			
	<i>Уметь:</i> - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки).	4	-	
	<i>Уметь:</i> - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки).	8	-	
	<i>Владеть:</i> - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта; - информационными и компьютерными технологиями при разработке документов планирования; - навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности.	4	-	
	<i>Владеть:</i> - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта; - информационными и компьютерными технологиями при разработке документов планирования; - навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности.	8	-	
ПК-13	<i>Знать:</i> - виды и методы педагогического контроля и учета его результатов; - содержание и организацию педагогического контроля в избранном виде спорта;	6	-	
	<i>Уметь:</i> - фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; - находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся.	6	-	
	<i>Владеть:</i> - способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.	6	-	
ПК-14	<i>Знать:</i> - основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта.	1	-	
	<i>Знать:</i> - основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта;	4	-	

	- средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта.			
	<i>Уметь:</i> - в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия.	2	-	
	<i>Уметь:</i> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия.	4	-	
	<i>Владеть:</i> - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.	4	-	
ПК-15	<i>Уметь:</i> - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.	6	-	
	<i>Владеть:</i> - средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности;	6	-	
ПК-26	<i>Знать:</i> - функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки;	1	-	
	<i>Знать:</i> - технологию составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем; - функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки; - методы составления финансовых документов.	3	-	
	<i>Уметь:</i> - осуществлять качественный уход за применяемыми в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем; - выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги;	1	-	
	<i>Уметь:</i> - выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги;	3	-	
	<i>Владеть:</i> - навыками безопасной и эффективной работы и качественного ухода за оборудованием и инвентарем.	1	-	
	<i>Владеть:</i> - навыками безопасной и эффективной работы и качественного ухода за оборудованием и инвентарем. - навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки.	3	-	
ПК-28	<i>Знать:</i> - методы и средства сбора информации, а также основные источники информации о физической культуре и спорте; - принципы организации и проведения научно-	5	-	

	исследовательских работ; - основы теории планирования эксперимента.			
	<i>Владеть:</i> - навыками получения и первичной обработки информации о достижениях в сфере ФКиС из различных источников; - основами организации и проведения научно-исследовательских работ;	5	-	
	<i>Владеть:</i> - навыками получения и первичной обработки информации о достижениях в сфере ФКиС из различных источников; - основами организации и проведения научно-исследовательских работ;	7-8	-	
ПК-30	<i>Знать:</i> - принципы организации научного исследования;	5	-	
	<i>Владеть:</i> - опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности.	5	-	
	<i>Владеть:</i> - опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности.	7-8	-	

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

4.1 Первый год обучения (1-й и 2-й семестры)

Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 5 зачетных единиц, 162 академических часов.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	МОДУЛЬ 1. Обучение технико-тактическим действиям в прикладных единоборствах	1					
2	1.1 Основы техники в различных дисциплинах служебно-прикладных единоборств (боевое самбо, комплексное единоборство, служебное единоборство, рукопашный бой)	I		6	8		
3	1.2. Структура «эталонной» техники в различных видах служебно-прикладных	I		4	2		

	единоборств						
4	1.3. Эффективность техники в переменных условиях деятельности (в спортивной и прикладной деятельности)	I					
5	1.4. Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий	I					
6	1.5. Моделирование техники целевой соревновательной деятельности	I					
7	МОДУЛЬ 2. Методика развития физических качеств	1					
8	2.1. Выбор и методика применения тренировочных упражнений на этапе становления спортивного мастерства в служебно-прикладных единоборствах	I		4	8		
9	2.2. Средства и методы воспитания базовых двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	I		4	10		
10	2.3. Средства и методы воспитания двигательных качеств на этапах реализации максимальных возможностей спортсмена в служебно-прикладных единоборствах	I		4	2		
11	2.4. Особенности совершенствования двигательных качеств на этапе спортивного долголетия в служебно-прикладных единоборствах	I					
12	2.5. Моделирование индивидуальных двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	I					
13	МОДУЛЬ 3. Управление динамикой подготовленности в годичном и многолетнем циклах	1					
14	3.1. Организационно-методические основы планирования учебно-тренировочных занятий (УТЗ). Выбор и методика применения доступных средств оперативного контроля	I		4	6		
15	3.2. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства.	I		4	4		
16	3.3. Контроль тренировочного процесса и его эффективность	I			12		

17	3.4. Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки рукопашника. Учет внешнесредовых и внутренировочных факторов в подготовке рукопашников.	I					
18	3.5. Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке бойцов-рукопашников высокой квалификации	I					
	Итого часов за 1 семестр			30	42		
19	МОДУЛЬ 4. Организация соревнований и их судейство	2					
20	4.1. Документы планирования и судейства соревнований	II		4	6		
21	4.2. Организация и судейство соревнований в индивидуальном и командном зачете	II		2	4		
22	4.3. Организация и судейство массовых соревнований	II					
23	4.4. Особенности организации и судейства соревнований по служебно-прикладным видам спорта в силовых министерствах и ведомствах	II		4	4		
24	Модуль 5. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием служебно-прикладных единоборств	II			6		
25	5.1. Методика нормирования нагрузки оздоровительной направленности	2			8		
26	5.2. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения	II		2	2		
27	5.3. Подготовка и участие в массовых соревнованиях	II		2	6		
28	МОДУЛЬ 6. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	2			4		
29	6.1. Инвентарь и оборудование	II		2	10		
30	6.2. Техника безопасности	II		6	10		
31	6.3. Требования к спортивным сооружениям для занятий и соревнований по служебно-прикладным единоборствам	II		4	10		

32	6.4. Доврачебная помощь при занятиях служебно-прикладными единоборствами	II		8	2		
33	Зачет			30	60		2 семестр
Итого часов:				60	102		162

4.2. Первый год обучения (1-й и 2-й семестры)

Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единиц, 144 академических часа.

№	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	МОДУЛЬ 1. Обучение технико-тактическим действиям в прикладных единоборствах	1					
2	1.1 Основы техники в различных дисциплинах служебно-прикладных единоборств (боевое самбо, комплексное единоборство, служебное единоборство, рукопашный бой)	I	2	2	8		
3	1.2. Структура «эталонной» техники в различных видах служебно-прикладных единоборств	I		2	8		
4	1.3. Эффективность техники в переменных условиях деятельности (в спортивной и прикладной деятельности)	I		2	4		
5	1.4. Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий	I		2	4		
6	1.5. Моделирование техники целевой соревновательной деятельности	I		2	6		
7	МОДУЛЬ 2. Методика развития физических качеств	1					
8	2.1. Выбор и методика применения тренировочных упражнений на	I			8		

	этапе становления спортивного мастерства в служебно-прикладных единоборствах						
9	2.2. Средства и методы воспитания базовых двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	I			8		
10	2.3. Средства и методы воспитания двигательных качеств на этапах реализации максимальных возможностей спортсмена в служебно-прикладных единоборствах	I			4		
11	2.4. Особенности совершенствования двигательных качеств на этапе спортивного долголетия в служебно-прикладных единоборствах	I			4		
12	2.5. Моделирование индивидуальных двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	I			2		
13	МОДУЛЬ 3. Управление динамикой подготовленности в годичном и многолетнем циклах	1					
14	3.1. Организационно-методические основы планирования учебно-тренировочных занятий (УТЗ). Выбор и методика применения доступных средств оперативного контроля	I			4		
15	3.2. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства.	I			6		
16	3.3. Контроль тренировочного процесса и его эффективность	I					
	3.4. Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки рукопашника. Учет внешнесредовых и внутренировочных факторов в подготовке рукопашников.						
17	3.5. Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке бойцов-рукопашников высокой квалификации	I					
	Итого часов за 1 семестр	70		4	66	2	
18	МОДУЛЬ 4. Организация соревнований и их судейство	2					
19	4.1. Документы планирования и	II	2	2	12		

	судейства соревнований						
20	4.2. Организация и судейство соревнований в индивидуальном и командном зачете	II	2	4	8		
21	4.3. Организация и судейство массовых соревнований	II			14		
22	4.4. Особенности организации и судейства соревнований по служебно-прикладным видам спорта в силовых министерствах и ведомствах	II			6		
23	Модуль 5. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием служебно-прикладных единоборств	II					
24	5.1. Методика нормирования нагрузки оздоровительной направленности	2					
25	5.2. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения	II					
26	5.3. Подготовка и участие в массовых соревнованиях	II			8		
27	МОДУЛЬ 6. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	2					
28	6.1. Инвентарь и оборудование	II			10		
29	6.2. Техника безопасности	II			4		
30	6.3. Требования к спортивным сооружениям для занятий и соревнований по служебно-прикладным единоборствам	II			8		
31	6.4. Доврачебная помощь при занятиях служебно-прикладными единоборствами	II			8		
32	Зачет (2 семестр)	74		6	68		
Итого часов:				10	134		144

Структура и содержание дисциплины (модуля)

4.3 Второй год обучения (3-й и 4-й семестры)

Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единиц, 126 академических часов.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	МОДУЛЬ 1. Обучение технико-тактическим действиям в прикладных единоборствах	3					
2	1.1 Основы техники в различных дисциплинах служебно-прикладных единоборств (боевое самбо, комплексное единоборство, служебное единоборство, рукопашный бой)	III			3		
3	1.2. Структура «эталонной» техники в различных видах служебно-прикладных единоборств	III		3	8		
4	1.3. Эффективность техники в переменных условиях деятельности (в спортивной и прикладной деятельности)	III		7	2		
5	1.4. Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий	III					
6	1.5. Моделирование техники целевой соревновательной деятельности	III					
7	МОДУЛЬ 2. Методика развития физических качеств	3					
8	2.1. Выбор и методика применения тренировочных упражнений на этапе становления спортивного мастерства в служебно-прикладных единоборствах	III					
9	2.2. Средства и методы воспитания базовых двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	III		6	4		
10	2.3. Средства и методы воспитания двигательных качеств на этапах реализации максимальных возможностей спортсмена в служебно-прикладных	III		4	6		

	единоборствах						
11	2.4. Особенности совершенствования двигательных качеств на этапе спортивного долголетия в служебно-прикладных единоборствах	III					
12	2.5. Моделирование индивидуальных двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	III					
13	МОДУЛЬ 3. Управление динамикой подготовленности в годичном и многолетнем циклах	3					
14	3.1. Организационно-методические основы планирования учебно-тренировочных занятий (УТЗ). Выбор и методика применения доступных средств оперативного контроля	III					
15	3.2. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства.	III		6	2		
16	3.3. Контроль тренировочного процесса и его эффективность	III					
	3.4. Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки рукопашника. Учет внешнесредовых и внутренировочных факторов в подготовке рукопашников.						
17	3.5. Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке бойцов-рукопашников высокой квалификации	III					
18	Итого часов за 1 семестр	3					
19	МОДУЛЬ 4. Организация соревнований и их судейство	III					
20	4.1. Документы планирования и судейства соревнований	III		4	8		
21	4.2. Организация и судейство соревнований в индивидуальном и командном зачете	III					
22	4.3. Организация и судейство массовых соревнований	III					
23	4.4. Особенности организации и судейства соревнований по служебно-прикладным видам спорта в силовых министерствах и ведомствах	III					
	Модуль 5. Методика			30	33		

	физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием служебно-прикладных единоборств						
24	5.1. Методика нормирования нагрузки оздоровительной направленности	4					
25	5.2. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения	IV		10	10		
26	5.3. Подготовка и участие в массовых соревнованиях	IV			13		
27	МОДУЛЬ 6. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	4					
28	6.1. Инвентарь и оборудование	IV					
29	6.2. Техника безопасности	IV		10	8		
30	6.3. Требования к спортивным сооружениям для занятий и соревнований по служебно-прикладным единоборствам	IV		10	2		
31	6.4. Доврачебная помощь при занятиях служебно-прикладными единоборствами	IV					
32	Зачет			30	33		4 семестр
Итого часов:				60	66		126

4.4 Второй год обучения (3-й и 4-й семестры)

Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4 зачетных единиц, 144 академических часов.**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	МОДУЛЬ 1. Обучение технико-	3					

	тактическим действиям в прикладных единоборствах						
2	1.1 Основы техники в различных дисциплинах служебно-прикладных единоборств (боевое самбо, комплексное единоборство, служебное единоборство, рукопашный бой)	III			2		
3	1.2. Структура «эталонной» техники в различных видах служебно-прикладных единоборств	III		2	8		
4	1.3. Эффективность техники в переменных условиях деятельности (в спортивной и прикладной деятельности)	III		2	16		
5	1.4. Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий	III			4		
6	1.5. Моделирование техники целевой соревновательной деятельности	III			2		
7	МОДУЛЬ 2. Методика развития физических качеств	3					
8	2.1. Выбор и методика применения тренировочных упражнений на этапе становления спортивного мастерства в служебно-прикладных единоборствах	III			8		
9	2.2. Средства и методы воспитания базовых двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	III					
10	2.3. Средства и методы воспитания двигательных качеств на этапах реализации максимальных возможностей спортсмена в служебно-прикладных единоборствах	III		2	12		
11	2.4. Особенности совершенствования двигательных качеств на этапе спортивного долголетия в служебно-прикладных единоборствах	III			8		
12	2.5. Моделирование индивидуальных двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	III					
13	МОДУЛЬ 3. Управление динамикой подготовленности в годичном и многолетнем циклах	3					
14	3.1. Организационно-методические	III					

	основы планирования учебно-						
15	тренировочных занятий (УТЗ). Выбор и методика применения	III		2	6		
16	доступных средств оперативного контроля	III			4		
17	3.2. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса	III					
18	на этапе становления спортивного мастерства.	III					
19	3.3. Контроль тренировочного процесса и его эффективность	3					
20	3.4. Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки рукопашника. Учет внешнесредовых и внутритренировочных факторов в подготовке рукопашников.	III			2		
21	3.5. Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке бойцов-рукопашников высокой квалификации	III			2		
22	Итого часов за 3 семестр	III					
23	МОДУЛЬ 4. Организация соревнований и их судейство	III					
24	4.1. Документы планирования и судейства соревнований	III					
	4.2. Организация и судейство соревнований в индивидуальном и командном зачете	72		8	64		
25	4.3. Организация и судейство массовых соревнований	4			12		
26	4.4. Особенности организации и судейства соревнований по служебно-прикладным видам спорта в силовых министерствах и ведомствах	IV		2	18		
27	Модуль 5. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием служебно-прикладных единоборств	IV		2	14		
28	5.1. Методика нормирования нагрузки оздоровительной направленности	4					
29	5.2. Методика физкультурно- оздоровительной деятельности	IV		2	16		
30	с различными группами населения	IV		2	6		
31	5.3. Подготовка и участие в	IV					

	массовых соревнованиях					
32	МОДУЛЬ 6. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	IV				
33	Зачет 4 семестр	72		8	64	4 семестр
Итого часов:				16	128	144

