

1.Цель освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Правовые основы профессиональной деятельности» являются приобретение и овладение знаниями в области правового регулирования физической культуры и спорта, умением использовать нормативные правовые документы в своей профессиональной деятельности студентами по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура». Дисциплина реализуется на русском языке.

2.Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Правовые основы профессиональной деятельности» относится к базовой части основной образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура».

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра, курса)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-3	Знать: - базовые экономические понятия, объективные основы функционирования экономики и поведения экономических агентов ; знать основные виды финансовых институтов и финансовых инструментов, основы функционирования финансовых рынков - условия функционирования национальной экономики, понятия и факторы экономического роста - знать основы российской налоговой системы	8		
	Уметь: - анализировать финансовую и экономическую	8		

	<p>информацию, необходимую для принятия обоснованных решений в профессиональной сфере,</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать процентные, кредитные, курсовые, рыночные, операционные, общеэкономические, политические риски неблагоприятных экономических и политических событий для профессиональных проектов; - решать типичные задачи, связанные с профессиональным и личным финансовым планированием - искать и собирать финансовую и экономическую информацию. 			
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами финансового планирования профессиональной деятельности, использования экономических знаний в профессиональной практике 	8		
ОК-4	<p>Знать: систему отечественного законодательства; основные положения международных документов и договоров, Конституции РФ, других основных нормативно-правовых документов; механизмы применения основных нормативно-правовых актов; тенденции законотворчества и судебной практики.</p>	8		
	<p>Уметь: оперативно находить нужную информацию в международных документах, нормативно-правовых актах, рекомендательных документах, грамотно её использовать; с позиций правовых норм анализировать конкретные ситуации, возникающие в повседневной практике; анализировать и оценивать законодательные инициативы; принимать адекватные решения при возникновении критических, спорных ситуаций</p>	8		
	<p>Владеть: навыками применения правовых знаний в текущей профессиональной деятельности</p>	8		
ОПК-9	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - цели, задачи, основные виды деятельности физкультурно-спортивных организаций; - документы планирования, учетно-отчетной деятельности физкультурно-спортивных организаций; - методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций; - организационно-управленческие подходы в руководстве работой малых коллективов. 	8		
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями нормативных актов, Законодательства (трудового и гражданского кодексов); - проводить контроль деятельности физкультурно-спортивных организаций; - руководить работой малых коллективов. 	8		
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умениями осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями стандартов; - умениями проводить учет и отчетность о деятельности физкультурно-спортивных организаций; 	8		

- умениями руководить работой малых коллективов, оценивать результаты их деятельности на основе объективных показателей.			
--	--	--	--

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц, 72 академических часа.

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	Место правовых норм, регулирующих общественные отношения в сфере физической культуры и спорта в российской правовой системе.	8	2	3	3		
2	Государственное регулирование сферы физической культуры и спорта.	8	2	3	3		
3	Правовые аспекты антидопинговой деятельности. Процедура допинг-контроля.	8	2	3	3		
4	Предоставление информации о местонахождении спортсмена. Система ADAMS.	8	2	3	3		
5	Правовое регулирование деятельности спортивных федераций и иных физкультурно-спортивных организаций.	8	2	3	3		
6	Особенности регулирования трудовых отношений спортсменов и тренеров	8	2	3	3		

7	Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий	8	2	2	4		
8	Защита прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг в условиях рыночных отношений	8	2	2	4		
9	Договорные отношения в сфере физической культуры и спорта	8	2	2	4		
Итого часов:			18	24	30		Диф. зачет

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

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

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Вопросы к диф. зачету

1. Иерархия нормативно-правовых актов.
2. Общая характеристика спортивного права как отрасли.
3. Полномочия Министерства спорта Российской Федерации.
4. Компетенция региональных органов государственной власти в области физической культуры и спорта.
5. Компетенция органов местного самоуправления в сфере физической культуры и спорта.
6. Легальная дефиниция термина «допинг». Виды нарушений антидопинговых правил.
7. Ответственность за нарушение антидопинговых правил.
8. Основные нормативные правовые акты в сфере антидопинговой политики государства.
9. Порядок проведения допинг-контроля. Права и обязанности спортсмена.
10. Порядок предоставления информации о местонахождении спортсмена в системе АДАМС.
11. Процедура создания и аккредитации спортивных федераций.
12. Правовой статус общероссийских спортивных федераций.
13. Правовой статус региональных спортивных федераций.

14. Основные направления деятельности Олимпийского комитета России, Паралимпийского комитета России, Сурдлимпийского комитета России, Специальной олимпиады России.
15. Правовое регулирование деятельности спортивных клубов, школьных и студенческих спортивных клубов в соответствии с ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
16. Обязательные и дополнительные условия, включаемые в трудовой договор со спортсменом и тренером.
17. Порядок временного перевода спортсмена к другому работодателю.
18. Обязанность работодателя отстранить спортсмена от участия в соревнованиях.
19. Гарантии и компенсации спортсмена в связи с временной нетрудоспособностью.
20. Дополнительный отпуск спортсмена и работа спортсмена и тренера по совместительству.
21. Особенности расторжения трудового договора со спортсменом и тренером
22. Материальная ответственность спортсменов и тренеров перед работодателем.
23. Права и обязанности организаторов физкультурно-спортивных мероприятий.
24. Права и обязанности контролёров-распорядителей. Требования, предъявляемые к контролёрам-распорядителям.
25. Правила поведения зрителей при проведении официальных спортивных соревнований.
26. Порядок возврата и обмена физкультурно-спортивных товаров потребителями.
27. Государственная и общественная защита прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг.
28. Нормативно-правовые основы присвоения спортивных разрядов и званий.
29. Почётные спортивные звания и квалификационные категории спортивных судей.
30. Порядок формирования спортивных сборных команд, обязанности по их обеспечению.
31. Цели, основные задачи и меры «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года».
32. Понятие договора. Общая характеристика договорных отношений в сфере физической культуры и спорта.
33. Предотвращение допинга в спорте и борьба с ним.
34. Права и обязанности спортсменов в соответствии с Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
35. Физическая культура и спорт в системе образования, в системе федеральных органов исполнительной власти, по месту работы и месту жительства граждан. Адаптивная физическая культура.
36. Комплекс ГТО. Физкультурно-спортивные клубы и их объединения, основная деятельность которых направлена на реализацию комплекса ГТО.

37. Финансовое, медицинское и иное обеспечение физической культуры и спорта.
38. Этапы спортивной подготовки, федеральные стандарты спортивной подготовки.
39. Основные понятия, используемые в Федеральном законе «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
40. Основные принципы законодательства о физической культуре и спорте.

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

а) Основная литература:

1. Алексеев, С.В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлениям 034300, 034400 : рек. УМО высш. учеб. заведений РФ по образованию в обл. физ. культуры / С.В. Алексеев. - М.: Сов. спорт, 2013. - 517 с.
2. Алексеев, С.В. Спортивное право. Трудовые отношения в спорте : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлениям 032101, 030500 : рек. УМЦ "Проф. учеб." : рек. НИИ образования и науки : рек. НМС по физ. культуре М-ва образования и науки РФ / С.В. Алексеев ; под. ред. П.В. Крашенинникова ; М-во образования и науки РФ, Моск. гос. юрид. акад. им. О.Е. Кутафина. - 2-е изд., перераб и доп. - М.: Юнити: Закон и право, 2015. - 642 с.: табл.

б) Дополнительная литература:

1. Алексеев, С.В. Олимпийское право как новейшее направление научного правоведения и учебная дисциплина / Алексеев С.В. // Спорт: экономика, право, управление. - 2010. - № 2. - С. 3-7.
2. Алексеев, С.В. Футбольное право : новейшее направление юриспруденции, науч. правоведения и учеб. дисциплина / Алексеев Сергей Викторович // Спорт: экономика, право, управление. - 2015. - № 1. - С. 5-13.
3. Алексеев, С.В. Международное спортивное право : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлениям 030500 И 032101 : рек. УМЦ "Проф. учеб." / С.В. Алексеев ; под ред. П.В. Крашенинникова. - М.: Юнити: Закон и право, 2008. - 894 с.
4. Алексеев, С.В. Спортивное право и спортивное законодательство России на современном этапе : Проблемы и перспективы / Алексеев Сергей Викторович // Спорт: экономика, право, управление. - 2012. - № 2. - С. 4-8.
5. Алексеев, С.В. Спортивное право России : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлениям 030500, 032101 : рек. УМЦ "Проф. учеб." : рек. НИИ образования и науки / С.В. Алексеев ; под. ред. П.В. Крашенинникова ; М-во образования и науки РФ Моск. гос. юрид. акад. им. О.Е. Кутафина. - 3-е изд., перераб и доп. - М.: Юнити: Закон и право, 2012. - 1053 с.: ил.