Структура и содержание дисциплины (модуля)

4.5 Третий год обучения 5-й и 6-й семестры)

Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **3,5 зачетных единиц, 144 академических часов.**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	МОДУЛЬ 1. Обучение технико-тактическим действиям в прикладных единоборствах	5					
2	1.1 Основы техники в различных дисциплинах служебно-прикладных единоборств (боевое самбо, комплексное единоборство, служебное единоборство, рукопашный бой)	V			2		
3	1.2. Структура «эталонной» техники в различных видах служебно-прикладных единоборств	V		8	2		
4	1.3. Эффективность техники в переменных условиях деятельности (в спортивной и прикладной деятельности)	V		2	4		
5	1.4. Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий	V		4	2		
6	1.5. Моделирование техники целевой соревновательной деятельности	V		6			
7	МОДУЛЬ 2. Методика развития физических качеств	5					

8	2.1. Выбор и методика применения тренировочных упражнений на этапе становления спортивного мастерства в служебно-прикладных единоборствах	V					
9	2.2. Средства и методы воспитания базовых двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	V					
10	2.3. Средства и методы воспитания двигательных качеств на этапах реализации максимальных возможностей спортсмена в служебно-прикладных единоборствах	V					
11	2.4. Особенности совершенствования двигательных качеств на этапе спортивного долголетия в служебно-прикладных единоборствах	V					
12	2.5. Моделирование индивидуальных двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	V					
13	МОДУЛЬ 3. Управление динамикой подготовленности в годичном и многолетнем циклах	5					
14	3.1. Организационно-методические основы планирования учебно-тренировочных занятий (УТЗ). Выбор и методика применения доступных средств оперативного контроля	V			2		
15	3.2. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства.	V			8		
16	3.3. Контроль тренировочного процесса и его эффективность	V		4	3		
17	3.4. Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки рукопашника. Учет внешнесредовых и внутринебровочных факторов в подготовке рукопашников.	V		4	6		
18	3.5. Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке бойцов-рукопашников высокой квалификации	V		2	4		
	Итого часов за 1 семестр	63		30	33		
19	МОДУЛЬ 4. Организация	6					

	соревнований и их судейство						
20	4.1. Документы планирования и судейства соревнований	VI					
21	4.2. Организация и судейство соревнований в индивидуальном и командном зачете	VI					
22	4.3. Организация и судейство массовых соревнований	VI					
23	4.4. Особенности организации и судейства соревнований по служебно-прикладным видам спорта в силовых министерствах и ведомствах	VI			3		
24	Модуль 5. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием служебно-прикладных единоборств	VI					
25	5.1. Методика нормирования нагрузки оздоровительной направленности	6		4	4		
26	5.2. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения	VI		6	8		
27	5.3. Подготовка и участие в массовых соревнованиях	VI		3	8		
28	МОДУЛЬ 6. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	6					
29	6.1. Инвентарь и оборудование	VI		6	6		
30	6.2. Техника безопасности	VI		6	6		
31	6.3. Требования к спортивным сооружениям для занятий и соревнований по служебно-прикладным единоборствам	VI		4	4		
32	6.4. Доврачебная помощь при занятиях служебно-прикладными единоборствами	VI		4	4		
33	Экзамен 6 семестр	VI		30	33		
Итого часов:				60	66		126

4.6. Третий год обучения 5-й и 6-й семестры)

Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **зачетных единиц, 144 академических часов.**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	МОДУЛЬ 1. Обучение технико-тактическим действиям в прикладных единоборствах	5					
2	1.1 Основы техники в различных дисциплинах служебно-прикладных единоборств (боевое самбо, комплексное единоборство, служебное единоборство, рукопашный бой)	V			8		
3	1.2. Структура «эталонной» техники в различных видах служебно-прикладных единоборств	V		2	8		
4	1.3. Эффективность техники в переменных условиях деятельности (в спортивной и прикладной деятельности)	V		2	4		
5	1.4. Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий	V		2	6		
6	1.5. Моделирование техники целевой соревновательной деятельности	V		2	4		
7	МОДУЛЬ 2. Методика развития физических качеств	5					
8	2.1. Выбор и методика применения тренировочных упражнений на этапе становления спортивного мастерства в служебно-прикладных единоборствах	V			6		
9	2.2. Средства и методы воспитания базовых двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	V			4		
10	2.3. Средства и методы воспитания двигательных качеств на этапах реализации максимальных	V			2		

	возможностей спортсмена в служебно-прикладных единоборствах					
11	2.4. Особенности совершенствования двигательных качеств на этапе спортивного долголетия в служебно-прикладных единоборствах	V		2		
12	2.5. Моделирование индивидуальных двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	V		12		
13	МОДУЛЬ 3. Управление динамикой подготовленности в годичном и многолетнем циклах	5				
14	3.1. Организационно-методические основы планирования учебно-тренировочных занятий (УТЗ). Выбор и методика применения доступных средств оперативного контроля	V		8		
15	3.2. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства.	V		6		
16	3.3. Контроль тренировочного процесса и его эффективность	V		2		
	3.4. Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки рукопашника. Учет внешнесредовых и внутренировочных факторов в подготовке рукопашников.					
17	3.5. Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке бойцов-рукопашников высокой квалификации	V		2		
	Итого часов за 1 семестр	72	8	64		
18	МОДУЛЬ 4. Организация соревнований и их судейство	6				
19	4.1. Документы планирования и судейства соревнований	VI		8		
20	4.2. Организация и судейство соревнований в индивидуальном и командном зачете	VI	2	12		
21	4.3. Организация и судейство массовых соревнований	VI	2	8		
22	4.4. Особенности организации и судейства соревнований по служебно-прикладным видам спорта в силовых министерствах и	VI	2	8		

	ведомствах						
23	Модуль 5. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием служебно-прикладных единоборств	VI					
24	5.1. Методика нормирования нагрузки оздоровительной направленности	6		2	6		
25	5.2. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения	VI			8		
26	5.3. Подготовка и участие в массовых соревнованиях	VI			8		
27	МОДУЛЬ 6. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	6			8		
28	6.1. Инвентарь и оборудование	VI			10		
29	6.2. Техника безопасности	VI			10		
30	6.3. Требования к спортивным сооружениям для занятий и соревнований по служебно-прикладным единоборствам	VI			4		
31	6.4. Доврачебная помощь при занятиях служебно-прикладными единоборствами	VI					
32	Экзамен	VI		8	64		6 семестр
Итого часов:					16	128	144

Структура и содержание дисциплины (модуля)

4.7 Четвертый год обучения 7-й и 8-й семестры)

Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4зачетных единиц, 126 академических часов.**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
---	----------------------------	---------	---	---

			Занятия лекционн ого типа	Занятия семинарск ого типа	Самостоя тельная работа	Контроль	
1	МОДУЛЬ 1. Обучение технико-тактическим действиям в прикладных единоборствах	7					
2	1.1 Основы техники в различных дисциплинах служебно-прикладных единоборств (боевое самбо, комплексное единоборство, служебное единоборство, рукопашный бой)	VII					
3	1.2. Структура «эталонной» техники в различных видах служебно-прикладных единоборств	VII					
4	1.3. Эффективность техники в переменных условиях деятельности (в спортивной и прикладной деятельности)	VII					
5	1.4. Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий	VII					
6	1.5. Моделирование техники целевой соревновательной деятельности	VII					
7	МОДУЛЬ 2. Методика развития физических качеств	7					
8	2.1. Выбор и методика применения тренировочных упражнений на этапе становления спортивного мастерства в служебно-прикладных единоборствах	VII		2			
9	2.2. Средства и методы воспитания базовых двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	VII		4	2		
10	2.3. Средства и методы воспитания двигательных качеств на этапах реализации максимальных возможностей спортсмена в служебно-прикладных единоборствах	VII		2	8		
11	2.4. Особенности совершенствования двигательных качеств на этапе спортивного долголетия в служебно-прикладных единоборствах	VII		2	6		
12	2.5. Моделирование индивидуальных двигательных качеств в служебно-прикладных	VII		6	4		

	единоборствах						
13	МОДУЛЬ 3. Управление динамикой подготовленности в годичном и многолетнем циклах	7					
14	3.1. Организационно-методические основы планирования учебно-тренировочных занятий (УТЗ). Выбор и методика применения доступных средств оперативного контроля	VII		4	2		
15	3.2. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства.	VII		2	4		
16	3.3. Контроль тренировочного процесса и его эффективность	VII		4	2		
	3.4. Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки рукопашника. Учет внешнесредовых и внутренировочных факторов в подготовке рукопашников.						
17	3.5. Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке бойцов-рукопашников высокой квалификации	VII		4	4		
	Итого часов за 1 семестр	54		30	24		
18	МОДУЛЬ 4. Организация соревнований и их судейство	8					
19	4.1. Документы планирования и судейства соревнований	VIII					
20	4.2. Организация и судейство соревнований в индивидуальном и командном зачете	VIII					
21	4.3. Организация и судейство массовых соревнований	VIII					
22	4.4. Особенности организации и судейства соревнований по служебно-прикладным видам спорта в силовых министерствах и ведомствах	VIII			2		
23	Модуль 5. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием служебно-прикладных единоборств	VIII					
24	5.1. Методика нормирования нагрузки оздоровительной направленности	8			8		
25	5.2. Методика физкультурно-	VIII		4	6		

	оздоровительной деятельности с различными группами населения						
26	5.3. Подготовка и участие в массовых соревнованиях	VIII		6	4		
27	МОДУЛЬ 6. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	8					
28	6.1. Инвентарь и оборудование	VIII		4	3		
29	6.2. Техника безопасности	VIII		6	2		
30	6.3. Требования к спортивным сооружениям для занятий и соревнований по служебно-прикладным единоборствам	VIII		2	8		
31	6.4. Доврачебная помощь при занятиях служебно-прикладными единоборствами	VIII		8			
32	Экзамен	VIII		30	33		8 семестр
Итого часов:				60	57	9	126

Структура и содержание дисциплины (модуля)

4.8 Четвертый год обучения 7-й и 8-й семестры)

Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4 зачетных единиц, 144 академических часов.**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	МОДУЛЬ 1. Обучение технико-тактическим действиям в прикладных единоборствах	7					
2	1.1 Основы техники в различных дисциплинах служебно-прикладных единоборств (боевое самбо, комплексное единоборство, служебное единоборство, рукопашный бой)	VII					

3	1.2. Структура «эталонной» техники в различных видах служебно-прикладных единоборств	VII					
4	1.3. Эффективность техники в переменных условиях деятельности (в спортивной и прикладной деятельности)	VII					
5	1.4. Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий	VII					
6	1.5. Моделирование техники целевой соревновательной деятельности	VII					
7	МОДУЛЬ 2. Методика развития физических качеств	7					
8	2.1. Выбор и методика применения тренировочных упражнений на этапе становления спортивного мастерства в служебно-прикладных единоборствах	VII		2	2		
9	2.2. Средства и методы воспитания базовых двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	VII		2	8		
10	2.3. Средства и методы воспитания двигательных качеств на этапах реализации максимальных возможностей спортсмена в служебно-прикладных единоборствах	VII		2	4		
11	2.4. Особенности совершенствования двигательных качеств на этапе спортивного долголетия в служебно-прикладных единоборствах	VII		2	6		
12	2.5. Моделирование индивидуальных двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	VII			4		
13	МОДУЛЬ 3. Управление динамикой подготовленности в годичном и многолетнем циклах	7			8		
14	3.1. Организационно-методические основы планирования учебно-тренировочных занятий (УТЗ). Выбор и методика применения доступных средств оперативного контроля	VII			8		
15	3.2. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса	VII			6		

	на этапе становления спортивного мастерства.						
16	3.3. Контроль тренировочного процесса и его эффективность	VII			8		
	3.4. Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки рукопашника. Учет внешнесредовых и внутренировочных факторов в подготовке рукопашников.						
17	3.5. Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке бойцов-рукопашников высокой квалификации	VII			12		
	Итого часов за 1 семестр	72		8	64		
18	МОДУЛЬ 4. Организация соревнований и их судейство	8					
19	4.1. Документы планирования и судейства соревнований	VIII			6		
20	4.2. Организация и судейство соревнований в индивидуальном и командном зачете	VIII			8		
21	4.3. Организация и судейство массовых соревнований	VIII					
22	4.4. Особенности организации и судейства соревнований по служебно-прикладным видам спорта в силовых министерствах и ведомствах	VIII			6		
23	Модуль 5. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием служебно-прикладных единоборств	VIII VIII			2		
24	5.1. Методика нормирования нагрузки оздоровительной направленности	8			2		
25	5.2. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения	VIII		2	4		
26	5.3. Подготовка и участие в массовых соревнованиях	VIII			6		
27	МОДУЛЬ 6. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	8			4		
28	6.1. Инвентарь и оборудование	VIII		2	8		
29	6.2. Техника безопасности	VIII		2	8		

30	6.3. Требования к спортивным сооружениям для занятий и соревнований по служебно-прикладным единоборствам	VIII		2	2		
31	6.4. Доврачебная помощь при занятиях служебно-прикладными единоборствами	VIII			8		
32	Экзамен	VIII		8	64		8 семестр
Итого часов:				16	128		144

Структура и содержание дисциплины (модуля)

4.9 Пятый год обучения 9-й и 10-й семестры)

Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единиц, 144 академических часов.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	МОДУЛЬ 1. Обучение технико-тактическим действиям в прикладных единоборствах	9					
2	1.1 Основы техники в различных дисциплинах служебно-прикладных единоборств (боевое самбо, комплексное единоборство, служебное единоборство, рукопашный бой)	9			6		
3	1.2. Структура «эталонной» техники в различных видах служебно-прикладных единоборств	9			4		
4	1.3. Эффективность техники в переменных условиях деятельности (в спортивной и прикладной деятельности)	9					
5	1.4. Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий	9		4			
6	1.5. Моделирование техники целевой соревновательной	9		2			

	деятельности						
7	МОДУЛЬ 2. Методика развития физических качеств	9					
8	2.1. Выбор и методика применения тренировочных упражнений на этапе становления спортивного мастерства в служебно-прикладных единоборствах	9			2		
9	2.2. Средства и методы воспитания базовых двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	9		2	4		
10	2.3. Средства и методы воспитания двигательных качеств на этапах реализации максимальных возможностей спортсмена в служебно-прикладных единоборствах	9			2		
11	2.4. Особенности совершенствования двигательных качеств на этапе спортивного долголетия в служебно-прикладных единоборствах	9		8	2		
12	2.5. Моделирование индивидуальных двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	9			6		
13	МОДУЛЬ 3. Управление динамикой подготовленности в годичном и многолетнем циклах	9					
14	3.1. Организационно-методические основы планирования учебно-тренировочных занятий (УТЗ). Выбор и методика применения доступных средств оперативного контроля	9			8		
15	3.2. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства.	9			8		
16	3.3. Контроль тренировочного процесса и его эффективность	9			6		
	3.4. Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки рукопашника. Учет внешнесредовых и внутренировочных факторов в подготовке рукопашников.						
17	3.5. Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке бойцов-рукопашников	9			4		