- 6.Алексеев, С.В. Сущность и значение права и законодательства в сфере физической культуры и спорта = The Nature and Significance of Law and Legislation in the Sphere of Physical Culture and Sports / Алексеев С.В., Гостев Р.Г. // Культура физическая и здоровье. - 2016. - № 4 (59). - С. 77-84.
- 7.Байрамов, В.М. Особенности подготовки к проведению 22 Олимпийских зимних игр и 11 Паралимпийских зимних игр 2014 года в городе Сочи как объекта обеспечения экономической безопасности / В.М. Байрамов // Вестник спортив. науки. - 2011. - № 3. - С. 37-42.
- 8.Байрамов, В.М. Порядок расследования и учета несчастных случаев, происшедших с лицами, проходящими спортивную подготовку, но не состоящими в трудовых отношениях с физкультурно-спортивной организацией / В.М. Байрамов, С.В. Байрамов // Вестник спортив. науки. - 2015. - № 3. - С. 8-12.
- в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

- 1.Официальный сайт Министерства спорта РФ // URL: www.minsport.gov.ru
- 2.Издание Правительства Российской Федерации, официальный публикатор документов // URL: www.rg.ru

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

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
- Информационно-правовое обеспечение – Гарант.
–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:
- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Правовые основы профессиональной деятельности для обучающихся Института спорта и физического воспитания 4 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура» направленности (профиля) «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения (2 поток)

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Экономики и права.

Сроки изучения дисциплины: 8 семестр для очной формы обучения

Форма промежуточной аттестации: *диф. зачет.*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по теме «Место правовых норм, регулирующих общественные отношения в сфере физической культуры и спорта в российской правовой системе»</i>	2 неделя	10
2	<i>Контрольная работа по теме «Государственное регулирование сферы физической культуры и спорта»</i>	3 неделя	10
3	<i>Контрольная работа по теме «Правовые аспекты антидопинговой деятельности. Процедура допинг-контроля»</i>	4 неделя	5
4	<i>Контрольная работа по теме «Предоставление информации о местонахождении спортсмена. Система ADAMS.»</i>	5 неделя	5
5	<i>Контрольная работа по теме «Правовое регулирование деятельности спортивных федераций и иных физкультурно-спортивных организаций»</i>	6 неделя	10
6	<i>Контрольная работа по теме «Особенности регулирования трудовых отношений спортсменов и тренеров»</i>	7 неделя	10
7	<i>Контрольная работа по теме «Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий»</i>	8 неделя	10
8	<i>Контрольная работа по теме «Защита прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг»</i>	9 неделя	10

	<i>в условиях рыночных отношений»</i>		
9	<i>Контрольная работа по теме «Договорные отношения в сфере физической культуры и спорта»</i>	<i>10 неделя</i>	<i>10</i>
10	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>5</i>
	Диф. зачёт		15
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Написание и защита реферата по теме «Место правовых норм, регулирующих общественные отношения в сфере физической культуры и спорта в российской правовой системе»</i>	<i>15</i>
2	<i>Написание и защита реферата по теме «Государственное регулирование сферы физической культуры и спорта»</i>	<i>15</i>
3	<i>Написание и защита реферата по теме «Правовые аспекты антидопинговой деятельности. Процедура допинг-контроля»</i>	<i>15</i>
4	<i>Написание и защита реферата по теме «Предоставление информации о местонахождении спортсмена. Система ADAMS»</i>	<i>15</i>
5	<i>Написание и защита реферата по теме «Правовое регулирование деятельности спортивных федераций и иных физкультурно-спортивных организаций»</i>	<i>15</i>
6	<i>Написание и защита реферата по теме «Особенности регулирования трудовых отношений спортсменов и тренеров»</i>	<i>15</i>
7	<i>Написание и защита реферата по теме «Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий»</i>	<i>15</i>
8	<i>Написание и защита реферата по теме «Защита прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг в условиях рыночных отношений»</i>	<i>15</i>
9	<i>Написание и защита реферата по теме «Договорные отношения в сфере физической культуры и спорта»</i>	<i>15</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

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	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 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 Гуманитарный
Кафедра Экономики и права

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.Б.16 Правовые основы профессиональной деятельности
(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 (2
поток)
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2016

Москва – 2017 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы (72 часа).

2.Семестр(ы) освоения дисциплины: 8 для очной формы обучения.

3. Цель освоения дисциплины: Целями освоения дисциплины «Правовые основы профессиональной деятельности» являются приобретение и овладение знаниями в области правового регулирования физической культуры и спорта, умением использовать нормативные правовые документы в своей профессиональной деятельности студентами по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура». Дисциплина реализуется на русском языке.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

ОК-3: способностью использовать основы экономических знаний в различных сферах жизнедеятельности;

ОК-4: способностью использовать основы правовых знаний в различных сферах жизнедеятельности;

ОПК-9: способность осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций, проводить учет и отчетность, руководить работой малых коллективов;

4.Краткое содержание дисциплины:

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	Место правовых норм, регулирующих общественные отношения в сфере физической культуры и спорта в российской правовой системе.	8	2	3	3		
2	Государственное регулирование сферы физической культуры и спорта.	8	2	3	3		
3	Правовые аспекты антидопинговой деятельности. Процедура допинг-контроля.	8	2	3	3		
4	Предоставление информации о местонахождении спортсмена. Система ADAMS.	8	2	3	3		
5	Правовое регулирование деятельности спортивных федераций и иных физкультурно-спортивных организаций.	8	2	3	3		
6	Особенности регулирования трудовых отношений спортсменов и тренеров	8	2	3	3		
7	Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий	8	2	2	4		
8	Защита прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг в условиях рыночных отношений	8	2	2	4		
9	Договорные отношения в сфере физической культуры и спорта	8	2	2	4		
Итого часов:			18	24	30		Диф. зачет

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



Институт Гуманитарный
Кафедра Экономики и права

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.Б.16 Правовые основы профессиональной деятельности»

Направление подготовки: **49.03.01 «Физическая культура»**

Профиль: Спортивная подготовка в избранном виде спорта (3 поток)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2016

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Гуманитарного института
Протокол № 57 от «27» апреля 2016г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
экономики и права
Протокол № 30 от «25» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Составители:

Байрамов В.М. – доктор юридических наук, заведующий кафедрой Экономики и права;

Байрамов С.В. – кандидат юридических наук, доцент кафедры Экономики и права;

Хлуднев Е.И. – старший преподаватель кафедры Экономики и права;

Рецензент:

Кузьмичева Елена Владимировна, д.п.н., доцент, профессор кафедры менеджмента и экономики спорта им. В.В. Кузина

1.Цель освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Правовые основы профессиональной деятельности» являются приобретение и овладение знаниями в области правового регулирования физической культуры и спорта, умением использовать нормативные правовые документы в своей профессиональной деятельности студентами по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура». Дисциплина реализуется на русском языке.

2.Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Правовые основы профессиональной деятельности» относится к базовой части основной образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура».

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра, курса)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-3	Знать: - базовые экономические понятия, объективные основы функционирования экономики и поведения экономических агентов ; знать основные виды финансовых институтов и финансовых инструментов, основы функционирования финансовых рынков - условия функционирования национальной экономики, понятия и факторы экономического роста - знать основы российской налоговой системы	8		
	Уметь: - анализировать финансовую и экономическую	8		

	<p>информацию, необходимую для принятия обоснованных решений в профессиональной сфере,</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать процентные, кредитные, курсовые, рыночные, операционные, общеэкономические, политические риски неблагоприятных экономических и политических событий для профессиональных проектов; - решать типичные задачи, связанные с профессиональным и личным финансовым планированием - искать и собирать финансовую и экономическую информацию. 			
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами финансового планирования профессиональной деятельности, использования экономических знаний в профессиональной практике 	8		
ОК-4	<p>Знать: систему отечественного законодательства; основные положения международных документов и договоров, Конституции РФ, других основных нормативно-правовых документов; механизмы применения основных нормативно-правовых актов; тенденции законотворчества и судебной практики.</p>	8		
	<p>Уметь: оперативно находить нужную информацию в международных документах, нормативно-правовых актах, рекомендательных документах, грамотно её использовать; с позиций правовых норм анализировать конкретные ситуации, возникающие в повседневной практике; анализировать и оценивать законодательные инициативы; принимать адекватные решения при возникновении критических, спорных ситуаций</p>	8		
	<p>Владеть: навыками применения правовых знаний в текущей профессиональной деятельности</p>	8		
ОПК-9	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - цели, задачи, основные виды деятельности физкультурно-спортивных организаций; - документы планирования, учетно-отчетной деятельности физкультурно-спортивных организаций; - методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций; - организационно-управленческие подходы в руководстве работой малых коллективов. 	8		
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями нормативных актов, Законодательства (трудового и гражданского кодексов); - проводить контроль деятельности физкультурно-спортивных организаций; - руководить работой малых коллективов. 	8		
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умениями осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями стандартов; - умениями проводить учет и отчетность о деятельности физкультурно-спортивных организаций; 	8		

- умениями руководить работой малых коллективов, оценивать результаты их деятельности на основе объективных показателей.			
--	--	--	--

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц, 72 академических часа.