	высокой квалификации						
	Итого часов за 1 семестр	66		16	50		
18	МОДУЛЬ 4. Организация соревнований и их судейство	10					
19	4.1. Документы планирования и судейства соревнований	10			2		
20	4.2. Организация и судейство соревнований в индивидуальном и командном зачете	10			4		
21	4.3. Организация и судейство массовых соревнований	10			2		
22	4.4. Особенности организации и судейства соревнований по служебно-прикладным видам спорта в силовых министерствах и ведомствах	10			6		
23	Модуль 5. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием служебно-прикладных единоборств	10					
24	5.1. Методика нормирования нагрузки оздоровительной направленности	10			4		
25	5.2. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения	10			10		
26	5.3. Подготовка и участие в массовых соревнованиях	10		2	8		
27	МОДУЛЬ 6. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	10					
28	6.1. Инвентарь и оборудование	10			6		
29	6.2. Техника безопасности	10		6	2		
30	6.3. Требования к спортивным сооружениям для занятий и соревнований по служебно-прикладным единоборствам	10		6			
31	6.4. Доврачебная помощь при занятиях служебно-прикладными единоборствами	10		2			
32	Экзамен	10		16	53		10 семестр
Итого часов:				32	103	9	144

ПРОГРАММНЫЙ МАТЕРИАЛ

Раздел 1. Обучение технико-тактическим действиям в прикладных единоборствах

Тема 1.1. Основы техники в различных дисциплинах служебно-прикладных единоборств (боевое самбо, комплексное единоборство, служебное единоборство, рукопашный бой)

Определение понятий: «техника служебно-прикладных единоборств», «прием», «защита», «техническое действие», «тактико-техническое действие». Технический арсенал бойца и закономерности его формирования. Физический смысл и биомеханический анализ техники рукопашного боя. Площадь опоры и опорные поверхности, их изменение в процессе борьбы в стойке и лежа. Общая площадь опоры пары соперников. Центр тяжести и общий центр тяжести пары. Изменение его положения в различных ситуациях боя. Проекция общего центра тяжести на площадь опоры и изменения ее положения при выполнении приемов и защит. Угол устойчивости и изменение его величины в различных положениях при выполнении приемов и защит. Момент устойчивости и момент опрокидывания, коэффициент устойчивости, их изменение в процессе борьбы. Внешние и внутренние силы, их действие при выполнении приемов и защит. Сила тяжести, сила нормального давления, сила реакции опоры, сила трения, сила скольжения, их направления и взаимосвязь. Величина и направление их действия при выполнении приемов и защит. Рычаг. Действие пары сил. Величина рычага, плечо рычага (силы), момент силы, момент вращения. Рычаг 1 и 2 рода. Скорость и сила удара. Система сложения скоростей при нанесении удара.

Определение ошибок при выполнении технических действий путем упрощенного биомеханического анализа движений бойца в процессе разучивания на тренировке и в соревнованиях.

Общая характеристика техники и ее педагогическое значение для становления и роста мастерства спортсменов. Техника и технико-тактическая подготовка, их удельный вес в ряду других сторон подготовки бойца (физическая, тактическая, психологическая).

Тема 1.2. Структура «эталонной» техники

Закрепление и совершенствование навыка анализа структуры техники по материалам видеозаписей техники сильнейших бойцов и видеозаписям, сделанным самостоятельно в учебной группе. Личное владение имитацией техники различных индивидуальных стилей ведения боя с выделением граничных моментов, в том числе с использованием тренажеров и образцовой демонстрацией их выполнения.

Подбор средств и методов на этапах закрепления и совершенствования техники. Применение имитационных упражнений и тренажеров различной

конструкции. Тестирование качества технико-тактической подготовки рукопашника.

Особенности методики обучения технике. Сложность и трудность приемов. Последовательность изучения техники. Основные технические действия: приемы, защиты. Броски руками, ногами, туловищем. Выведение из равновесия, броски захватом ноги (бедро, голени, мельница, ног). Подножки: передняя, задняя, боковая (на пятке). Подсечки: передняя, боковая, изнутри, задняя. Зацепы: голенью, стопой, обвивом. Подхваты: спереди, изнутри, отхват. Удары руками и защиты от них: прямые, круговой (боковой), снизу, сверху, обратный круговой (наотмашь). Удары ногами (коленом, основанием пальцев, пяткой, ребром стопы, голенью, подъемом стопы) и защиты от них.

Ножницы, бросок через голову. Бросок через спину, бедро. Бросок прогибом. Удержания. Болевые приемы на руки: узлом, рычагом, ущемлением. Удушающие приемы: руками, ногами. Характерные ошибки при разучивании, их причины и способы исправления. Положительный и отрицательный перенос навыков при изучении приемов рукопашного боя. Защиты активные и пассивные.

Биомеханические и физиологические основы технико-тактической подготовки.

Тема 1.3. Эффективность техники в переменных условиях поединка

Закрепление и совершенствование навыка анализа структуры техники в условиях меняющегося рисунка боя и нарастающего утомления. Физиология спортивного поединка в служебно-прикладных единоборствах. Поиск оптимальных динамических и кинематических характеристик индивидуальной техники, обеспечивающих эффективность техники в переменных условиях.

Различие требований к технико-тактической подготовленности в спортивном и прикладном рукопашном бое.

Тема 1.4. Оптимизация технико-тактических действий

Закрепление и совершенствование навыка анализа эффективности применения различных способов ведения поединка, поиска оптимальной структуры движений и рациональной тактики применения наиболее экономичных способов ведения поединка в условиях боя с различными по индивидуальному стилю ведения поединка бойцами, уровня подготовленности и тактических задач.

Тема 1.6. Моделирование техники целевой соревновательной деятельности

Закрепление и совершенствование навыка моделирования индивидуальной техники целевого соревнования: поиск оптимальных параметров индивидуальной техники в условиях предстоящих главных соревнований.

Раздел 2. Методика воспитания двигательных качеств

Тема 2.1. Выбор и методика применения тренировочных упражнений на этапе становления спортивного мастерства в рукопашном бое

Закрепление и совершенствование в выборе эффективных средств и методов воспитания силы, скорости, выносливости, гибкости, координации (использование средств и методов видов спорта на примере тяжелоатлетических видов, гимнастики, подвижных игр). Совершенствование навыка в организации и проведении занятий по общей физической подготовке с использованием упражнений других видов спорта: легкой атлетики, спортивных игр, гимнастики, плавания, велоспорта, гребли и других видов спорта.

Тема 2.2. Средства и методы воспитания базовых двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах

Закрепление и совершенствование навыков применения методов избирательного и комплексного воздействия на скоростно-силовую подготовку, воспитание выносливости, силы, скорости, динамического равновесия и специальных координационных способностей. Применение средств специальной физической подготовки рукопашника (имитация, тренажеры, игры и игровые упражнения в парах). Дозирование величины нагрузки, ее направленности, специализированности, рабочих периодов и периодов отдыха.

Биологические механизмы адаптации организма к физическим нагрузкам и развитие физических качеств при обучении рукопашному бою.

Тема 2.3. Средства и методы воспитания двигательных качеств на этапах реализации максимальных возможностей спортсмена в служебно-прикладных единоборствах

Закрепление и совершенствование навыков выбора и методики применения тренировочных упражнений, обеспечивающих развивающее воздействие на специальную физическую подготовку рукопашника на этапе реализации максимальных возможностей. Продолжительность и интенсивность упражнения, число повторений, продолжительность и характер отдыха между упражнениями в равномерном, переменном, повторном, интервальном, соревновательном методах тренировки. Круговая и игровая формы организации тренировочного занятия. Физиологические основы физической подготовки единоборца.

Тема 2.4. Особенности совершенствования двигательных качеств на этапе спортивного долголетия в служебно-прикладных единоборствах

Закрепление и совершенствование навыков подбора комплексов упражнений для совершенствования отдельных физических качеств с учетом индивидуальных особенностей (сильных и слабых сторон подготовленности) и

предстоящей соревновательной деятельности на этапе спортивного долголетия. Основы медицинских знаний для увеличения спортивного долголетия в служебно-прикладных единоборствах.

Тема 2.5. Моделирование целевых двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах

Закрепление и совершенствование навыков моделирования двигательных качеств, обеспечивающих реализацию целевой соревновательной деятельности. Подбор средств и методов совершенствования этих качеств и достижения смоделированных параметров (приведение индивидуальных параметров двигательных качеств в соответствие с модельными параметрами целевой деятельности). Нормирование упражнений фрагментарного и целостно-приближенного моделирования.

Раздел 3. Управление динамикой подготовленности в годичном и многолетнем циклах

Тема 3.1. Организационно-методические основы планирования учебно-тренировочных занятий (УТЗ). Выбор и методика применения доступных средств оперативного контроля

Закрепление и совершенствование навыков в разработке учебных документов: учебного плана, программы, графика, поурочного плана, планов-конспектов отдельных частей и целого занятия (урока) по рукопашному бою различной направленности. Рациональное регулирование параметров нагрузок и отдыха в рамках УТЗ. Подготовка личного плана тренировочно-соревновательной деятельности на предстоящий учебный год.

Регистрация времени тренировочного занятия, его частей, количества выполненных упражнений. Субъективная оценка определения интенсивности выполнения упражнений по ЧСС и величине нагрузки. Контроль ближайших следовых эффектов тренировки по доступным объективным показателям (ЧСС в покое и др.). Методика ведения и анализа спортивного дневника. Обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных сборов.

Тема 3.2. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства

Закрепление и совершенствование навыков в планировании видов подготовки рукопашников. Разработка планов физической и технико-тактической подготовки для рукопашников различной квалификации. Рациональное соотношение общей и специальной подготовки. Моделирование технико-тактических приемов ведения соревновательной борьбы и оптимальных вариантов распределения сил на различных соревнованиях.

Планирование средств и методов психической и интеллектуальной видов подготовки.

Тема 3.3. Контроль тренировочного процесса и его эффективность

Закрепление и совершенствование навыков в применении средств текущего и этапного контроля: количество тренировочных занятий, тренировочных дней, соревнований, затраченного времени, а также суммарная и средняя величины напряженности тренировочных и соревновательных занятий в микро-, мезо- и макроциклах подготовки и др. Контроль ближайших и долговременных - следовых эффектов тренировки: ЧСС и его пороговые величины, МПК, мощность работы на уровне анаэробного порога, коэффициент эффективности выполнения упражнения - $\Delta\text{ЧСС}/V$, % проигрыша победителю, различные варианты рейтинговой оценки за серию соревнований и весь спортивный сезон. Анализ регистрируемых параметров индивидуального спортивного при ведении дневника (количественные и качественные показатели по этапам, периодам и в годичном цикле подготовки). Тестирование в преподавании рукопашного боя. Мультимедийные средства в контроле тренировочного процесса.

Тема 3.4. Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки рукопашника. Учет внешнесредовых и внутренировочных факторов в подготовке рукопашников.

Закрепление и совершенствование навыков в разработке планов тренировки для различных структурных элементов годичного цикла тренировки: тренировочное занятие, микро-, мезо- и макроцикл, тренировочный год по этапам и периодам. Варианты планирования тренировки по этапам многолетней подготовки. Математическое моделирование в многолетнем планировании тренировочного процесса спортсмена-единоборца.

Перечень и порядок осуществления мер по рационализации общего режима жизни, режима отдыха и питания, использованию массажа, сауны и других внутренировочных факторов, содействующих эффективности тренировочного процесса.

Тема 3.5. Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке бойцов-рукопашников высокой квалификации

Закрепление и совершенствование навыков в разработке индивидуального годичного плана подготовки к главному (целевому) соревнованию предстоящего спортивного сезона: прогнозирование индивидуального объективно доступного спортивного результата в главных соревнованиях; моделирование внешних и внутренних параметров целевой соревновательной деятельности; моделирование средств и методов достижения уровня подготовленности, обеспечивающего реализацию целевого спортивного результата.

Раздел 4. Организация соревнований и их судейство

Тема 4.1. Документы планирования и судейства соревнований

Закрепление и совершенствование навыков в составлении документов планирования и судейства соревнований, календаря соревнований, положения о соревнованиях, программы соревнований, заявок на участие в соревнованиях, карточек участников. Формирование протоколов методом ручной и электронной жеребьевки. Личное участие студентов в проведении судейства в соревнованиях, организуемых кафедрой. Определение личных, командных результатов и результатов с учетом возраста участников соревнований. Орфография и синтаксис при заполнении документации.

Тема 4.2. Организация и судейство соревнований в индивидуальном и командном зачете

Участие в подготовке и судействе соревнований, организуемых кафедрой, Международным союзом русского рукопашного боя, федерациями спортивных единоборств Москвы и России. Составление сметы расходов на организацию и судейство соревнований. Исполнение функциональных обязанностей секретаря, бокового судьи, арбитра, рефери, а также обязанностей представителя команды. Коммуникационные технологии в организации и проведении соревнований. Современное технологическое обеспечение соревнований по единоборствам.

Тема 4.3. Организация и судейство массовых соревнований

Закрепление и совершенствование навыков в организации и судействе массовых соревнований. Личное участие в соревнованиях, организуемых кафедрой: «Турнир по русскому рукопашному бою памяти подполковника Олега Ильина»; «Турнир по русскому рукопашному бою памяти прапорщика Дениса Пудовкина»; «Международный турнир по русскому рукопашному бою памяти генерал-майора милиции Воробьева Виктора Васильевича»; «Матчевая встреча студентов кафедры ТиМ прикладных видов спорта и экстремальной деятельности РГУФКСМиТ, специализации теории и методики служебно-прикладных единоборств со студентами кафедры ТиМ спортивно-боевых единоборств БГУФКа». Специфика документов планирования и судейства массовых соревнований (составления положения, сметы расходов, регламента соревнований и др.). Подготовка и оборудование мест соревнований с учетом их безопасности и организация медицинской помощи. Интернет технологии в организации спортивных состязаний.

Тема 4.4. Особенности организации и судейства соревнований по служебно-прикладным видам спорта в силовых министерствах и ведомствах

Специфика документов планирования и судейства соревнований по служебно-прикладным видам спорта в силовых министерствах и ведомствах (нормативная документация по отдельным министерствам и ведомствам,

составления положения, сметы расходов, регламента соревнований и др.). Подготовка и оборудование мест соревнований с учетом их безопасности и организация медицинской помощи. Особенности организации межведомственного взаимодействия при организации соревнований по служебно-прикладным видам спорта в силовых министерствах и ведомствах.