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	Место правовых норм, регулирующих общественные отношения в сфере физической культуры и спорта в российской правовой системе.	8	2	3	3		
2	Государственное регулирование сферы физической культуры и спорта.	8	2	3	3		
3	Правовые аспекты антидопинговой деятельности. Процедура допинг-контроля.	8	2	3	3		
4	Предоставление информации о местонахождении спортсмена. Система ADAMS.	8	2	3	3		
5	Правовое регулирование деятельности спортивных федераций и иных физкультурно-спортивных организаций.	8	2	3	3		
6	Особенности регулирования трудовых отношений спортсменов и тренеров	8	2	3	3		

7	Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий	8	2	2	4		
8	Защита прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг в условиях рыночных отношений	8	2	2	4		
9	Договорные отношения в сфере физической культуры и спорта	8	2	2	4		
Итого часов:			18	24	30		Диф. зачет

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

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

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Вопросы к диф. зачету

1. Иерархия нормативно-правовых актов.
2. Общая характеристика спортивного права как отрасли.
3. Полномочия Министерства спорта Российской Федерации.
4. Компетенция региональных органов государственной власти в области физической культуры и спорта.
5. Компетенция органов местного самоуправления в сфере физической культуры и спорта.
6. Легальная дефиниция термина «допинг». Виды нарушений антидопинговых правил.
7. Ответственность за нарушение антидопинговых правил.
8. Основные нормативные правовые акты в сфере антидопинговой политики государства.
9. Порядок проведения допинг-контроля. Права и обязанности спортсмена.
10. Порядок предоставления информации о местонахождении спортсмена в системе АДАМС.
11. Процедура создания и аккредитации спортивных федераций.
12. Правовой статус общероссийских спортивных федераций.
13. Правовой статус региональных спортивных федераций.

14. Основные направления деятельности Олимпийского комитета России, Паралимпийского комитета России, Сурдлимпийского комитета России, Специальной олимпиады России.
15. Правовое регулирование деятельности спортивных клубов, школьных и студенческих спортивных клубов в соответствии с ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
16. Обязательные и дополнительные условия, включаемые в трудовой договор со спортсменом и тренером.
17. Порядок временного перевода спортсмена к другому работодателю.
18. Обязанность работодателя отстранить спортсмена от участия в соревнованиях.
19. Гарантии и компенсации спортсмена в связи с временной нетрудоспособностью.
20. Дополнительный отпуск спортсмена и работа спортсмена и тренера по совместительству.
21. Особенности расторжения трудового договора со спортсменом и тренером
22. Материальная ответственность спортсменов и тренеров перед работодателем.
23. Права и обязанности организаторов физкультурно-спортивных мероприятий.
24. Права и обязанности контролёров-распорядителей. Требования, предъявляемые к контролёрам-распорядителям.
25. Правила поведения зрителей при проведении официальных спортивных соревнований.
26. Порядок возврата и обмена физкультурно-спортивных товаров потребителями.
27. Государственная и общественная защита прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг.
28. Нормативно-правовые основы присвоения спортивных разрядов и званий.
29. Почётные спортивные звания и квалификационные категории спортивных судей.
30. Порядок формирования спортивных сборных команд, обязанности по их обеспечению.
31. Цели, основные задачи и меры «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года».
32. Понятие договора. Общая характеристика договорных отношений в сфере физической культуры и спорта.
33. Предотвращение допинга в спорте и борьба с ним.
34. Права и обязанности спортсменов в соответствии с Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
35. Физическая культура и спорт в системе образования, в системе федеральных органов исполнительной власти, по месту работы и месту жительства граждан. Адаптивная физическая культура.
36. Комплекс ГТО. Физкультурно-спортивные клубы и их объединения, основная деятельность которых направлена на реализацию комплекса ГТО.

37. Финансовое, медицинское и иное обеспечение физической культуры и спорта.
38. Этапы спортивной подготовки, федеральные стандарты спортивной подготовки.
39. Основные понятия, используемые в Федеральном законе «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
40. Основные принципы законодательства о физической культуре и спорте.

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

а) Основная литература:

1. Алексеев, С.В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлениям 034300, 034400 : рек. УМО высш. учеб. заведений РФ по образованию в обл. физ. культуры / С.В. Алексеев. - М.: Сов. спорт, 2013. - 517 с.
2. Алексеев, С.В. Спортивное право. Трудовые отношения в спорте : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлениям 032101, 030500 : рек. УМЦ "Проф. учеб." : рек. НИИ образования и науки : рек. НМС по физ. культуре М-ва образования и науки РФ / С.В. Алексеев ; под. ред. П.В. Крашенинникова ; М-во образования и науки РФ, Моск. гос. юрид. акад. им. О.Е. Кутафина. - 2-е изд., перераб и доп. - М.: Юнити: Закон и право, 2015. - 642 с.: табл.

б) Дополнительная литература:

1. Алексеев, С.В. Олимпийское право как новейшее направление научного правоведения и учебная дисциплина / Алексеев С.В. // Спорт: экономика, право, управление. - 2010. - № 2. - С. 3-7.
2. Алексеев, С.В. Футбольное право : новейшее направление юриспруденции, науч. правоведения и учеб. дисциплина / Алексеев Сергей Викторович // Спорт: экономика, право, управление. - 2015. - № 1. - С. 5-13.
3. Алексеев, С.В. Международное спортивное право : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлениям 030500 И 032101 : рек. УМЦ "Проф. учеб." / С.В. Алексеев ; под ред. П.В. Крашенинникова. - М.: Юнити: Закон и право, 2008. - 894 с.
4. Алексеев, С.В. Спортивное право и спортивное законодательство России на современном этапе : Проблемы и перспективы / Алексеев Сергей Викторович // Спорт: экономика, право, управление. - 2012. - № 2. - С. 4-8.
5. Алексеев, С.В. Спортивное право России : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлениям 030500, 032101 : рек. УМЦ "Проф. учеб." : рек. НИИ образования и науки / С.В. Алексеев ; под. ред. П.В. Крашенинникова ; М-во образования и науки РФ Моск. гос. юрид. акад. им. О.Е. Кутафина. - 3-е изд., перераб и доп. - М.: Юнити: Закон и право, 2012. - 1053 с.: ил.

- 6.Алексеев, С.В. Сущность и значение права и законодательства в сфере физической культуры и спорта = The Nature and Significance of Law and Legislation in the Sphere of Physical Culture and Sports / Алексеев С.В., Гостев Р.Г. // Культура физическая и здоровье. - 2016. - № 4 (59). - С. 77-84.
- 7.Байрамов, В.М. Особенности подготовки к проведению 22 Олимпийских зимних игр и 11 Паралимпийских зимних игр 2014 года в городе Сочи как объекта обеспечения экономической безопасности / В.М. Байрамов // Вестник спортив. науки. - 2011. - № 3. - С. 37-42.
- 8.Байрамов, В.М. Порядок расследования и учета несчастных случаев, происшедших с лицами, проходящими спортивную подготовку, но не состоящими в трудовых отношениях с физкультурно-спортивной организацией / В.М. Байрамов, С.В. Байрамов // Вестник спортив. науки. - 2015. - № 3. - С. 8-12.

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

- 1.Официальный сайт Министерства спорта РФ // URL: www.minsport.gov.ru
- 2.Издание Правительства Российской Федерации, официальный публикатор документов // URL: www.rg.ru

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

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
- Информационно-правовое обеспечение – Гарант.
–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:
- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Правовые основы профессиональной деятельности для обучающихся Института спорта и физического воспитания 4 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура» направленности (профиля) «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения (3 поток)

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Экономики и права.

Сроки изучения дисциплины: 8 семестр для очной формы обучения

Форма промежуточной аттестации: *диф. зачет.*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по теме «Место правовых норм, регулирующих общественные отношения в сфере физической культуры и спорта в российской правовой системе»</i>	2 неделя	10
2	<i>Контрольная работа по теме «Государственное регулирование сферы физической культуры и спорта»</i>	3 неделя	10
3	<i>Контрольная работа по теме «Правовые аспекты антидопинговой деятельности. Процедура допинг-контроля»</i>	4 неделя	5
4	<i>Контрольная работа по теме «Предоставление информации о местонахождении спортсмена. Система ADAMS.»</i>	5 неделя	5
5	<i>Контрольная работа по теме «Правовое регулирование деятельности спортивных федераций и иных физкультурно-спортивных организаций»</i>	6 неделя	10
6	<i>Контрольная работа по теме «Особенности регулирования трудовых отношений спортсменов и тренеров»</i>	7 неделя	10
7	<i>Контрольная работа по теме «Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий»</i>	8 неделя	10
8	<i>Контрольная работа по теме «Защита прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг»</i>	9 неделя	10

	<i>в условиях рыночных отношений»</i>		
9	<i>Контрольная работа по теме «Договорные отношения в сфере физической культуры и спорта»</i>	<i>10 неделя</i>	<i>10</i>
10	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>5</i>
	Диф. зачёт		15
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Написание и защита реферата по теме «Место правовых норм, регулирующих общественные отношения в сфере физической культуры и спорта в российской правовой системе»</i>	<i>15</i>
2	<i>Написание и защита реферата по теме «Государственное регулирование сферы физической культуры и спорта»</i>	<i>15</i>
3	<i>Написание и защита реферата по теме «Правовые аспекты антидопинговой деятельности. Процедура допинг-контроля»</i>	<i>15</i>
4	<i>Написание и защита реферата по теме «Предоставление информации о местонахождении спортсмена. Система ADAMS»</i>	<i>15</i>
5	<i>Написание и защита реферата по теме «Правовое регулирование деятельности спортивных федераций и иных физкультурно-спортивных организаций»</i>	<i>15</i>
6	<i>Написание и защита реферата по теме «Особенности регулирования трудовых отношений спортсменов и тренеров»</i>	<i>15</i>
7	<i>Написание и защита реферата по теме «Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий»</i>	<i>15</i>
8	<i>Написание и защита реферата по теме «Защита прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг в условиях рыночных отношений»</i>	<i>15</i>
9	<i>Написание и защита реферата по теме «Договорные отношения в сфере физической культуры и спорта»</i>	<i>15</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

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	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 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 Гуманитарный
Кафедра Экономики и права

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.Б.16 Правовые основы профессиональной деятельности
(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 (3
поток)
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2016

Москва – 2017 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы (72 часа).

2.Семестр(ы) освоения дисциплины: 8 для очной формы обучения.

3. Цель освоения дисциплины: Целями освоения дисциплины «Правовые основы профессиональной деятельности» являются приобретение и овладение знаниями в области правового регулирования физической культуры и спорта, умением использовать нормативные правовые документы в своей профессиональной деятельности студентами по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура». Дисциплина реализуется на русском языке.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

ОК-3: способностью использовать основы экономических знаний в различных сферах жизнедеятельности;

ОК-4: способностью использовать основы правовых знаний в различных сферах жизнедеятельности;

ОПК-9: способность осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций, проводить учет и отчетность, руководить работой малых коллективов;

4.Краткое содержание дисциплины:

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	Место правовых норм, регулирующих общественные отношения в сфере физической культуры и спорта в российской правовой системе.	8	2	3	3		
2	Государственное регулирование сферы физической культуры и спорта.	8	2	3	3		
3	Правовые аспекты антидопинговой деятельности. Процедура допинг-контроля.	8	2	3	3		
4	Предоставление информации о местонахождении спортсмена. Система ADAMS.	8	2	3	3		
5	Правовое регулирование деятельности спортивных федераций и иных физкультурно-спортивных организаций.	8	2	3	3		
6	Особенности регулирования трудовых отношений спортсменов и тренеров	8	2	3	3		
7	Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий	8	2	2	4		
8	Защита прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг в условиях рыночных отношений	8	2	2	4		
9	Договорные отношения в сфере физической культуры и спорта	8	2	2	4		
Итого часов:			18	24	30		Диф. зачет

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



Институт Гуманитарный
Кафедра Экономики и права

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.Б.16 Правовые основы профессиональной деятельности»

Направление подготовки: **49.03.01 «Физическая культура»**

Профиль: Спортивная подготовка в избранном виде спорта

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2016

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Гуманитарного института
Протокол № 57 от «27» апреля 2016г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
экономики и права
Протокол № 30 от «25» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составители:

Байрамов В.М. – доктор юридических наук, профессор кафедры Экономики и права;

Байрамов С.В. – кандидат юридических наук, доцент кафедры Экономики и права;

Хлуднев Е.И. – старший преподаватель кафедры Экономики и права;

Рецензент:

Фролко Марина Сергеевна, к.э.н., доцент кафедры менеджмента и экономики спорта им. В.В. Кузина

1.Цель освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Правовые основы профессиональной деятельности» являются приобретение и овладение знаниями в области правового регулирования физической культуры и спорта, умением использовать нормативные правовые документы в своей профессиональной деятельности студентами по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура». Дисциплина реализуется на русском языке.

2.Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Правовые основы профессиональной деятельности» относится к базовой части основной образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура».

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра, курса)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-3	Знать: - базовые экономические понятия, объективные основы функционирования экономики и поведения экономических агентов ; знать основные виды финансовых институтов и финансовых инструментов, основы функционирования финансовых рынков - условия функционирования национальной экономики, понятия и факторы экономического роста - знать основы российской налоговой системы			10
	Уметь: - анализировать финансовую и экономическую			10

	<p>информацию, необходимую для принятия обоснованных решений в профессиональной сфере,</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать процентные, кредитные, курсовые, рыночные, операционные, общеэкономические, политические риски неблагоприятных экономических и политических событий для профессиональных проектов; - решать типичные задачи, связанные с профессиональным и личным финансовым планированием - искать и собирать финансовую и экономическую информацию. 			
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами финансового планирования профессиональной деятельности, использования экономических знаний в профессиональной практике 			10
ОК-4	<p>Знать: систему отечественного законодательства; основные положения международных документов и договоров, Конституции РФ, других основных нормативно-правовых документов; механизмы применения основных нормативно-правовых актов; тенденции законотворчества и судебной практики.</p>			10
	<p>Уметь: оперативно находить нужную информацию в международных документах, нормативно-правовых актах, рекомендательных документах, грамотно её использовать; с позиций правовых норм анализировать конкретные ситуации, возникающие в повседневной практике; анализировать и оценивать законодательные инициативы; принимать адекватные решения при возникновении критических, спорных ситуаций</p>			10
	<p>Владеть: навыками применения правовых знаний в текущей профессиональной деятельности</p>			10
ОПК-9	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - цели, задачи, основные виды деятельности физкультурно-спортивных организаций; - документы планирования, учетно-отчетной деятельности физкультурно-спортивных организаций; - методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций; - организационно-управленческие подходы в руководстве работой малых коллективов. 			10
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями нормативных актов, Законодательства (трудового и гражданского кодексов); - проводить контроль деятельности физкультурно-спортивных организаций; - руководить работой малых коллективов. 			10
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умениями осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями стандартов; - умениями проводить учет и отчетность о деятельности физкультурно-спортивных организаций; 			10

- умениями руководить работой малых коллективов, оценивать результаты их деятельности на основе объективных показателей.			
--	--	--	--

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц, 72 академических часа.