Раздел 5. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием служебно-прикладных единоборств

Тема 5.1. Методика нормирования нагрузки оздоровительной направленности

Закрепление и совершенствование навыков в организации занятий служебно-прикладными единоборствами оздоровительной направленности. Подготовка инвентаря и экипировки, одежды, мест занятий. Дозировка величины нагрузок (продолжительности и интенсивности), ее рациональная динамика. Основные методы выполнения оздоровительной тренировки, рациональное сочетание рабочих периодов и периодов отдыха. Методика контроля и оценки уровня работоспособности по системе Купера. Учёт анатомо-морфологических особенностей занимающихся при нормировании нагрузки.

Тема 5.2. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения

Закрепление и совершенствование навыков в организации и планировании занятий по рукопашному бою с учащимися общеобразовательных школ. Методика преподавания рукопашного боя в форме игр и игровых упражнений. Организация занятий рукопашным боем во время каникул. Клубная форма организации физкультурно-спортивной деятельности с любителями рукопашного боя основного и старшего возраста. Участие в работе, организуемой НП АСЕ, МФРРБ. Основы спортивного отбора, генетической и морфологической предрасположенности к занятиям единоборствами. Организация зрелищных мероприятий для пропаганды занятий единоборствами у различных групп населения.

Тема 5.3. Подготовка и участие в массовых соревнованиях

Закрепление и совершенствование навыков планирования средств и методов тренировки в предсоревновательном периоде. Предсоревновательная подготовка: режим тренировочных нагрузок, отдыха, средств восстановления, дополнительного питания. Подготовка соревновательного инвентаря и одежды. Составление индивидуального тактического плана участия в массовых соревнованиях с учетом достижения объективно доступного спортивного результата и с целью получения физического и психоэмоционального удовлетворения. Выполнение установленных правил поведения на соревновании. Соблюдение мер личной безопасности и корректного отношения

к другим участникам. Применение средств профилактики заболеваний и эффективных методов восстановления после соревнований.

Раздел 6. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности

Тема 6.1. Инвентарь и оборудование

Инвентарь и оборудование, его содержание и ремонт. Устройство татами, ковра, ринга, помоста и других площадок. Тренажеры, варианты их размещения, изготовления. Технология, инструменты и механизмы, необходимые для ухода за оборудованием и инвентарем. Основные методы, специфика и периодичность ремонта оборудования и инвентаря. Инвентарь и оборудование в качестве средства обеспечения безопасности жизнедеятельности занимающихся.

Тема 6.2. Техника безопасности

Техника безопасности при занятиях рукопашным боем. Требования к местам занятий, размещению оборудования и инвентаря, исправности и их гигиеническому состоянию. Права и обязанности руководителя спортивной базы и тренера по обеспечению безопасности занимающихся. Профилактика профессиональных заболеваний и травм у спортсменов-единоборцев.

Тема 6.3. Требования к спортивным сооружениям для занятий и соревнований по служебно-прикладным единоборствам

Зал для единоборств. Основные размеры, конструктивные особенности: освещение, звукоизоляция, интерьер, вентиляция, отопление, гигиена. Вспомогательные сооружения (раздевалки, душевые, массажные, бани, кладовые, тренерские, врачебные и др.).

Тема 6.4. Доврачебная помощь при занятиях служебно-прикладными единоборствами

Спортивная травма, причины возникновения способы предотвращения, профилактические мероприятия. Аптечка первой необходимости. Доврачебная помощь при ушибах, вывихах, переломах, сотрясениях мозга.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (служебно-прикладные единоборства) для обучающихся института спорта и физического воспитания I курса, 11 группы, направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности

**(профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта
очной/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: 2 семестр - экзамен.

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

Виды работы студентов на занятиях

1-2 семестр

1-й СЕМЕСТР			
№ П/П	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1.	Владение профессиональными навыками: Выполнить 3 нормативных требования на установочном сборе кафедры.	В соответствии с планом кафедры	10 баллов
2.	Участие в походе «на выживание».	В соответствии с планом кафедры	5 баллов
3.	Выбор и методика применения тренировочных упражнений ОФП	6-8 неделя	5 баллов
4.	Составить план-конспект ОРУ для общей разминки в скоростных дисциплинах служебно-прикладных единоборств	10-12 неделя	5 баллов
5.	Творческое задание (презентация) по теме: «Виды служебно-прикладных единоборств на современном этапе, и его тенденции развития»	14-16 неделя	5 баллов
6.	План-конспект и проведение занятия «Методика воспитания одного из физических качеств (по заданию преподавателя)»	36-38 неделя	5 баллов
7.	Контрольная работа по теме: «Методика обучения и совершенствования технико-тактического мастерства».	18-20 неделя	5 баллов
ИТОГО ЗА СЕМЕСТР			40
2-й СЕМЕСТР			

8.	Выполнение требований по личной физической и тактической подготовке:	22-24 неделя	5
9.	Поддержание личной физической и тактической подготовленности с целью выполнения нормативных требований по общей и специальной физической подготовке.	Весь период	5
10.	Участие в тестировании физических и тактических кондиций, проводимых в форме зачетных и обязательных соревнований;	Весь период	5
11.	Творческое задание по теме: «Документы планирования и организация проведения соревнований»	22-24 неделя	5
12.	Защита презентации на тему «Служебно-прикладные единоборства. Перспективы развития».	26-28 неделя	5
13.	Контрольная работа: «Методика обучения и совершенствования избранного технико-тактического действия».	40 неделя	5
14.	Посещение учебных занятий	Весь период	10
15.	Экзамен по дисциплине	По расписанию	20
ИТОГО ЗА СЕМЕСТР			60
ИТОГО ЗА ГОД:			100 БАЛЛОВ

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимально е кол-во баллов
1	<i>Проведение технико-тактического анализа десяти боев</i>	<i>10</i>
3	<i>Написание реферата на тему «развитие технико-тактического мастерства в служебно-прикладных единоборствах»</i>	<i>10</i>
4	<i>Тестирование на тему «Материально-техническое обеспечение занятий по служебно-прикладным единоборствам»</i>	<i>10</i>
5	<i>Защита презентации на тему «Увеличение набора в спортивную группу, идеология, подача, результат».</i>	<i>10</i>
6	<i>Контрольная работа на тему «Методика обучения и совершенствования отдельного технико-тактического действия»</i>	<i>10</i>
7	<i>Сдача нормативов физической подготовки.</i>	<i>10</i>

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

– 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 оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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

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

Примерный перечень вопросов к зачету (экзамену) для студентов I курса

1. Определение понятия: «техника служебно-прикладных единоборств»
2. Определение понятия «прием»
3. Определение понятия «защита»
4. Определение понятия «техническое действие»
5. Определение понятия «тактико-техническое действие»
6. Технический арсенал бойца и закономерности его формирования.
7. Физический смысл и биомеханический анализ техники рукопашного боя.
8. Площадь опоры и опорные поверхности, их изменение в процессе борьбы в стойке и лежа.
9. Общая площадь опоры пары соперников.
10. Центр тяжести и общий центр тяжести пары. Изменение его положения в различных ситуациях боя.
11. Проекция общего центра тяжести на площадь опоры и изменения ее положения при выполнении приемов и защит.
12. Угол устойчивости и изменение его величины в различных положениях при выполнении приемов и защит.
13. Момент устойчивости и момент опрокидывания, коэффициент устойчивости, их изменение в процессе борьбы.
14. Анализ структуры техники сильнейших спортсменов.
15. Различные индивидуальные стили ведения боя с выделением граничных моментов, в том числе с использованием тренажеров и образцовой демонстрацией их выполнения.
16. Подбор средств и методов на этапах закрепления и совершенствования техники.
17. Применение имитационных упражнений и тренажеров различной конструкции.
18. Тестирование качества технико-тактической подготовки рукопашника.
19. Особенности методики обучения технике служебно-прикладных единоборств.
20. Сложность и трудность приемов.
21. Последовательность изучения техники.
22. Анализ структуры техники сильнейших спортсменов.
23. Различные индивидуальные стили ведения боя с выделением граничных моментов, в том числе с использованием тренажеров и образцовой демонстрацией их выполнения.
24. Подбор средств и методов на этапах закрепления и совершенствования техники.
25. Применение имитационных упражнений и тренажеров различной конструкции.
26. Тестирование качества технико-тактической подготовки рукопашника.
27. Особенности методики обучения технике служебно-прикладных единоборств.
28. Сложность и трудность приемов.
29. Последовательность изучения техники.

30. Применение средств специальной физической подготовки рукопашника (имитация, тренажеры, игры и игровые упражнения в парах).
31. Дозирование величины нагрузки, ее направленности, специализированности, рабочих периодов и периодов отдыха.
32. Биологические механизмы адаптации организма к физическим нагрузкам и развитие физических качеств при обучении рукопашному бою.
33. Закрепление и совершенствование навыков выбора и методики применения тренировочных упражнений, обеспечивающих развивающее воздействие на специальную физическую подготовку рукопашника на этапе реализации максимальных возможностей.
34. Регистрация времени тренировочного занятия, его частей, количества выполненных упражнений
35. Субъективная оценка определения интенсивности выполнения упражнений по ЧСС и величине нагрузки.
36. Контроль ближайших следовых эффектов тренировки по доступным объективным показателям (ЧСС в покое и др.).
37. Методика ведения и анализа спортивного дневника.
38. Обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных сборов.
39. Закрепление и совершенствование навыков в планировании видов подготовки рукопашников.
40. Разработка планов физической и технико-тактической подготовки для рукопашников различной квалификации.
41. Применение средств текущего и этапного контроля: количество тренировочных занятий, тренировочных дней, соревнований, затраченного времени, а также суммарная и средняя величины напряженности тренировочных и соревновательных занятий в микро-, мезо- и макроциклах подготовки и др.
42. Составление документов планирования и судейства соревнований - календаря соревнований.
43. Составление документов планирования и судейства соревнований - положения о соревнованиях. Подготовка и судейство соревнований, организуемых кафедрой, Международным союзом русского рукопашного боя, федерациями спортивных единоборств Москвы и России.
44. Составление сметы расходов на организацию и судейство соревнований
45. Специфика документов планирования и судейства соревнований по служебно-прикладным видам спорта в силовых министерствах и ведомствах (нормативная документация по отдельным министерствам и ведомствам, составления положения, сметы расходов, регламента соревнований и др.).
46. Закрепление и совершенствование навыков в организации занятий служебно-прикладными единоборствами оздоровительной направленности.
47. Подготовка инвентаря и экипировки, одежды, мест занятий служебно-прикладными единоборствами оздоровительной направленности.
48. Закрепление и совершенствование навыков в организации и планировании занятий по рукопашному бою с учащимися общеобразовательных школ.

49. Планирование средств и методов тренировки в предсоревновательном периоде.
50. Инвентарь и оборудование, его содержание и ремонт.
51. Техника безопасности при занятиях рукопашным боем.
52. Зал для единоборств. Основные размеры, конструктивные особенности: освещение, звукоизоляция, интерьер, вентиляция, отопление, гигиена.
53. Спортивная травма, причины возникновения способы предотвращения, профилактические мероприятия. Аптечка первой необходимости.

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

1. Знание программного материала разделов дисциплины.
2. Знать теоретический материал в соответствии с программой курса. Сдать текущие микрозачеты по пройденным темам.
3. Получить практические навыки по программе курса.
4. Выполнить контрольные нормативы.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самоподготовки:

1. Составить таблицу характерных ошибок в технике, причин их возникновения и эффективных способов устранения.
2. Провести анализ параметров техники ведущих спортсменов России и мира.
3. Моделирование индивидуального тактико-технического варианта ведения соревновательной борьбы.
4. Провести самоанализ индивидуальной техники с выявлением слабых и сильных сторон подготовленности.
5. Дать классификацию тренировочных упражнений, обеспечивающих развивающие воздействия на базовые физические качества.
6. Составить методические рекомендации (регламент) организации и проведения тренировки методом групповых и индивидуальных занятий.
7. Моделирование мезо и макроциклов для спортивной специализированной тренировки.

8. Разработать перечень и порядок осуществления мер по рационализации общего режима жизни, отдыха и питания, использованию массажа, сауны и других вне тренировочных факторов, содействующих эффективности тренировочного процесса.
9. Сделать сравнительный анализ тренировочных воздействий и динамики тренированности на основе анализа параметров тренировочной нагрузки и результатов контрольных упражнений, зафиксированных в спортивном дневнике.
10. Разработать план мероприятий по подготовке и проведению соревнований.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (служебно-прикладные единоборства) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 11 группы, направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной/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: 4 семестр - экзамен.

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

3-4 семестр

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
3-й СЕМЕСТР			
1.	Выступление по темам:		
1.1	Структура «эталонной» техники;	2-4 недели	10 баллов
1.2	Средства и методы воспитания базовых двигательных качеств.	6-8 недели	5 баллов
1.3	Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства;	10-12 недели	10 баллов
1.4	Организация и судейство соревнований в индивидуальных и командных дисциплинах;	12-14 неделя	5 баллов
1.5	План-конспект и проведение занятия «Методика воспитания одного из физических качеств (по заданию преподавателя)»	16-18 неделя	5 баллов
1.6	Особенности обеспечения безопасности учебных занятий при освоении экстремальных дисциплин служебно-прикладных единоборств.	18-20 недели	5 баллов

2.	Творческое задание (презентация) по теме: «Стимулирование увеличения посещаемости спортивного клуба, группы».	22-24 недели	10 баллов
ИТОГО			50 баллов
4-й СЕМЕСТР			
3.	Устный опрос по теме: «Структура и содержание многолетней подготовки бойца-рукопашника».		5 баллов
4.	Контрольная работа на тему: «Средства и методы управления мотивацией контингента к занятиям»		5 баллов
5.	Реферат по теме: «Прикладной рукопашный бой как моделирование экстремальной деятельности».		5 баллов
6.	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке	В течение семестра	5 баллов
7.	ПОСЕЩЕНИЕ ЗАНЯТИЙ	Весь период	10 баллов (0,15 балла за одно занятие)
8.	Экзамен по дисциплине	По расписанию кафедры	20 баллов
ИТОГО:			100 БАЛЛОВ

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

	Виды текущего контроля	Максимально е кол-во баллов
1	<i>Творческое задание (презентация) по теме: «Стимулирование увеличения посещаемости спортивного клуба, группы».</i>	<i>10</i>
3	<i>Реферат по темам: «Поурочный план методики технико-тактической подготовки»,</i>	<i>10</i>
4	<i>Контрольная работа на тему: «Материально-техническое обеспечение занятий по служебно-прикладным единоборствам»</i>	<i>10</i>
5	<i>Провести показательное занятие по освоению технико-тактических действий.</i>	<i>10</i>
6	<i>Устный опрос по темам: «Техника безопасности при организации занятий служебно-прикладными единоборствами».</i>	<i>10</i>
7	<i>Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке</i>	<i>10</i>

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

– 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 оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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

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

Зачетные и экзаменационные требования для студентов II-го года обучения

1. Сдать зачеты по теоретико-методическому курсу за 3-й и 4-й семестры.
2. Сдать зачеты по практическому разделу: освоение и демонстрация общих и специальных упражнений для развития физических качеств рукопашника.
3. Написать 3 реферата по изучаемым разделам программы и получить по ним положительные оценки.
3. Сдать экзамен по окончании 5-го семестра в объеме пройденного материала
4. Сдать практические зачетные нормативы по общей и специальной физической подготовленности, разработанные кафедрой.
5. Получить положительные оценки по учебной практике.
6. Принять участие не менее чем в двух соревнованиях по служебно-прикладным единоборствам.
7. Участвовать в судействе не менее двух соревнований в качестве различных судей.
8. Овладеть навыками научно-исследовательской работы. Выбрать тему и подготовить план написания выпускной квалификационной работы. Приступить к выполнению данной работы,
9. Написать пять рефератов по изучаемым теоретическим разделам программы и получить по ним положительные оценки.
10. Принять участие в судействе не менее трех соревнований в качестве помощников различных судей.

Примерный перечень вопросов к зачету (экзамену) для студентов II курса.

1. Внешние и внутренние силы, их действие при выполнении приемов и защит.
2. Сила тяжести, сила нормального давления, сила реакции опоры, сила трения, сила скольжения, их направления и взаимосвязь.
3. Величина сил и направление их действия при выполнении приемов и защит.
4. Действие пары сил.
5. Величина рычага, плечо рычага (силы), момент силы, момент вращения.
6. Рычаг 1 и 2 рода.
7. Скорость и сила удара.
8. Система сложения скоростей при нанесении удара.
9. Определение ошибок при выполнении технических действий путем упрощенного биомеханического анализа движений бойца в процессе разучивания на тренировке и в соревнованиях.
10. Основные технические действия: приемы, защиты.
11. Основные и особенные подходы к технико-тактической подготовке. Броски руками, ногами, туловищем.
12. Основные и особенные подходы к технико-тактической подготовке. Выведение из равновесия, броски захватом ноги (бедро, голени, мельница, ног).
13. Основные и особенные подходы к технико-тактической подготовке. Подножки: передняя, задняя, боковая (на пятке).
14. Закрепление и совершенствование навыка анализа структуры техники в условиях меняющегося рисунка боя и нарастающего утомления.
15. Физиология спортивного поединка в служебно-прикладных единоборствах.
16. Закрепление и совершенствование навыка анализа эффективности применения различных способов ведения поединка
17. Закрепление и совершенствование навыка моделирования индивидуальной техники целевого соревнования
18. Организация и проведение занятий по общей физической подготовке с использованием упражнений других видов спорта: легкой атлетики, спортивных игр, гимнастики, плавания, велоспорта, гребли и других видов спорта.
19. Организация и проведение занятий по общей физической подготовке с использованием упражнений других видов спорта: легкой атлетики, спортивных игр, гимнастики, плавания, велоспорта, гребли и других видов спорта.
20. Закрепление и совершенствование навыков подбора комплексов упражнений для совершенствования отдельных физических качеств с учетом индивидуальных особенностей (сильных и слабых сторон)

подготовленности) и предстоящей соревновательной деятельности на этапе спортивного долголетия.

21.Разработка учебных документов - учебного плана по рукопашному бою различной направленности.

22.Разработка учебных документов: - программы по рукопашному бою различной направленности.

23.Разработка учебных документов: - графика занятий (уроков) по рукопашному бою различной направленности.

24.Разработка учебных документов: - поурочного плана по рукопашному бою различной направленности.

25.Разработка учебных документов: - планов-конспектов отдельных частей занятия (урока) по рукопашному бою различной направленности.

26.Разработка учебных документов: - планов-конспектов занятия (урока) по рукопашному бою различной направленности.

27.Рациональное регулирование параметров нагрузок и отдыха в рамках УТЗ. Подготовка личного плана тренировочно-соревновательной деятельности на предстоящий учебный год.

28.Рациональное соотношение общей и специальной подготовки.

29.Разработка планов тренировки для различных структурных элементов годичного цикла тренировки - тренировочное занятие.

30.Разработка планов тренировки для различных структурных элементов годичного цикла тренировки - микроцикл.

31.Разработка планов тренировки для различных структурных элементов годичного цикла тренировки - мезоцикл.

32.Разработка планов тренировки для различных структурных элементов годичного цикла тренировки - макроцикл

33.Разработка индивидуального годичного плана подготовки к главному (целевому) соревнованию предстоящего спортивного сезона:

34.Прогнозирование индивидуального объективно доступного спортивного результата в главных соревнованиях.

35.Исполнение функциональных обязанностей секретаря.

36.Исполнение функциональных обязанностей бокового судьи.

37.Исполнение функциональных обязанностей арбитра.

38.Исполнение функциональных обязанностей рефери

39.Исполнение функциональных обязанностей представителя команды.

40.Коммуникационные технологии в организации и проведении соревнований.

41.Современное технологическое обеспечение соревнований по единоборствам.

42.Организация и судействе массовых соревнований.

43.Личное участие в соревнованиях.

44. Подготовка и оборудование мест соревнований с учетом их безопасности и организация медицинской помощи.
45. Методика преподавания рукопашного боя в форме игр и игровых упражнений.
46. Организация занятий рукопашным боем во время каникул.
47. Клубная форма организации физкультурно-спортивной деятельности с любителями рукопашного боя основного и старшего возраста.
48. Основы спортивного отбора, генетической и морфологической предрасположенности к занятиям единоборствами.

Темы рефератов

1. Основные тенденции и перспективы развития служебно-прикладных единоборств на современном этапе.
2. Значение и содержание маркетинговой деятельности во служебно-прикладных единоборствах.
3. Оздоровительная направленность занятий служебно-прикладными единоборствами с различными контингентами населения.
4. Особенности реакций организма при занятиях служебно-прикладными единоборствами у детей.
5. Особенности реакций организма при занятиях служебно-прикладными единоборствами у женщин.
6. Особенности реакций организма при занятиях служебно-прикладными единоборствами у взрослых.
7. Особенности реакций организма при занятиях служебно-прикладными единоборствами у людей старшего возраста.
8. Травмы возникающие при занятиях служебно-прикладными единоборствами.
9. Техника безопасности при занятиях служебно-прикладными единоборствами.
10. Оказание доврачебной помощи при возможных травмах.
11. Средства физической подготовки в служебно-прикладных единоборствах.

12.Снаряжение для различных видов служебно-прикладных единоборств. Конструктивные особенности, преимущества и недостатки снаряжения различных производителей.

13.Тренажеры и тренажерная тренировка в служебно-прикладных единоборств.

14. Профилактические мероприятия в служебно-прикладных единоборствах и организация соревнований с учетом требований безопасности.

15.Правила эксплуатации и обслуживания специализированных залов для занятий и соревнований по служебно-прикладным единоборствам.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (служебно-прикладные единоборства) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 11 группы, направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной/заочной формы обучения

I.ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности.

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

Форма промежуточной аттестации: 6 семестр - экзамен.

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

5-6 семестр

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1.	Выступление по темам: Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий.	2-4 неделя	5 баллов

2.	Особенности совершенствования индивидуальных двигательных качеств на этапе спортивного долголетия.	6-8неделя	5 баллов
3.	Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки.	26-28 неделя	5 баллов
4.	Презентация по теме: «Организация клуба служебно-прикладных единоборств патриотической направленности».	18-20 неделя	10 баллов
5.	План-конспект и проведение занятия «Методика воспитания одного из физических качеств (по заданию преподавателя)»	12-14 неделя	5 баллов
6.	Контрольная работа по теме: «Рациональное регулирование параметров нагрузок и отдыха в рамках УТЗ. Подготовка личного плана тренировочно-соревновательной деятельности на предстоящий учебный год»	22-24 неделя	10 баллов
7.	Использование тренировочных факторов, содействующих эффективности физических упражнений и росту работоспособности в подготовке.	30-32 неделя	5 баллов
8.	Организация и судейство соревнований с участием людей с ограниченными возможностями.	34-38 неделя	5 баллов
9.	Подготовка и участие в соревнованиях.	36-38 неделя	5 баллов
10.	Устный опрос: «Особенности безопасности учебных занятий экстремальной направленности»	40 неделя	10 баллов
11.	Выполнить самостоятельную работу по теме «Методика преподавания рукопашного боя в форме игр и игровых упражнений».	В течение семестра	10 баллов
12.	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке.	В течение семестра	5 баллов
13.	ПОСЕЩЕНИЕ ЗАНЯТИЙ	Весь период	10 баллов
14.	Зачет	Июнь	20 баллов
ИТОГО:			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимально е кол-во баллов
1	Аттестующие тесты по разделу профессионального уровня в .е:	10 баллов

	«Физика подводных погружений»	
3	Реферат на тему: «Перспективы развития служебно-прикладных единоборств»	10баллов
4	Выполнить самостоятельную работу по теме «Методика преподавания рукопашного боя в форме игр и игровых упражнений».	10баллов
5	Контрольная работа по теме: «Рациональное регулирование параметров нагрузок и отдыха в рамках УТЗ. Подготовка личного плана тренировочно-соревновательной деятельности на предстоящий учебный год»	10баллов
6	Реферат на тему: «Организация и проведения занятий для людей с ограниченными возможностями на занятиях служебно-прикладными единоборствами».	10баллов
7	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке.	10баллов

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 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 оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
-----------------	-----	-------	-------	-------	-------	--------

Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

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

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

Примерная тематика курсовых и выпускных квалификационных работ по служебно-прикладным единоборствам для студентов РГУФКСМиТ

1. Аналитические

1. Эволюция видов служебно-прикладных единоборств.
2. Разработка мер безопасности в избранном виде служебно-прикладных единоборств.
3. Динамика спортивных достижений российских спортсменов в чемпионатах России, мира и Европы.
4. Спортивная специализация в отдельных видах служебно-прикладных единоборств.
5. Перспективы развития прикладных дисциплин служебно-прикладных единоборств и экстремальной деятельности.
6. Разработка рекомендаций повышения зрелищности соревнований в видах служебно-прикладных единоборств.
7. Организация спонсорства в избранном виде служебно-прикладных единоборств.
8. Определение наиболее распространенных ошибок в технико-тактической подготовке избранного вида.
9. Анализ объективных условий соревнований по избранному виду.

10. Анализ объективных условий профессионально-прикладной деятельности связанной со служебно-прикладными единоборствами.

2. Экспериментальные

1. Динамика ЧСС при различных нагрузках в избранной дисциплине служебно-прикладных единоборств.

2. Влияние занятий СПЕ на психические качества в зависимости от возраста занимающегося и избранного вида.

3. Закономерности адаптации спортсмена к условиям профессионально-прикладной деятельности.

4. Биомеханический анализ технико-тактического действия в СПЕ.

5. Биомеханический анализ техники при нырянии в ластах.

6. Тактико-технический анализ соревновательной деятельности.

7. Тактический анализ соревновательной деятельности.

8. Оценка работоспособности спортсменов методами тестирования.

9. Психические особенности личности спортсменов, специализирующихся в служебно-прикладных единоборствах.

10. Помехоустойчивость и стрессоустойчивость в служебно-прикладных единоборствах.

11. Влияние особенностей личности спортсмена-подводника на успешность его деятельности.

12. Факторы, влияющие на успешность деятельности группы в экстремальных условиях ближнего и рукопашного боя.

3. Методические

1. Методика обучения технико-тактическим действиям по выбору.

2. Методика обучения психотехническим упражнениям в профессионально-прикладной и спортивной деятельности.

3. Методика обучения тактическим приемам по выбору.

4. Выявление ошибок в технике выполнения движений и методика их устранения.

- 5.Методика развития физических качеств спортсменов, специализирующихся в служебно-прикладных единоборствах.
- 6.Методика развития физических качеств в профессионально-прикладной деятельности служебно-прикладных единоборств.
- 7.Психическая подготовка спортсменов, специализирующихся в различных видах служебно-прикладных единоборств.
- 8.Систематизация средств и методов специальной физической подготовки в избранной дисциплине служебно-прикладных единоборств.
- 9.Особенности развития скоростно-силовых качеств в СПЕ.
- 10.Меры безопасности при организации занятий в специализированном клубе.
- 11.Обеспечение безопасности при проведении соревнований по СПЕ.
- 12.Совершенствование системы безопасности в рекреационном направлении СПЕ.
13. Методика подготовки инструктора по рукопашному бою силовых министерств и ведомств.
- 14.Методика обеспечения безопасности спортивных мероприятий.
- 15.Организация массовых соревнований по СПЕ.
- 16.Моделирование экстремальной деятельности средствами и методами СПЕ.

Зачетные требования для студентов III-го года обучения

1. Сдать зачеты по теоретико-методическому курсу за 5-й и 6-й семестры.
2. Сдать зачеты по практическому разделу: освоение и демонстрация общих и специальных упражнений для развития физических качеств.
3. Сдать экзамен по окончании 6-го семестра в объеме пройденного материала
4. Сдать практические зачетные нормативы по общей и специальной физической подготовленности, разработанные кафедрой.
5. Получить положительные оценки по учебной практике.
6. Принять участие не менее чем в двух соревнованиях по служебно-

прикладным единоборствам.

7. Участвовать в судействе не менее двух соревнований в качестве различных судей.
8. Овладеть навыками научно-исследовательской работы. Выбрать тему и подготовить план написания выпускной квалификационной работы. Приступить к выполнению данной работы,
9. Написать пять рефератов по изучаемым теоретическим разделам программы и получить по ним положительные оценки.

Примерный перечень вопросов к зачету (экзамену) для студентов III курса

1. Общая характеристика техники и ее педагогическое значение для становления и роста мастерства спортсменов.
2. Техника и технико-тактическая подготовка, их удельный вес в ряду других сторон подготовки бойца (физическая, тактическая, психологическая).
3. Основные и особенные подходы к технико-тактической подготовке. Подсечки: передняя, боковая, изнутри, задняя. Зацепы: голенью, стопой, обвивом.
4. Основные и особенные подходы к технико-тактической подготовке. Подхваты: спереди, изнутри, отхват.
5. Основные и особенные подходы к технико-тактической подготовке. Удары руками и защиты от них: прямые, круговой (боковой), снизу, сверху, обратный круговой (наотмашь).
6. Основные и особенные подходы к технико-тактической подготовке. Удары ногами (коленом, основанием пальцев, пяткой, ребром стопы, голенью, подъемом стопы) и защиты от них.
7. Основные и особенные подходы к технико-тактической подготовке. Ножницы, бросок через голову.