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Курс	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	Место правовых норм, регулирующих общественные отношения в сфере физической культуры и спорта в российской правовой системе.	5	1	2	6		
2	Государственное регулирование сферы физической культуры и спорта.	5	1	1	6		
3	Правовые аспекты антидопинговой деятельности. Процедура допинг-контроля.	5	1	1	6		
4	Предоставление информации о местонахождении спортсмена. Система ADAMS.	5	1	1	6		
5	Правовое регулирование деятельности спортивных федераций и иных физкультурно-спортивных организаций.	5		1	6		
6	Особенности регулирования трудовых отношений спортсменов и тренеров	5		1	7		

7	Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий	5		1	7		
8	Защита прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг в условиях рыночных отношений	5		1	7		
9	Договорные отношения в сфере физической культуры и спорта	5		1	7		
Итого часов:			4	10	58		Диф. зачет

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

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

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Вопросы к диф. зачету

1. Иерархия нормативно-правовых актов.
2. Общая характеристика спортивного права как отрасли.
3. Полномочия Министерства спорта Российской Федерации.
4. Компетенция региональных органов государственной власти в области физической культуры и спорта.
5. Компетенция органов местного самоуправления в сфере физической культуры и спорта.
6. Легальная дефиниция термина «допинг». Виды нарушений антидопинговых правил.
7. Ответственность за нарушение антидопинговых правил.
8. Основные нормативные правовые акты в сфере антидопинговой политики государства.
9. Порядок проведения допинг-контроля. Права и обязанности спортсмена.
10. Порядок предоставления информации о местонахождении спортсмена в системе АДАМС.
11. Процедура создания и аккредитации спортивных федераций.
12. Правовой статус общероссийских спортивных федераций.
13. Правовой статус региональных спортивных федераций.

14. Основные направления деятельности Олимпийского комитета России, Паралимпийского комитета России, Сурдлимпийского комитета России, Специальной олимпиады России.
15. Правовое регулирование деятельности спортивных клубов, школьных и студенческих спортивных клубов в соответствии с ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
16. Обязательные и дополнительные условия, включаемые в трудовой договор со спортсменом и тренером.
17. Порядок временного перевода спортсмена к другому работодателю.
18. Обязанность работодателя отстранить спортсмена от участия в соревнованиях.
19. Гарантии и компенсации спортсмена в связи с временной нетрудоспособностью.
20. Дополнительный отпуск спортсмена и работа спортсмена и тренера по совместительству.
21. Особенности расторжения трудового договора со спортсменом и тренером
22. Материальная ответственность спортсменов и тренеров перед работодателем.
23. Права и обязанности организаторов физкультурно-спортивных мероприятий.
24. Права и обязанности контролёров-распорядителей. Требования, предъявляемые к контролёрам-распорядителям.
25. Правила поведения зрителей при проведении официальных спортивных соревнований.
26. Порядок возврата и обмена физкультурно-спортивных товаров потребителями.
27. Государственная и общественная защита прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг.
28. Нормативно-правовые основы присвоения спортивных разрядов и званий.
29. Почётные спортивные звания и квалификационные категории спортивных судей.
30. Порядок формирования спортивных сборных команд, обязанности по их обеспечению.
31. Цели, основные задачи и меры «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года».
32. Понятие договора. Общая характеристика договорных отношений в сфере физической культуры и спорта.
33. Предотвращение допинга в спорте и борьба с ним.
34. Права и обязанности спортсменов в соответствии с Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
35. Физическая культура и спорт в системе образования, в системе федеральных органов исполнительной власти, по месту работы и месту жительства граждан. Адаптивная физическая культура.
36. Комплекс ГТО. Физкультурно-спортивные клубы и их объединения, основная деятельность которых направлена на реализацию комплекса ГТО.

37. Финансовое, медицинское и иное обеспечение физической культуры и спорта.
38. Этапы спортивной подготовки, федеральные стандарты спортивной подготовки.
39. Основные понятия, используемые в Федеральном законе «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
40. Основные принципы законодательства о физической культуре и спорте.

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

а) Основная литература:

1. Алексеев, С.В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлениям 034300, 034400 : рек. УМО высш. учеб. заведений РФ по образованию в обл. физ. культуры / С.В. Алексеев. - М.: Сов. спорт, 2013. - 517 с.
2. Алексеев, С.В. Спортивное право. Трудовые отношения в спорте : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлениям 032101, 030500 : рек. УМЦ "Проф. учеб." : рек. НИИ образования и науки : рек. НМС по физ. культуре М-ва образования и науки РФ / С.В. Алексеев ; под. ред. П.В. Крашенинникова ; М-во образования и науки РФ, Моск. гос. юрид. акад. им. О.Е. Кутафина. - 2-е изд., перераб и доп. - М.: Юнити: Закон и право, 2015. - 642 с.: табл.

б) Дополнительная литература:

1. Алексеев, С.В. Олимпийское право как новейшее направление научного правоведения и учебная дисциплина / Алексеев С.В. // Спорт: экономика, право, управление. - 2010. - № 2. - С. 3-7.
2. Алексеев, С.В. Футбольное право : новейшее направление юриспруденции, науч. правоведения и учеб. дисциплина / Алексеев Сергей Викторович // Спорт: экономика, право, управление. - 2015. - № 1. - С. 5-13.
3. Алексеев, С.В. Международное спортивное право : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлениям 030500 И 032101 : рек. УМЦ "Проф. учеб." / С.В. Алексеев ; под ред. П.В. Крашенинникова. - М.: Юнити: Закон и право, 2008. - 894 с.
4. Алексеев, С.В. Спортивное право и спортивное законодательство России на современном этапе : Проблемы и перспективы / Алексеев Сергей Викторович // Спорт: экономика, право, управление. - 2012. - № 2. - С. 4-8.
5. Алексеев, С.В. Спортивное право России : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлениям 030500, 032101 : рек. УМЦ "Проф. учеб." : рек. НИИ образования и науки / С.В. Алексеев ; под. ред. П.В. Крашенинникова ; М-во образования и науки РФ Моск. гос. юрид. акад. им. О.Е. Кутафина. - 3-е изд., перераб и доп. - М.: Юнити: Закон и право, 2012. - 1053 с.: ил.

- 6.Алексеев, С.В. Сущность и значение права и законодательства в сфере физической культуры и спорта = The Nature and Significance of Law and Legislation in the Sphere of Physical Culture and Sports / Алексеев С.В., Гостев Р.Г. // Культура физическая и здоровье. - 2016. - № 4 (59). - С. 77-84.
- 7.Байрамов, В.М. Особенности подготовки к проведению 22 Олимпийских зимних игр и 11 Паралимпийских зимних игр 2014 года в городе Сочи как объекта обеспечения экономической безопасности / В.М. Байрамов // Вестник спортив. науки. - 2011. - № 3. - С. 37-42.
- 8.Байрамов, В.М. Порядок расследования и учета несчастных случаев, происшедших с лицами, проходящими спортивную подготовку, но не состоящими в трудовых отношениях с физкультурно-спортивной организацией / В.М. Байрамов, С.В. Байрамов // Вестник спортив. науки. - 2015. - № 3. - С. 8-12.
- в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

- 1.Официальный сайт Министерства спорта РФ // URL: www.minsport.gov.ru
- 2.Издание Правительства Российской Федерации, официальный публикатор документов // URL: www.rg.ru

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

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
- Информационно-правовое обеспечение – Гарант.
–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:
- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Правовые основы профессиональной деятельности для обучающихся Института спорта и физического воспитания 5 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура» направленности (профиля) «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Экономики и права.

Сроки изучения дисциплины: 5 курс для заочной формы обучения

Форма промежуточной аттестации: *диф. зачет.*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по теме «Место правовых норм, регулирующих общественные отношения в сфере физической культуры и спорта в российской правовой системе»</i>		10
2	<i>Контрольная работа по теме «Государственное регулирование сферы физической культуры и спорта»</i>		10
3	<i>Контрольная работа по теме «Правовые аспекты антидопинговой деятельности. Процедура допинг-контроля»</i>		5
4	<i>Контрольная работа по теме «Предоставление информации о местонахождении спортсмена. Система ADAMS.»</i>		5
5	<i>Контрольная работа по теме «Правовое регулирование деятельности спортивных федераций и иных физкультурно-спортивных организаций»</i>		10
6	<i>Контрольная работа по теме «Особенности регулирования трудовых отношений спортсменов и тренеров»</i>		10
7	<i>Контрольная работа по теме «Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий»</i>		10
8	<i>Контрольная работа по теме «Защита прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг»</i>		10

	<i>в условиях рыночных отношений»</i>		
9	<i>Контрольная работа по теме «Договорные отношения в сфере физической культуры и спорта»</i>		10
10	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	5
	Диф. зачёт		15
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Написание и защита реферата по теме «Место правовых норм, регулирующих общественные отношения в сфере физической культуры и спорта в российской правовой системе»</i>	15
2	<i>Написание и защита реферата по теме «Государственное регулирование сферы физической культуры и спорта»</i>	15
3	<i>Написание и защита реферата по теме «Правовые аспекты антидопинговой деятельности. Процедура допинг-контроля»</i>	15
4	<i>Написание и защита реферата по теме «Предоставление информации о местонахождении спортсмена. Система ADAMS»</i>	15
5	<i>Написание и защита реферата по теме «Правовое регулирование деятельности спортивных федераций и иных физкультурно-спортивных организаций»</i>	15
6	<i>Написание и защита реферата по теме «Особенности регулирования трудовых отношений спортсменов и тренеров»</i>	15
7	<i>Написание и защита реферата по теме «Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий»</i>	15
8	<i>Написание и защита реферата по теме «Защита прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг в условиях рыночных отношений»</i>	15
9	<i>Написание и защита реферата по теме «Договорные отношения в сфере физической культуры и спорта»</i>	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из

списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	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 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 Гуманитарный
Кафедра Экономики и права

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.Б.16 Правовые основы профессиональной деятельности
(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

Москва – 2017 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы (72 часа).