8. Основные и особенные подходы к технико-тактической подготовке. Бросок через спину, бедро.
9. Поиск оптимальных динамических и кинематических характеристик индивидуальной техники, обеспечивающих эффективность техники в переменных условиях.
10. Различие требований к технико-тактической подготовленности в спортивном и прикладном рукопашном бое.
11. Поиск оптимальной структуры движений наиболее экономичных способов ведения поединка в условиях боя с различными по индивидуальному стилю ведения поединка бойцами, уровня подготовленности и тактических задач.
12. Поиск оптимальных параметров индивидуальной техники в условиях предстоящих главных соревнований.
13. Подготовка личного плана тренировочно-соревновательной деятельности на предстоящий учебный год.
14. Моделирование технико-тактических приемов ведения соревновательной борьбы и оптимальных вариантов распределения сил на различных соревнованиях.
15. Планирование средств и методов психической и интеллектуальной видов подготовки.
16. Контроль ближайших и долговременных - следовых эффектов тренировки: ЧСС и его пороговые величины, МПК, мощность работы на уровне анаэробного порога, коэффициент эффективности выполнения упражнения - $\Delta\text{ЧСС}/V$,
17. Расчет в процентах проигрыша победителю, различные варианты рейтинговой оценки за серию соревнований и весь спортивный сезон.
18. Анализ регистрируемых параметров индивидуального спортивного при ведении дневника (количественные и качественные показатели по этапам, периодам и в годичном цикле подготовки).
19. Тестирование в преподавании рукопашного боя.

- 20.Мультимедийные средства в контроле тренировочного процесса.
- 21.Разработка планов тренировки для различных структурных элементов годового цикла тренировки - тренировочный год по этапам и периодам.
- 22.Варианты планирования тренировки по этапам многолетней подготовки.
- 23.Моделирование внешних и внутренних параметров целевой соревновательной деятельности.
- 24.Моделирование внешних и внутренних параметров целевой соревновательной деятельности.
- 25.Дозировка величины нагрузок (продолжительности и интенсивности), ее рациональная динамика.
- 26.Основные методы выполнения оздоровительной тренировки, рациональное сочетание рабочих периодов и периодов отдыха.
- 27.Клубная форма организации физкультурно-спортивной деятельности с любителями рукопашного боя основного и старшего возраста.
- 28.Основы спортивного отбора, генетической и морфологической предрасположенности к занятиям единоборствами.
- 29.Организация зрелищных мероприятий для пропаганды занятий единоборствами у различных групп населения.
- 30.Предсоревновательная подготовка: режим тренировочных нагрузок, отдыха, средств восстановления, дополнительного питания.
31. Подготовка соревновательного инвентаря и одежды.
- 32.Составление индивидуального тактического плана участия в массовых соревнованиях с учетом достижения объективно доступного спортивного результата и с целью получения физического и психоэмоционального удовлетворения.
- 33.Выполнение установленных правил поведения на соревновании.
- 34.Устройство татами, ковра, ринга, помоста и других площадок.
- 35.Тренажеры, варианты их размещения, изготовления.

- 36.Технология, инструменты и механизмы, необходимые для ухода за оборудованием и инвентарем.
- 37.Требования к местам занятий, размещению оборудования и инвентаря, исправности и их гигиеническому состоянию.
- 38.Права и обязанности руководителя спортивной базы и тренера по обеспечению безопасности занимающихся.
- 39.Вспомогательные сооружения (раздевалки, душевые, массажные, бани, кладовые, тренерские, врачебные и др.).
- 40.Доврачебная помощь при ушибах, вывихах, переломах, сотрясениях мозга.

Темы рефератов

- 1.Анализ физиологических особенностей учебно-тренировочной и соревновательной деятельности в СПЕ.
- 2.Организация зрелищных мероприятий для пропаганды занятий единоборствами у различных групп населения.
- 3.Тестирование в преподавании рукопашного боя.
4. Мультимедийные средства в контроле тренировочного процесса.
5. Разработка планов тренировки для различных структурных элементов годичного цикла тренировки - тренировочный год по этапам и периодам.
- 6.Варианты планирования тренировки по этапам многолетней подготовки.
7. Моделирование внешних и внутренних параметров целевой соревновательной деятельности
- 8.9.Поиск оптимальных динамических и кинематических характеристик индивидуальной техники, обеспечивающих эффективность техники в переменных условиях.
9. Различие требований к технико-тактической подготовленности в спортивном и прикладном рукопашном бое.
- 10.Поиск оптимальной структуры движений наиболее экономичных способов ведения поединка в условиях боя с различными по

индивидуальному стилю ведения поединка бойцами, уровня подготовленности и тактических задач.

11. Общая характеристика техники и ее педагогическое значение для становления и роста мастерства спортсменов.
12. Техника и технико-тактическая подготовка, их удельный вес в ряду других сторон подготовки бойца (физическая, тактическая, психологическая).
13. Основные и особенные подходы к технико-тактической подготовке.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (служебно-прикладные единоборства.) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 11 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной/заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ прикладных видов спорта и экстремальной деятельности
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестры
Форма промежуточного контроля: экзамен – 8 семестр.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1.	Выступление по темам: - Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий	3-4 неделя	10 баллов
2.	- Особенности совершенствования индивидуальных двигательных качеств на этапе спортивного долголетия	4-6 неделя	10 баллов
3.	- Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки спортсмена. Использование тренировочных факторов, содействующих эффективности физических упражнений и росту работоспособности в подготовке	8-10 неделя	10 баллов
4.	- Организация и судейство соревнований с участием детей,	12-14 неделя	10 баллов

	взрослых и людей старшего возраста		
5.	- Подготовка и участие в соревнованиях	29 неделя	5 баллов
6.	- Особенности безопасности учебных занятий экстремальной направленности	32-34 неделя	5 баллов
7.	Выпускная квалификационная работа студента РГУФКСМиТ (Введение, 1, 2, 3 главы, выводы). (для студентов 4 курса очной формы обучения)	26-28 неделя	10 баллов
8.	Выполнить зачетные требования по программе	В течение семестра	5 баллов
9.	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке	В течение семестра	5 баллов
10.	ПОСЕЩЕНИЕ ЗАНЯТИЙ	Весь период	10 баллов
11.	Экзамен по дисциплине	По расписанию кафедры	20 баллов
ИТОГО:			100 БАЛЛОВ

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия.

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке.	10 баллов
3	Реферат на тему: «Основные и особенные подходы к технико-тактической подготовке.»	10баллов
4	Реферат на тему: «Характерные ошибки при разучивании, их причины и способы исправления»	10баллов
5	Презентация на тему: «Рекламные инновации при продвижении спортивного клуба».	10баллов
6	Реферат на тему: «Организация и проведения занятий для людей с ограниченными возможностями служебно-прикладными единоборствами».	10баллов
7	Выпускная квалификационная работа студента РГУФКСМиТ	10баллов

	(Введение, 1, 2, 3 главы, выводы). (для студентов 4 курса 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), 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 оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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

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

**Примерный перечень вопросов
к зачету (экзамену) для студентов IV курса**

1. Основные и особенные подходы к технико-тактической подготовке.
Бросок прогибом.
2. Основные и особенные подходы к технико-тактической подготовке.
Удержания.
3. Основные и особенные подходы к технико-тактической подготовке.
Болевые приемы на руки: узлом, рычагом, ущемлением.
4. Основные и особенные подходы к технико-тактической подготовке.
Удушающие приемы: руками, ногами.
5. Основные и особенные подходы к технико-тактической подготовке.
Характерные ошибки при разучивании, их причины и способы исправления.
6. Положительный и отрицательный перенос навыков при изучении приемов рукопашного боя.
7. Защиты активные и пассивные.
8. Биомеханические и физиологические основы технико-тактической подготовки.
9. Поиск рациональной тактики применения наиболее экономичных способов ведения поединка в условиях боя с различными по индивидуальному стилю ведения поединка бойцами, уровня подготовленности и тактических задач.
10. Закрепление и совершенствование навыков применения методов избирательного и комплексного воздействия на скоростно-силовую подготовку.

11. Закрепление и совершенствование навыков применения методов избирательного и комплексного воздействия на воспитание выносливости.
12. Закрепление и совершенствование навыков применения методов избирательного и комплексного воздействия на воспитание силы.
13. Закрепление и совершенствование навыков применения методов избирательного и комплексного воздействия скорости, динамического равновесия и специальных координационных способностей.
14. Круговая и игровая формы организации тренировочного занятия.
15. Основы медицинских знаний для увеличения спортивного долголетия в служебно-прикладных единоборствах.
16. Закрепление и совершенствование навыков моделирования двигательных качеств, обеспечивающих реализацию целевой соревновательной деятельности.
17. Подбор средств и методов совершенствования этих качеств и достижения смоделированных параметров (приведение индивидуальных параметров двигательных качеств в соответствие с модельными параметрами целевой деятельности).
18. Нормирование упражнений фрагментарного и целостно-приближенного моделирования.
19. Рациональное регулирование параметров нагрузок и отдыха в рамках УТЗ.
20. Подготовка личного плана тренировочно-соревновательной деятельности на предстоящий учебный год.
21. Моделирование технико-тактических приемов ведения соревновательной борьбы и оптимальных вариантов распределения сил на различных соревнованиях.
22. Планирование средств и методов психической и интеллектуальной видов подготовки.

23. Анализ регистрируемых параметров индивидуального спортивного при ведении дневника (количественные и качественные показатели по этапам, периодам и в годичном цикле подготовки).
24. Моделирование средств и методов достижения уровня подготовленности, обеспечивающего реализацию целевого спортивного результата.
25. Специфика документов планирования и судейства массовых соревнований (составления положения, сметы расходов, регламента соревнований и др.).
26. Подготовка и оборудование мест соревнований с учетом их безопасности и организация медицинской помощи.
27. Интернет технологии в организации спортивных состязаний.
28. Методика контроля и оценки уровня работоспособности по системе Купера.
29. Учёт анатомо-морфологических особенностей занимающихся при нормировании нагрузки.
30. Соблюдение мер личной безопасности и корректного отношения к другим участникам.
31. Применение средств профилактики заболеваний и эффективных методов восстановления после соревнований.
32. Основные методы, специфика и периодичность ремонта оборудования и инвентаря.
33. Инвентарь и оборудование в качестве средства обеспечения безопасности жизнедеятельности занимающихся.
34. Профилактика профессиональных заболеваний и травм у спортсменов-единоборцев.
35. Зал для единоборств. Основные размеры, конструктивные особенности: освещение, звукоизоляция, интерьер, вентиляция, отопление, гигиена.

36. Спортивная травма, причины возникновения способы предотвращения, профилактические мероприятия. Аптечка первой необходимости. Доврачебная помощь при ушибах, вывихах, переломах, сотрясениях мозга.

Примерная тематика рефератов для студентов IV курса

1. Динамика развития служебно-прикладных единоборств в России и в мире.
2. Система подготовки специалистов по СПЕ в настоящее время.
3. История освоения затонувших объектов российскими и иностранными подводниками.
4. Совершенствование системы подготовки тренерских и инструкторских кадров в служебно-прикладных единоборствах
5. Определение профессионально-педагогических знаний, умений и навыков, необходимых тренеру по служебно-прикладным единоборствам для практической деятельности. Профессиограмма.
6. Анализ содержания программного обеспечения подготовки специалистов по служебно-прикладным единоборствам в РГУФКСМиТ.
7. Содержание процесса организации тренерской практики студентов, специализирующихся в служебно-прикладных единоборствах.
8. Анализ программы подготовки инструкторов-методистов в служебно-прикладных единоборствах.
9. Анализ программы подготовки по СПЕ в силовых министерствах и ведомствах.
10. Физиологические особенности занятий СПЕ
11. Влияние условий занятий СПЕ на организм спортсмена в различных возрастных группах.
12. Влияние условий повышенного давления на работоспособность спортсмена.

13. Экстремальные условия деятельности в ближнем и рукопашном бою.
14. Психические особенности личности спортсменов, специализирующихся в служебно-прикладных единоборствах.
15. Помехоустойчивость и стрессоустойчивость в служебно-прикладных единоборствах.
16. Факторы, влияющие на успешность деятельности группы в экстремальных условиях.
17. Обеспечение безопасности в СПЕ.
18. Анализ несчастных случаев в СПЕ.
19. Методика обеспечения безопасности спортивных мероприятий.
20. Анализ круглогодичной подготовки и подготовки к соревнованиям в служебно-прикладных единоборствах .е
21. Микро-, мезо- и макроциклы подготовки в служебно-прикладных единоборствах.
22. Многолетняя подготовка в служебно-прикладных единоборствах.
23. Совершенствование функциональных возможностей спортсмена в процессе тренировки при подготовке к соревнованиям в течение годового цикла подготовки.
24. Исследование соотношения используемых методов регулирования тренировочной нагрузки в годовом цикле подготовки для представителей различных дисциплин служебно-прикладных единоборств:
25. а) групп начальной подготовки (на примере одного из видов спорта);
26. б) групп спортивного совершенствования;
27. в) высокой квалификации.
28. Классификация наиболее распространенных ошибок в технике работы спортсменов
29. Общая и специальная физическая подготовка в служебно-прикладных единоборствах

30. Техничко-тактическая подготовка в служебно-прикладных единоборствах

31. Анализ предсоревновательной подготовки ведущих спортсменов.

Зачетные требования для студентов IV-го года обучения

1. Сдать зачеты по теоретико-методическому курсу за 7-й и 8-й семестры.
2. Сдать зачеты по практическому разделу программы.
3. Сдать Экзамен по окончании 8-го семестра в объеме пройденного материала.
4. Сдать практические зачетные нормативы по общей и специальной физической подготовке, разработанной кафедрой.
5. Получить положительные оценки по учебной практике.
6. Принять участие не менее чем в трех соревнованиях по служебно-прикладным единоборствам.
7. Принять участие в судействе не менее 2-х соревнований в качестве различных судей.
8. Подготовить к защите выпускную квалификационную работу.
9. Написать 4 реферата по изучаемым теоретическим разделам программы и получить по ним положительные оценки.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА
*по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта
(служебно-прикладные единоборства) для обучающихся института
спорта и физического воспитания 5 курса, 11 группы направления
подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура»,
направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде
спорта заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

Сроки изучения дисциплины (модуля): 9-10 семестры

Форма промежуточного контроля: *экзамен – 10 семестр.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1.	Выступление по темам: - Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий	3-4 неделя	10 баллов
2.	Технико-тактическая подготовка в служебно-прикладных единоборствах	4-6 неделя	10 баллов
3.	Дать анализ предсоревновательной подготовки ведущих спортсменов	8-10 неделя	10 баллов
4.	- Организация и судейство соревнований с участием инвалидов	12-14 неделя	10 баллов
5.	- Подготовка и участие в соревнованиях	29 неделя	10 баллов
6.	- Особенности безопасности учебных занятий экстремальной направленности	32-34 неделя	10 баллов

7.	Выполнить зачетные требования по программе	В течение семестра	5 баллов
8.	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке	В течение семестра	5 баллов
9.	ПОСЕЩЕНИЕ ЗАНЯТИЙ	Весь период	10
10.	Зачет	июнь	20 баллов
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), 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 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

Примерный перечень вопросов

к зачету (экзамену) для студентов V курса (заочная форма обучения)

1. Основы техники в различных видах служебно-прикладных единоборств (боевое самбо, комплексное единоборство, служебное единоборство, рукопашный бой)
2. Технический арсенал бойца и закономерности его формирования.
3. Физический смысл и биомеханический анализ техники рукопашного боя.
4. Анализ структуры техники сильнейших спортсменов.
5. Различные индивидуальные стили ведения боя с выделением граничных моментов, в том числе с использованием тренажеров и образцовой демонстрацией их выполнения.
6. Подбор средств и методов на этапах закрепления и совершенствования техники.
7. Оптимизация технико-тактических действий
8. Закрепление и совершенствование навыка анализа эффективности применения различных способов ведения поединка.
9. Поиск оптимальных параметров индивидуальной техники в условиях предстоящих главных соревнований.
10. Выбор и методика применения тренировочных упражнений на этапе становления спортивного мастерства в рукопашном бое
11. Выбор и методика применения тренировочных упражнений на этапе становления спортивного мастерства в рукопашном бое
12. Выбор и методика применения тренировочных упражнений на этапе становления спортивного мастерства в рукопашном бое
13. Дозирование величины нагрузки, ее направленности, специализированности, рабочих периодов и периодов отдыха.