2.Семестр(ы) освоения дисциплины: 5 курс для заочной формы обучения.

3. Цель освоения дисциплины: Целями освоения дисциплины «Правовые основы профессиональной деятельности» являются приобретение и овладение знаниями в области правового регулирования физической культуры и спорта, умением использовать нормативные правовые документы в своей профессиональной деятельности студентами по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура». Дисциплина реализуется на русском языке.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

ОК-3: способностью использовать основы экономических знаний в различных сферах жизнедеятельности;

ОК-4: способностью использовать основы правовых знаний в различных сферах жизнедеятельности;

ОПК-9: способность осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций, проводить учет и отчетность, руководить работой малых коллективов;

4.Краткое содержание дисциплины:

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Курс	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	Место правовых норм, регулирующих общественные отношения в сфере физической культуры и спорта в российской правовой системе.	5	1	2	6		
2	Государственное регулирование сферы физической культуры и спорта.	5	1	1	6		
3	Правовые аспекты антидопинговой деятельности. Процедура допинг-контроля.	5	1	1	6		
4	Предоставление информации о местонахождении спортсмена. Система ADAMS.	5	1	1	6		
5	Правовое регулирование деятельности спортивных федераций и иных физкультурно-спортивных организаций.	5		1	6		
6	Особенности регулирования трудовых отношений спортсменов и тренеров	5		1	7		
7	Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий	5		1	7		
8	Защита прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг в условиях рыночных отношений	5		1	7		
9	Договорные отношения в сфере физической культуры и спорта	5		1	7		
Итого часов:			4	10	58		Диф. зачет

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



Институт Гуманитарный
Кафедра Экономики и права

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.Б.16 Правовые основы профессиональной деятельности»

Направление подготовки: **49.03.01 «Физическая культура»**

Профиль: Спортивная подготовка в избранном виде спорта

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная (ускоренное обучение)*

Год набора 2016

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Гуманитарного института
Протокол № 57 от «27» апреля 2016г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
экономики и права
Протокол № 30 от «25» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Составители:

Байрамов В.М. – доктор юридических наук, профессор кафедры Экономики и права;

Байрамов С.В. – кандидат юридических наук, доцент кафедры Экономики и права;

Хлуднев Е.И. – старший преподаватель кафедры Экономики и права;

Рецензент:

Фролко Марина Сергеевна, к.э.н., доцент кафедры менеджмента и экономики спорта им. В.В. Кузина

1.Цель освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Правовые основы профессиональной деятельности» являются приобретение и овладение знаниями в области правового регулирования физической культуры и спорта, умением использовать нормативные правовые документы в своей профессиональной деятельности студентами по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура». Дисциплина реализуется на русском языке.

2.Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Правовые основы профессиональной деятельности» относится к базовой части основной образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура».

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра, курса)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-3	Знать: - базовые экономические понятия, объективные основы функционирования экономики и поведения экономических агентов ; знать основные виды финансовых институтов и финансовых инструментов, основы функционирования финансовых рынков - условия функционирования национальной экономики, понятия и факторы экономического роста - знать основы российской налоговой системы			4
	Уметь: - анализировать финансовую и экономическую			4

	<p>информацию, необходимую для принятия обоснованных решений в профессиональной сфере,</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать процентные, кредитные, курсовые, рыночные, операционные, общеэкономические, политические риски неблагоприятных экономических и политических событий для профессиональных проектов; - решать типичные задачи, связанные с профессиональным и личным финансовым планированием - искать и собирать финансовую и экономическую информацию. 			
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами финансового планирования профессиональной деятельности, использования экономических знаний в профессиональной практике 			4
ОК-4	<p>Знать: систему отечественного законодательства; основные положения международных документов и договоров, Конституции РФ, других основных нормативно-правовых документов; механизмы применения основных нормативно-правовых актов; тенденции законотворчества и судебной практики.</p>			4
	<p>Уметь: оперативно находить нужную информацию в международных документах, нормативно-правовых актах, рекомендательных документах, грамотно её использовать; с позиций правовых норм анализировать конкретные ситуации, возникающие в повседневной практике; анализировать и оценивать законодательные инициативы; принимать адекватные решения при возникновении критических, спорных ситуаций</p>			4
	<p>Владеть: навыками применения правовых знаний в текущей профессиональной деятельности</p>			4
ОПК-9	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - цели, задачи, основные виды деятельности физкультурно-спортивных организаций; - документы планирования, учетно-отчетной деятельности физкультурно-спортивных организаций; - методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций; - организационно-управленческие подходы в руководстве работой малых коллективов. 			4
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями нормативных актов, Законодательства (трудового и гражданского кодексов); - проводить контроль деятельности физкультурно-спортивных организаций; - руководить работой малых коллективов. 			4
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умениями осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями стандартов; - умениями проводить учет и отчетность о деятельности физкультурно-спортивных организаций; 			4

	- умениями руководить работой малых коллективов, оценивать результаты их деятельности на основе объективных показателей.			
--	--	--	--	--

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц, 72 академических часа.

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Курс	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	Место правовых норм, регулирующих общественные отношения в сфере физической культуры и спорта в российской правовой системе.	4	1	1	6		
2	Государственное регулирование сферы физической культуры и спорта.	4	1	1	6		
3	Правовые аспекты антидопинговой деятельности. Процедура допинг-контроля.	4	1	1	6		
4	Предоставление информации о местонахождении спортсмена. Система ADAMS.	4	1	1	6		
5	Правовое регулирование деятельности спортивных федераций и иных физкультурно-спортивных организаций.	4		1	6		
6	Особенности регулирования трудовых отношений спортсменов и тренеров	4		1	7		

7	Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий	4			7		
8	Защита прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг в условиях рыночных отношений	4			7		
9	Договорные отношения в сфере физической культуры и спорта	4			8		
Итого часов:			4	6	62		Диф. зачет

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

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

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Вопросы к диф. зачету

1. Иерархия нормативно-правовых актов.
2. Общая характеристика спортивного права как отрасли.
3. Полномочия Министерства спорта Российской Федерации.
4. Компетенция региональных органов государственной власти в области физической культуры и спорта.
5. Компетенция органов местного самоуправления в сфере физической культуры и спорта.
6. Легальная дефиниция термина «допинг». Виды нарушений антидопинговых правил.
7. Ответственность за нарушение антидопинговых правил.
8. Основные нормативные правовые акты в сфере антидопинговой политики государства.
9. Порядок проведения допинг-контроля. Права и обязанности спортсмена.
10. Порядок предоставления информации о местонахождении спортсмена в системе АДАМС.
11. Процедура создания и аккредитации спортивных федераций.
12. Правовой статус общероссийских спортивных федераций.
13. Правовой статус региональных спортивных федераций.

14. Основные направления деятельности Олимпийского комитета России, Паралимпийского комитета России, Сурдлимпийского комитета России, Специальной олимпиады России.
15. Правовое регулирование деятельности спортивных клубов, школьных и студенческих спортивных клубов в соответствии с ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
16. Обязательные и дополнительные условия, включаемые в трудовой договор со спортсменом и тренером.
17. Порядок временного перевода спортсмена к другому работодателю.
18. Обязанность работодателя отстранить спортсмена от участия в соревнованиях.
19. Гарантии и компенсации спортсмена в связи с временной нетрудоспособностью.
20. Дополнительный отпуск спортсмена и работа спортсмена и тренера по совместительству.
21. Особенности расторжения трудового договора со спортсменом и тренером
22. Материальная ответственность спортсменов и тренеров перед работодателем.
23. Права и обязанности организаторов физкультурно-спортивных мероприятий.
24. Права и обязанности контролёров-распорядителей. Требования, предъявляемые к контролёрам-распорядителям.
25. Правила поведения зрителей при проведении официальных спортивных соревнований.
26. Порядок возврата и обмена физкультурно-спортивных товаров потребителями.
27. Государственная и общественная защита прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг.
28. Нормативно-правовые основы присвоения спортивных разрядов и званий.
29. Почётные спортивные звания и квалификационные категории спортивных судей.
30. Порядок формирования спортивных сборных команд, обязанности по их обеспечению.
31. Цели, основные задачи и меры «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года».
32. Понятие договора. Общая характеристика договорных отношений в сфере физической культуры и спорта.
33. Предотвращение допинга в спорте и борьба с ним.
34. Права и обязанности спортсменов в соответствии с Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
35. Физическая культура и спорт в системе образования, в системе федеральных органов исполнительной власти, по месту работы и месту жительства граждан. Адаптивная физическая культура.
36. Комплекс ГТО. Физкультурно-спортивные клубы и их объединения, основная деятельность которых направлена на реализацию комплекса ГТО.

37. Финансовое, медицинское и иное обеспечение физической культуры и спорта.
38. Этапы спортивной подготовки, федеральные стандарты спортивной подготовки.
39. Основные понятия, используемые в Федеральном законе «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
40. Основные принципы законодательства о физической культуре и спорте.

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

а) Основная литература:

1. Алексеев, С.В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлениям 034300, 034400 : рек. УМО высш. учеб. заведений РФ по образованию в обл. физ. культуры / С.В. Алексеев. - М.: Сов. спорт, 2013. - 517 с.
2. Алексеев, С.В. Спортивное право. Трудовые отношения в спорте : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлениям 032101, 030500 : рек. УМЦ "Проф. учеб." : рек. НИИ образования и науки : рек. НМС по физ. культуре М-ва образования и науки РФ / С.В. Алексеев ; под. ред. П.В. Крашенинникова ; М-во образования и науки РФ, Моск. гос. юрид. акад. им. О.Е. Кутафина. - 2-е изд., перераб и доп. - М.: Юнити: Закон и право, 2015. - 642 с.: табл.

б) Дополнительная литература:

1. Алексеев, С.В. Олимпийское право как новейшее направление научного правоведения и учебная дисциплина / Алексеев С.В. // Спорт: экономика, право, управление. - 2010. - № 2. - С. 3-7.
2. Алексеев, С.В. Футбольное право : новейшее направление юриспруденции, науч. правоведения и учеб. дисциплина / Алексеев Сергей Викторович // Спорт: экономика, право, управление. - 2015. - № 1. - С. 5-13.
3. Алексеев, С.В. Международное спортивное право : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлениям 030500 И 032101 : рек. УМЦ "Проф. учеб." / С.В. Алексеев ; под ред. П.В. Крашенинникова. - М.: Юнити: Закон и право, 2008. - 894 с.
4. Алексеев, С.В. Спортивное право и спортивное законодательство России на современном этапе : Проблемы и перспективы / Алексеев Сергей Викторович // Спорт: экономика, право, управление. - 2012. - № 2. - С. 4-8.
5. Алексеев, С.В. Спортивное право России : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлениям 030500, 032101 : рек. УМЦ "Проф. учеб." : рек. НИИ образования и науки / С.В. Алексеев ; под. ред. П.В. Крашенинникова ; М-во образования и науки РФ Моск. гос. юрид. акад. им. О.Е. Кутафина. - 3-е изд., перераб и доп. - М.: Юнити: Закон и право, 2012. - 1053 с.: ил.

- 6.Алексеев, С.В. Сущность и значение права и законодательства в сфере физической культуры и спорта = The Nature and Significance of Law and Legislation in the Sphere of Physical Culture and Sports / Алексеев С.В., Гостев Р.Г. // Культура физическая и здоровье. - 2016. - № 4 (59). - С. 77-84.
- 7.Байрамов, В.М. Особенности подготовки к проведению 22 Олимпийских зимних игр и 11 Паралимпийских зимних игр 2014 года в городе Сочи как объекта обеспечения экономической безопасности / В.М. Байрамов // Вестник спортив. науки. - 2011. - № 3. - С. 37-42.
- 8.Байрамов, В.М. Порядок расследования и учета несчастных случаев, происшедших с лицами, проходящими спортивную подготовку, но не состоящими в трудовых отношениях с физкультурно-спортивной организацией / В.М. Байрамов, С.В. Байрамов // Вестник спортив. науки. - 2015. - № 3. - С. 8-12.
- в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

- 1.Официальный сайт Министерства спорта РФ // URL: www.minsport.gov.ru
- 2.Издание Правительства Российской Федерации, официальный публикатор документов // URL: www.rg.ru

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

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
- Информационно-правовое обеспечение – Гарант.
–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:
- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Правовые основы профессиональной деятельности для обучающихся Института спорта и физического воспитания 5 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура» направленности (профиля) «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Экономики и права.

Сроки изучения дисциплины: 4 курс для заочной формы обучения

Форма промежуточной аттестации: *диф. зачет.*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по теме «Место правовых норм, регулирующих общественные отношения в сфере физической культуры и спорта в российской правовой системе»</i>		10
2	<i>Контрольная работа по теме «Государственное регулирование сферы физической культуры и спорта»</i>		10
3	<i>Контрольная работа по теме «Правовые аспекты антидопинговой деятельности. Процедура допинг-контроля»</i>		5
4	<i>Контрольная работа по теме «Предоставление информации о местонахождении спортсмена. Система ADAMS.»</i>		5
5	<i>Контрольная работа по теме «Правовое регулирование деятельности спортивных федераций и иных физкультурно-спортивных организаций»</i>		10
6	<i>Контрольная работа по теме «Особенности регулирования трудовых отношений спортсменов и тренеров»</i>		10
7	<i>Контрольная работа по теме «Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий»</i>		10
8	<i>Контрольная работа по теме «Защита прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг»</i>		10

	<i>в условиях рыночных отношений»</i>		
9	<i>Контрольная работа по теме «Договорные отношения в сфере физической культуры и спорта»</i>		10
10	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	5
	Диф. зачёт		15
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Написание и защита реферата по теме «Место правовых норм, регулирующих общественные отношения в сфере физической культуры и спорта в российской правовой системе»</i>	15
2	<i>Написание и защита реферата по теме «Государственное регулирование сферы физической культуры и спорта»</i>	15
3	<i>Написание и защита реферата по теме «Правовые аспекты антидопинговой деятельности. Процедура допинг-контроля»</i>	15
4	<i>Написание и защита реферата по теме «Предоставление информации о местонахождении спортсмена. Система ADAMS»</i>	15
5	<i>Написание и защита реферата по теме «Правовое регулирование деятельности спортивных федераций и иных физкультурно-спортивных организаций»</i>	15
6	<i>Написание и защита реферата по теме «Особенности регулирования трудовых отношений спортсменов и тренеров»</i>	15
7	<i>Написание и защита реферата по теме «Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий»</i>	15
8	<i>Написание и защита реферата по теме «Защита прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг в условиях рыночных отношений»</i>	15
9	<i>Написание и защита реферата по теме «Договорные отношения в сфере физической культуры и спорта»</i>	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из

списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	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 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 Гуманитарный
Кафедра Экономики и права

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.Б.16 Правовые основы профессиональной деятельности
(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)*

Год набора 2016

Москва – 2017 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы (72 часа).

2.Семестр(ы) освоения дисциплины: 4 курс для заочной формы обучения.