14. Биологические механизмы адаптации организма к физическим нагрузкам и развитие физических качеств при обучении рукопашному бою.
15. Средства и методы воспитания двигательных качеств на этапах реализации максимальных возможностей спортсмена в служебно-прикладных единоборствах
16. Особенности совершенствования двигательных качеств на этапе спортивного долголетия в служебно-прикладных единоборствах
17. Актуальные медицинские знания для увеличения спортивного долголетия в служебно-прикладных единоборствах.
18. Моделирование целевых двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах
19. Подбор средств и методов совершенствования этих качеств и достижения смоделированных параметров (приведение индивидуальных параметров двигательных качеств в соответствие с модельными параметрами целевой деятельности).
- 20.. Организационно-методические основы планирования учебно-тренировочных занятий (УТЗ). Выбор и методика применения доступных средств оперативного контроля
21. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства
22. Математическое моделирование в многолетнем планировании тренировочного процесса спортсмена-единоборца.
23. Перечень и порядок осуществления мер по рационализации общего режима жизни, режима отдыха и питания, использованию массажа, сауны и других внутренировочных факторов, содействующих эффективности тренировочного процесса.
24. Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке бойцов-рукопашников высокой квалификации
25. Разработка индивидуального годового плана подготовки к главному (целевому) соревнованию предстоящего спортивного сезона:
26. Прогнозирование индивидуального объективно доступного спортивного результата в главных соревнованиях.
27. Составление документов планирования и судейства соревнований - программы соревнований.
28. Составление документов планирования и судейства соревнований - заявок на участие в соревнованиях, карточек участников.
29. Составление документов планирования и судейства соревнований - карточек участников.
30. Формирование протоколов методом ручной и электронной жеребьевки.
31. Определение личных, командных результатов и результатов с учетом возраста участников соревнований.
32. Орфография и синтаксис при заполнении документации.
33. Организация и судейство соревнований в индивидуальном и командном зачете

34. Организация и судейство массовых соревнований
35. Особенности организации и судейства соревнований по служебно-прикладным видам спорта в силовых министерствах и ведомствах
36. Методика нормирования нагрузки оздоровительной направленности
37. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения
38. Применение средств профилактики заболеваний и эффективных методов восстановления после соревнований.
39. Инвентарь и оборудование в качестве средства обеспечения безопасности жизнедеятельности занимающихся.
40. Техника безопасности при занятиях рукопашным боем.
41. Требования к спортивным сооружениям для занятий и соревнований по служебно-прикладным единоборствам
42. Доврачебная помощь при занятиях служебно-прикладными единоборствами

Зачетные требования для студентов V-го года обучения (заочная форма)

1. Сдать зачеты по теоретико-методическому курсу за 9-й и 10-й семестры.
2. Сдать зачеты по практическому разделу программы.
3. Сдать Экзамен по окончании 10-го семестра в объеме пройденного материала.
4. Сдать практические зачетные нормативы по общей и специальной физической подготовке, разработанной кафедрой.
5. Получить положительные оценки по учебной практике.
6. Принять участие не менее чем в трех соревнованиях по служебно-прикладным единоборствам.
7. Принять участие в судействе не менее 2-х соревнований в качестве различных судей.
8. Подготовить к защите выпускную квалификационную работу.
9. Написать 4 реферата по изучаемым теоретическим разделам программы и получить по ним положительные оценки.

Знания:

- перспективы развития и состояние служебно-прикладных единоборств в России и за рубежом;
- нормативно-правовая база служебно-прикладных единоборств;

- правила и регламенты соревнований;
- требования безопасности организации соревнований;
- основы теории и методики спортивных дисциплин;
- физиологические и психологические особенности соревновательной и спортивной деятельности;
- менеджмент в сфере служебно-прикладных единоборств;
- экономика в избранной дисциплине или сфере деятельности;

Умения:

- организация и проведение УТС, УТЗ, соревнований по избранному виду служебно-прикладных единоборств;
- разработка организационного плана, регламента, плана безопасности и сметы проведения соревнования;
- ведение деловой переписки по организационно-хозяйственным вопросам;
- разработка плана – задания для спортсменов, тренеров, технического персонала;
- использование ТСО и контроля (радиосвязь, телеметрия, видеозапись);
- организация коммерческой деятельности в спортивной и прикладной сфере;
- тестирование и отбор спортсменов и персонала;
- подбор оборудования и снаряжения для занятий;
- управление спортивной командой.

Навыки:

- спортивной деятельности в выбранной дисциплине служебно-прикладных единоборств;

- ведения переговоров с различными категориями лиц (официальные лица, спонсоры, СМИ, сотрудники правоохранительных органов);
- владение компьютерной техникой в режиме пользователя;
- решения организационных вопросов, логистики;
- проведения рекламной деятельности;
- оказания первой доврачебной помощи.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Спортивно педагогическое совершенствование».

а) основная литература:

- 1.Ермаков А.В., Лосева И.В., Андриющенко Л.Б.. Основы самозащиты: Учебное пособие.: Изд-во РГАУ-МСХА имени Тимирязева, 2009.94 с.
- 2.Зайчиков И.В. Силовое задержание. Пособие.-М. АНО «Институт профессионального тренинга». 2010.- 188 с., илл.
- 3.Зайчиков И.В. Уличная схватка. Психология, тактика,техника, юридическая база. Том I. АНО «Институт профессионального тренинга».- Москва 2009.
- 4.Защита и нападение / Короновский В.Н., Яковлев М.А. - Составитель А.А.Харлампиев. - М.: ФАИР-ПРЕСС, 2005. - 352 с.: ил. - (Мастера единоборств. Из библиотеки А.А.Харлампиева).
- 5.Искусство рукопашного боя / Н.Ознобишин. - Сост. А.А.Харлампиев. - М.: ФАИР-ПРЕСС, 2004. - 400 с. - (Мастера единоборств. Из библиотеки А.А.Харлампиева).
- 6.Курс подготовки разведчика:Сборник / К.Т. Булочко; Сост. А.А. Харлампиев. - М.: "Издательство ФАИР", 2006. - 432с.: ил. - (Мастера единоборств. Из библиотеки А.А. Харлампиева)

7. Основы самозащиты. Тренировка и методика / В.А. Спиридонов. – Составитель А.А. Харлампиев. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2005. – 320 с.: ил. – (Мастера единоборств. Из библиотеки А.А. Харлампиева).
8. Ознобишин Н.Н. Искусство рукопашного боя / Н.Н. Ознобишин. - М.: Гранд-Фаир, 2005. - 391 с.: ил.
9. Современный панкратион: становление универсального бойца-единоборца. – Иваново: Талка, 2006. – 288 с.
10. Формирование состояния боевой готовности спортсмена-единоборца: монография / В.В. Гожин, В.Л. Деменьтев, С.В. Сизяев. – М.: Физическая Культура, 2009. – 240 с.

б) дополнительная литература:

1. Блеер А.Н., Шиян В.В. Методические основы совершенствования устойчивости двигательных навыков в видах спортивной борьбы / Учебно-методическое пособие. – М.: ФОН, 2002.
2. Блеер А.Н. Концепция дополнительного профессионального образования специалистов по физической культуре, спорту и туризму/ Методические рекомендации. – М.: Принт Центр, 2001.
3. Блеер А.Н. Построение рациональной техники защитных действий в греко-римской борьбе/ Методическая разработка. – М.: ЦПР «Деловая Лига» 2002, 70 с.
4. Блеер А.Н. Построение рациональной техники защитных действий в греко-римской борьбе/ Методическая разработка. – М.: ЦПР «Деловая Лига» 2002. – 70 с.
5. Ближний бой. Опыт разведчика: Сборник / Г. Калачев, Н.Н. Симкин; Сост. А.А. Харлампиев. - М.: "Издательство ФАИР", 2007. - 240с.: ил. - (Мастера единоборств. Из библиотеки Харлампиева).

6. Борьба самбо: справочник/ Авт.-составитель Чумаков Е.М. – М., ФиС, 1985.
7. Борьба: Методические указания для студентов-заочников институтов физкультуры. Утв. 23 июня 1972 г. – М., 1973.
8. Булочко К.Т. Обучение рукопашному бою. – М.-Л.: Физкультура и спорт, 1942.
9. Вопросы классификации, систематики и терминологии техники спортивной борьбы. – М., 1975.
10. Галкин В.В. Экономика спорта и спортивный бизнес: учебное пособие. – М.: КНОРУС, 2006. – 320 с.
11. Дзюдо: Сборник научно-методических материалов кафедры борьбы и восточных единоборств РГАФК. – М., 1997.
12. Иванов-Катанский С.А. Искусство ближнего боя. – Кн. 1. – М.: ГИП «Молодежный книжный центр», ТОО «Корум», 1994.
13. Иванов-Катанский С.А.. Искусство ближнего боя. – Кн. 2. – М.: ГИП «Молодежный книжный центр», ТОО «Корум», 1994.
14. Игуменов В.М., Подливаев Б.А. Методика и организация научных исследований в спортивной борьбе: Методические рекомендации для студентов, слушателей ВШТ, факультетов усовершенствования и повышения квалификации ГЦОЛИФК. – М.: ГЦОЛИФК, 1986.
15. Малков О.Б. Деловые игры в подготовке тренера по спортивной борьбе. – М., 1986.
16. Менеджмент и экономика физической культуры и спорта: Учеб. Пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / М.И. Золотов, В.В. Кузин, М.Е. Кутепов, С.Г. Сейранов. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 432 с.
17. Миленин В.М., Кустов А.Н. Организация физической подготовки в органах внутренних дел: Учеб.-методич. пособие ЦС ВФОЛО «Динамо». – М., 1990.

18. Наставление по физической подготовке в Советской Армии и Военно-Морском флоте. – М.: Воениздат, 1989.
19. Переверзин И.И. Менеджмент спортивной организации: Учеб. пос. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 244с.
20. Психологическая подготовка подразделений специального назначения / Крис Макнаб. – Пер. с англ. Ю. Бондарева. – М.: ФАИР-Пресс, 2002. – 384 с.: ил. – (Спецназ).
21. Рукопашный бой : Правила соревнований / Общерос. фед. рукопаш. боя. - М.: Сов. спорт, 2003. - 87 с.: табл. 118476
22. Рукопашный бой : Правила соревнований / Общерос. федер. рукопашного боя. - М.: Сов. спорт, 2005. - 87 с.: табл.
23. Рукопашный бой : Обучение технике, приемам и тактике поединка / авт.-сост. Косяченко В.И. - Волгоград: [Учитель], [2001]. - 74 с.: ил.
24. Рукопашный бой : Пример. прогр. спорт. подгот. для ДЮСШ, СДЮШОР: доп. Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту / Гос. Ком. Рос. Федерации по физ. культуре и спорту. - М.: Сов. спорт, 2004. - 111 с.: табл.
25. Самозащита без оружия (самбо): Учебное пособие для работников милиции. Сост. А.А. Харлампиев. – М.: Гл. упр. милиции МВД СССР, 1958.
26. Самозащита и борьба / И.Лебедев, В.Ощепков. - М.: ФАИР-ПРЕСС, 2004. - 240 с. - (Мастера единоборств. Из библиотеки А.А.Харлампиева).
27. Самооборона подручными средствами. – М.: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2006. – 144 с., ил.
28. Самооборона и нападение без оружия / Составитель А.А.Харлампиев. - М.: ФАИР-ПРЕСС, 2005. - 240 с.: ил. - (Мастера единоборств. Из библиотеки А.А.Харлампиева).

29. Система самбо. Становление и развитие. Из семейного архива Харлапиевых / Сост. А. А. Харлампиев, Н.Н. Харлампиева. - М.: "Издательство ФАИР", 2007. - 432 с.: ил.
30. Современные технологии спорта высших достижений в профессиональной подготовке сотрудников силовых ведомств // материалы Международного научного конгресса/ Москва 2-4 февраля 2006 г./ М.:ООО «Анита Пресс», 2006. – 384 стр.
31. Степанова О.Н. Маркетинг в сфере физической культуры и спорта. – М.: Советский спорт, 2003. – 256 с.
32. Спиридонов В.А. Самозащита без оружия. Тренировка и состязание. – М.: Военный вестник, 1928.
33. Табаков С.Е. Самбо как система рукопашного боя. Диссертация. – М.: РГАФК, 1997.
34. Тактико-технические характеристики поединка в спортивных единоборствах / Под редакцией А.Ф. Шарипова и О.Б. Малкова – М.: Физкультура и Спорт, 2007. – 224 с., ил.
35. Теория и практика рукопашного боя: Сборник научно-методических и информационных материалов специализации «Рукопашный бой» / Под. общ.ред. А.Н. Блеера. – М.: Компания Спутник+, 2003. – 201 с.
36. Теория и методика рукопашного боя : Учеб. прогр. для студентов РГАФК. Квалификация: "Бакалавр физ. культуры" Направление 521900 "Физ. культура" / РГАФК; сост. Блеер А.Н. [и др.]. - М., 2002. - 35 с.: табл.
37. 100 уроков борьбы самбо. – Изд. 3-е, доп. /Под общ. ред. Е.М. Чумакова – М.: Физкультура и спорт, 1988.

1. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

2. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине «Служебно-прикладные единоборства», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1.Операционная система – Microsoft Windows.
- 2.Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- 3.Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- 4.Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - AdobeAcrobatDC.
- 5.Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

Перечень современных профессиональных баз данных и информационных систем, в том числе международных реферативных баз данных научных изданий, используемых в РГУФКСМиТ на законных основаниях

Отечественные базы данных:

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

Зарубежныебазыданных:

1. «Health Research Premium Collection» компании ProQuest www.proquest.com

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Материально-техническое обеспечение дисциплины предполагает наличие компьютерной техники с целью презентации материалов и принтеров для распечатки тестовых и практических заданий для студентов.

Учебные пособия, лекции, видеофильмы, видеозаписи, программы для обучения и тестирования на электронных носителях.

Наличие оборудования и снаряжения для проведения практических занятий и формирования умений и навыков.

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.Залы оборудованные для занятий рукопашным боем и смешанными единоборствами
4. Экипировка и снаряжение для занятий рукопашным боем и обучения основам ближнего боя.
- 5.Помещение для хранения, ремонта инвентаря и оборудования для служебно-прикладных единоборств.

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 Прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

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

**«Б1.В.ОД.11 Теория и методика избранного вида спорта (служебно-
прикладные единоборства)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет [15] зачетных единиц.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): [1-8].

Цель освоения дисциплины (модуля): подготовить специалиста, способного успешно, на современном научно-методическом уровне работать во всех типах образовательных учреждений, в организациях и предприятиях в качестве инструктора, инструктора-методиста и преподавателя физической культуры, а также в качестве тренера по служебно-прикладным единоборствам, ДЮСШ, спортивных интернатах и т.п., с контингентом занимающихся от новичков до массовых спортивных разрядов.

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

Знания:

- история развития и состояние служебно-прикладных единоборств в России и за рубежом;
- нормативно-правовая база служебно-прикладных единоборств;
- правила и регламенты соревнований;
- требования безопасности организации соревнований по СПЕ;
- основы теории и методики спортивных дисциплин;
- физиологические и психологические особенности соревновательной и спортивной деятельности;
- менеджмент в сфере служебно-прикладных единоборств;
- экономика в избранной дисциплине или сфере деятельности;

Умения:

- организация и проведение УТС, УТЗ, соревнований по избранной дисциплине служебно-прикладных единоборств;
- разработка организационного плана, регламента, плана безопасности и сметы проведения соревнования;
- ведение деловой переписки по организационно-хозяйственным вопросам;
- разработка плана – задания для спортсменов, тренеров, технического персонала;
- использование ТСО и контроля (радиосвязь, телеметрия, видеозапись);
- организация коммерческой деятельности в спортивной и прикладной сфере;
- тестирование и отбор спортсменов и персонала;
- подбор оборудования и снаряжения для СПЕ;
- управление спортивной командой.

Навыки:

- спортивной деятельности в выбранной дисциплине служебно-прикладных единоборств;
- ведения переговоров с различными категориями лиц (официальные лица, спонсоры, СМИ, сотрудники правоохранительных органов);
- владение компьютерной техникой в режиме пользователя;
- решения организационных вопросов, логистики;
- проведения рекламной деятельности;
- оказания первой доврачебной помощи.

**4.Краткое содержание дисциплины (модуля):
очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	МОДУЛЬ 1. Обучение технико-тактическим действиям в прикладных единоборствах	1					
2	1.1 Основы техники в различных дисциплинах служебно-прикладных единоборств (боевое самбо, комплексное единоборство, служебное единоборство, рукопашный бой)	I		6	8		
3	1.2. Структура «эталонной» техники в различных видах служебно-прикладных единоборств	I		4	2		
4	1.3. Эффективность техники в переменных условиях деятельности (в спортивной и прикладной деятельности)	I					
5	1.4. Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий	I					
6	1.5. Моделирование техники целевой соревновательной деятельности	I					
7	МОДУЛЬ 2. Методика развития физических качеств	1					
8	2.1. Выбор и методика применения тренировочных упражнений на этапе становления спортивного мастерства в служебно-прикладных единоборствах	I		4	8		
9	2.2. Средства и методы воспитания базовых двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	I		4	10		
10	2.3. Средства и методы воспитания двигательных качеств на этапах реализации максимальных возможностей спортсмена в	I		4	2		

	служебно-прикладных единоборствах						
11	2.4. Особенности совершенствования двигательных качеств на этапе спортивного долголетия в служебно-прикладных единоборствах	I					
12	2.5. Моделирование индивидуальных двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	I					
13	МОДУЛЬ 3. Управление динамикой подготовленности в годичном и многолетнем циклах	1					
14	3.1. Организационно-методические основы планирования учебно-тренировочных занятий (УТЗ). Выбор и методика применения доступных средств оперативного контроля	I		4	6		
15	3.2. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства.	I		4	4		
16	3.3. Контроль тренировочного процесса и его эффективность	I			12		
17	3.4. Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки рукопашника. Учет внешнесредовых и внутренировочных факторов в подготовке рукопашников.	I					
18	3.5. Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке бойцов-рукопашников высокой квалификации	I					
19	Итого часов за 1 семестр	2					
	МОДУЛЬ 4. Организация соревнований и их судейство			30	42		
20	4.1. Документы планирования и судейства соревнований	II		4	6		
21	4.2. Организация и судейство соревнований в индивидуальном и командном зачете	II		2	4		
22	4.3. Организация и судейство массовых соревнований	II					
23	4.4. Особенности организации и судейства соревнований по служебно-прикладным видам спорта в силовых министерствах и	II		4	4		

	ведомствах						
24	Модуль 5. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием служебно-прикладных единоборств	II			6		
25	5.1. Методика нормирования нагрузки оздоровительной направленности	2			8		
26	5.2. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения	II		2	2		
27	5.3. Подготовка и участие в массовых соревнованиях	II		2	6		
28	МОДУЛЬ 6. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	2			4		
29	6.1. Инвентарь и оборудование	II		2	10		
30	6.2. Техника безопасности	II		6	10		
31	6.3. Требования к спортивным сооружениям для занятий и соревнований по служебно-прикладным единоборствам	II		4	10		
32	6.4. Доврачебная помощь при занятиях служебно-прикладными единоборствами	II		8	2		
33	Форма текущего контроля						Зачет (2 семестр)
	Итого часов за 2 семестр			30	33		66
	Итого часов за 1 курс:			60	102		162
31	МОДУЛЬ 1. Обучение технико-тактическим действиям в прикладных единоборствах	3					
32	1.1 Основы техники в различных дисциплинах служебно-прикладных единоборств (боевое самбо, комплексное единоборство, служебное единоборство, рукопашный бой)	III			3		
33	1.2. Структура «эталонной» техники в различных видах служебно-прикладных единоборств	III		3	8		
34	1.3. Эффективность техники в переменных условиях деятельности (в спортивной и прикладной деятельности)	III		7	2		

35	1.4. Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий	III					
36	1.5. Моделирование техники целевой соревновательной деятельности	III					
37	МОДУЛЬ 2. Методика развития физических качеств	3					
38	2.1. Выбор и методика применения тренировочных упражнений на этапе становления спортивного мастерства в служебно-прикладных единоборствах	III					
39	2.2. Средства и методы воспитания базовых двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	III		6	4		
40	2.3. Средства и методы воспитания двигательных качеств на этапах реализации максимальных возможностей спортсмена в служебно-прикладных единоборствах	III		4	6		
41	2.4. Особенности совершенствования двигательных качеств на этапе спортивного долголетия в служебно-прикладных единоборствах	III					
42	2.5. Моделирование индивидуальных двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	III					
43	МОДУЛЬ 3. Управление динамикой подготовленности в годичном и многолетнем циклах	3					
44	3.1. Организационно-методические основы планирования учебно-тренировочных занятий (УТЗ). Выбор и методика применения доступных средств оперативного контроля	III					
45	3.2. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства.	III		6	2		
46	3.3. Контроль тренировочного процесса и его эффективность	III					
47	3.4. Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки рукопашника. Учет внешнесредовых и	III					

	внетренировочных факторов в подготовке рукопашников.						
48	3.5. Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке бойцов-рукопашников высокой квалификации	3					
49	Итого часов за 1 семестр	III					
50	МОДУЛЬ 4. Организация соревнований и их судейство	III		4	8		
51	4.1. Документы планирования и судейства соревнований	III					
52	4.2. Организация и судейство соревнований в индивидуальном и командном зачете	III					
53	4.3. Организация и судейство массовых соревнований	III					
	4.4. Особенности организации и судейства соревнований по служебно-прикладным видам спорта в силовых министерствах и ведомствах			30	33		
54	Модуль 5. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием служебно-прикладных единоборств	4					
55	5.1. Методика нормирования нагрузки оздоровительной направленности	IV		10	10		
56	5.2. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения	IV			13		
57	5.3. Подготовка и участие в массовых соревнованиях	4					
58	МОДУЛЬ 6. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	IV					
59	6.1. Инвентарь и оборудование	IV		10	8		
60	6.2. Техника безопасности	IV		10	2		
61	6.3. Требования к спортивным сооружениям для занятий и соревнований по служебно-прикладным единоборствам	IV					
62	Форма текущего контроля						Зачет (4 семестр)
63	Итого часов за 4 семестр			30	33		66

Итого часов за 2 курс:			60	66	126
64	МОДУЛЬ 1. Обучение технико-тактическим действиям в прикладных единоборствах	5			
65	1.1 Основы техники в различных дисциплинах служебно-прикладных единоборств (боевое самбо, комплексное единоборство, служебное единоборство, рукопашный бой)	V		2	
66	1.2. Структура «эталонной» техники в различных видах служебно-прикладных единоборств	V	8	2	
67	1.3. Эффективность техники в переменных условиях деятельности (в спортивной и прикладной деятельности)	V	2	4	
68	1.4. Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий	V	4	2	
69	1.5. Моделирование техники целевой соревновательной деятельности	V	6		
70	МОДУЛЬ 2. Методика развития физических качеств	5			
71	2.1. Выбор и методика применения тренировочных упражнений на этапе становления спортивного мастерства в служебно-прикладных единоборствах	V			
72	2.2. Средства и методы воспитания базовых двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	V			
73	2.3. Средства и методы воспитания двигательных качеств на этапах реализации максимальных возможностей спортсмена в служебно-прикладных единоборствах	V			
74	2.4. Особенности совершенствования двигательных качеств на этапе спортивного долголетия в служебно-прикладных единоборствах	V			
75	2.5. Моделирование индивидуальных двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	V			
76	МОДУЛЬ 3. Управление динамикой подготовленности в	5			

	годовом и многолетнем циклах						
77	3.1. Организационно-методические основы планирования учебно-тренировочных занятий (УТЗ). Выбор и методика применения доступных средств оперативного контроля	V			2		
78	3.2. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства.	V			8		
79	3.3. Контроль тренировочного процесса и его эффективность	V		4	3		
80	3.4. Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки рукопашника. Учет внешнесредовых и внутренировочных факторов в подготовке рукопашников.	V		4	6		
81	3.5. Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке бойцов-рукопашников высокой квалификации	V		2	4		
82	Итого часов за 1 семестр	63		30	33		
83	МОДУЛЬ 4. Организация соревнований и их судейство	6					
84	4.1. Документы планирования и судейства соревнований	VI					
85	4.2. Организация и судейство соревнований в индивидуальном и командном зачете	VI					
86	4.3. Организация и судейство массовых соревнований	VI					
87	4.4. Особенности организации и судейства соревнований по служебно-прикладным видам спорта в силовых министерствах и ведомствах	VI			3		
88	Модуль 5. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием служебно-прикладных единоборств	VI					
89	5.1. Методика нормирования нагрузки оздоровительной направленности	6		4	4		
90	5.2. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения	VI		6	8		
91	5.3. Подготовка и участие в	VI		3	8		

	массовых соревнованиях						
92	МОДУЛЬ 6. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	6					
93	6.1. Инвентарь и оборудование	VI		6	6		
94	6.2. Техника безопасности	VI		6	6		
95	6.3. Требования к спортивным сооружениям для занятий и соревнований по служебно-прикладным единоборствам	VI		4	4		
96	6.4. Доврачебная помощь при занятиях служебно-прикладными единоборствами	VI		4	4		
97	Форма текущего контроля	VI					Экзамен (6 семестр)
98	Итого часов за 6 семестр			30	33		
99	Итого часов за 3 курс			60	66		126
100	МОДУЛЬ 1. Обучение технико-тактическим действиям в прикладных единоборствах	7					
101	1.1 Основы техники в различных дисциплинах служебно-прикладных единоборств (боевое самбо, комплексное единоборство, служебное единоборство, рукопашный бой)	VII					
102	1.2. Структура «эталонной» техники в различных видах служебно-прикладных единоборств	VII					
103	1.3. Эффективность техники в переменных условиях деятельности (в спортивной и прикладной деятельности)	VII					
104	1.4. Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий	VII					
105	1.5. Моделирование техники целевой соревновательной деятельности	VII					
106	МОДУЛЬ 2. Методика развития физических качеств	7					
107	2.1. Выбор и методика применения тренировочных упражнений на этапе становления спортивного мастерства в служебно-прикладных единоборствах	VII		2			
108	2.2. Средства и методы	VII		4	2		

	воспитания базовых двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах						
109	2.3. Средства и методы воспитания двигательных качеств на этапах реализации максимальных возможностей спортсмена в служебно-прикладных единоборствах	VII		2	8		
110	2.4. Особенности совершенствования двигательных качеств на этапе спортивного долголетия в служебно-прикладных единоборствах	VII		2	6		
111	2.5. Моделирование индивидуальных двигательных качеств в служебно-прикладных единоборствах	VII		6	4		
112	МОДУЛЬ 3. Управление динамикой подготовленности в годичном и многолетнем циклах	7					
113	3.1. Организационно-методические основы планирования учебно-тренировочных занятий (УТЗ). Выбор и методика применения доступных средств оперативного контроля	VII		4	2		
114	3.2. Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства.	VII		2	4		
115	3.3. Контроль тренировочного процесса и его эффективность	VII		4	2		
116	3.4. Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки рукопашника. Учет внешнесредовых и внутренировочных факторов в подготовке рукопашников.	VII		4	4		
117	3.5. Модельно-целевой способ построения макроцикла в подготовке бойцов-рукопашников высокой квалификации	54		30	24		
118	Итого часов за 1 семестр	8					
119	МОДУЛЬ 4. Организация соревнований и их судейство	VIII					
120	4.1. Документы планирования и судейства соревнований	VIII					
121	4.2. Организация и судейство соревнований в индивидуальном и	VIII					

	командном зачете						
122	4.3. Организация и судейство массовых соревнований	VIII			2		
123	4.4. Особенности организации и судейства соревнований по служебно-прикладным видам спорта в силовых министерствах и ведомствах	VIII					
124	Модуль 5. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием служебно-прикладных единоборств	8			8		
125	5.1. Методика нормирования нагрузки оздоровительной направленности	VIII		4	6		
126	5.2. Методика физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения	VIII		6	4		
127	5.3. Подготовка и участие в массовых соревнованиях	8					
128	МОДУЛЬ 6. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	VIII		4	3		
129	6.1. Инвентарь и оборудование	VIII		6	2		
130	6.2. Техника безопасности	VIII		2	8		
131	6.3. Требования к спортивным сооружениям для занятий и соревнований по служебно-прикладным единоборствам	VIII		8			
132	Экзамен	VIII				9	Экзамен (8 семестр)
	Итого часов за 8 семестр			30	33		
	Итого часов за 4 курс			60	57		126
	Итого часов программы СПС:			240	291	9	540