3. Цель освоения дисциплины: Целями освоения дисциплины «Правовые основы профессиональной деятельности» являются приобретение и овладение знаниями в области правового регулирования физической культуры и спорта, умением использовать нормативные правовые документы в своей профессиональной деятельности студентами по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура». Дисциплина реализуется на русском языке.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

ОК-3: способностью использовать основы экономических знаний в различных сферах жизнедеятельности;

ОК-4: способностью использовать основы правовых знаний в различных сферах жизнедеятельности;

ОПК-9: способность осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций, проводить учет и отчетность, руководить работой малых коллективов;

4.Краткое содержание дисциплины:

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Курс	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	Место правовых норм, регулирующих общественные отношения в сфере физической культуры и спорта в российской правовой системе.	4	1	1	6		
2	Государственное регулирование сферы физической культуры и спорта.	4	1	1	6		
3	Правовые аспекты антидопинговой деятельности. Процедура допинг-контроля.	4	1	1	6		
4	Предоставление информации о местонахождении спортсмена. Система ADAMS.	4	1	1	6		
5	Правовое регулирование деятельности спортивных федераций и иных физкультурно-спортивных организаций.	4		1	6		
6	Особенности регулирования трудовых отношений спортсменов и тренеров	4		1	7		
7	Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий	4			7		
8	Защита прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг в условиях рыночных отношений	4			7		
9	Договорные отношения в сфере физической культуры и спорта	4			8		
Итого часов:			4	6	62		Диф. зачет

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



Институт Гуманитарный
Кафедра Экономики и права

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.Б.17 Экономика»

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профиль: Спортивная подготовка в избранном виде спорта

Уровень образования: *бакалавр*

Форма обучения: *очная (1 поток)*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Гуманитарного института
Протокол № 57 от «27» апреля 2016г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
экономики и права
Протокол № 30 от «25» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Составитель:

Ратникова Ирина Павловна, к.э.н., доцент, доцент, кафедра экономики и права

Рецензент:

Фролко Марина Сергеевна, к.э.н., доцент кафедры менеджмента и экономики
спорта им. В.В. Кузина

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины « Экономика» - дать, студентам необходимые знания, умения и навыки, в том числе:

- знания места и роли экономической составляющей;
- умение проанализировать экономические аспекты, раскрыть социальные механизмы гарантированного осуществления финансового обеспечения;
- владение навыками самостоятельного рассмотрения источников бюджетного и внебюджетного финансирования.

2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Б1.Б.17 Дисциплина « Экономика» относится к обязательным дисциплинам базовой части ООП (ОПОП).

Экономика является одной из профилирующих дисциплин в системе подготовки студентов по направлению 49.03.01 «Физическая культура».

Экономика как учебная дисциплина в системе подготовки студентов связана с дисциплинами учебного плана:

- в теоретико-методологическом направлении — с "Экономической теорией";
- в направлении, обеспечивающем изучение количественных форм экономических явлений и процессов, — с "Математикой".

Указанные связи дисциплины "Экономика" дают студенту системное представление о комплексе изучаемых дисциплин в соответствии с Федеральным Государственным образовательным стандартом, что обеспечивает соответствующий теоретический уровень и практическую направленность в системе обучения и будущей деятельности.

В дальнейшем знания, умения и навыки студентов, сформированные в процессе изучения основ экономики, используются при выполнении учебно-исследовательских аналитических работ, курсовых работ и выпускной квалификационной работы.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)			
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения	
1	наименование психологические технологии, способствующие личностному и карьерному росту сотрудников организации и охране здоровья как отдельных работников, так и производственных коллективов в целом	3	5	6	7

ОК-3	<i>Знать:</i> - базовые экономические понятия, объективные основы функционирования экономики и поведения экономических агентов	6		
	<i>Уметь:</i> - анализировать финансовую и экономическую информацию, необходимую для принятия обоснованных решений в профессиональной сфере	6		
	<i>Владеть:</i> - методами финансового планирования профессиональной деятельности, использования экономических знаний в профессиональной практике	6		
ОПК-9	<i>Знать:</i> - цели, задачи, основные виды деятельности физкультурно-спортивных организаций; - документы планирования, учетно-отчетной деятельности физкультурно-спортивных организаций; - методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций; - организационно-управленческие подходы в руководстве работой малых коллективов.	6		
	<i>Уметь:</i> - осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями нормативных актов, Законодательства (трудового и гражданского кодексов); - проводить контроль деятельности физкультурно-спортивных организаций; - руководить работой малых коллективов.	6		
	<i>Владеть:</i> - умениями осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями стандартов; - умениями проводить учет и отчетность о деятельности физкультурно-спортивных организаций; - умениями руководить работой малых коллективов, оценивать результаты их деятельности на основе объективных показателей	6		
ПК-23	<i>Знать:</i> - основные методы финансового контроля; - сектор государственного и муниципального управления; - основные мероприятия по организации финансового контроля.	6		
	<i>Уметь:</i> - анализировать мероприятия по проведению финансового контроля; - выявлять, имеющиеся отклонения при проведении финансового контроля	6		
	<i>Владеть:</i> - навыками и средствами проведения финансового контроля в секторе государственного и муниципального управления.	6		
ПК-26	<i>Знать:</i>	6		

	<ul style="list-style-type: none"> - цели и задачи посреднических операций при планировании оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем; - виды операций планирования; - структуру посреднических операций; - виды активно-посреднических операций в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем. 			
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - логично в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем. аргументировать проводимые посреднические операции; - анализировать различные виды операций в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем; - объяснить какие виды денежных средств входят в активно-пассивные и посреднические операции. 	6		
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем; - способностью проводить различные виды операций - умениями объяснить различные посреднические операции при планировании оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем. 	6		

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

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	Современная экономика и экономическая наука.	6	1	1	1		
2	Общие проблемы экономического развития.	6	1	1	4		
3	Рынок и рыночная система, конкуренция.	6	1	2	4		
4	Отношения собственности	6	1	2	4		
5	Альтернативная стоимость	6	1	2	2		
6	Рынок ценных бумаг	6	1	2	4		
7	Финансовая система. Бюджет.	6	1	2	4		
8	Безработица. Инфляция.	6	1	2	2		
9	Налоговая система.	6	1	2	2		
10	Кредитно-банковская система	6	1	2	2		
11	Экономический рост и циклические колебания макроэкономики.	6	2	2	2		
						9	Экзамен
Итого часов:			12	20	31	9	

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

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

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Промежуточной аттестацией по дисциплине Экономика является экзамен.

Вопросы к экзамену:

1. Основные этапы развития экономической теории
2. Значение экономики как науки и её важнейшие школы
3. Состояние экономической теории на рубеже третьего тысячелетия
4. Предмет и метод экономической теории
5. Разделы (уровни) экономики. Теоретическая и прикладная экономика. Экономическая политика.
6. Методы экономической теории. Экономические категории и закон
7. Экономические системы. Блага. Потребности и экономический выбор
8. Классификация экономических систем
9. Общая характеристика экономических институтов
10. Рынок. Спрос и предложение
11. Спрос: индивидуальный и рыночный. Факторы спроса и закон изменения. Эластичность спроса
12. Предложение: факторы и закон его изменения. Эластичность предложения

13. Равновесие спроса и предложения. Равновесная цена. Роль цены в экономике
14. Поведение потребителя в рыночной экономике
15. Равновесие потребителя. Эффект дохода и эффект замещения
16. Производство и фирма. Издержки, выручка и прибыль
17. Фирма. Издержки производства и их виды
18. Выручка и прибыль фирмы. Принцип максимизации прибыли.
19. Конкуренция и рыночная власть. Антимонопольное регулирование
20. Монополия и олигополия. Рыночная власть
21. Антимонопольное регулирование
22. Рынок труда. Заработная плата. Проблема занятости
23. Заработная плата в условиях совершенной и несовершенной конкуренции
24. Концепции занятости населения
25. Рынок капитала
26. Инвестиции. Внутренние и внешние источники инвестиционных ресурсов. Дисконтированная стоимость
27. Рынок земли. Рента
28. Роль государства в рыночной экономике
29. Национальная экономика в целом и её важнейшие показатели
30. Национальный доход. Располагаемый личный доход
31. Экономическая нестабильность национальной экономики: цикличность, безработица, инфляция
32. Инфляция: типы, причины, последствия
33. Макроэкономическое равновесие. Потребление. Сбережения. Инвестиции
34. Государственные расходы и налоги. Бюджетно – налоговая политика
35. Деньги и денежный рынок. Денежно – кредитная политика
36. Экономический рост и развитие
37. Международные экономические отношения. Внешняя торговля и валютный курс
38. Особенности переходной экономики России
39. Общие принципы бизнес-планирования
40. Экономический рост

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

а) Основная литература:

1. Количественные методы в экономических исследованиях : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальностям 080100 : рек. М-вом образования РФ, Умц "Проф. учеб" / под ред. проф. М.В. Грачевой, проф. Черемных Ю.Н., доц. Е.А. Тумановой. - 2-е изд, перераб. и доп. - М.: Юнити, 2014. - 687 с.: табл., рис.

2 Курс лекций по экономике : учеб. пособие для студентов ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" обучающихся по направлению 080100.62 : [рек. к изд. Эмс Гуманитар. ин-та ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ"] / под общ. ред. д.э.н. Останковой Н.В. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. экономики и бизнеса. - М.: [Изд-во "РГУФКСМиТ"], 2014. - 419 с.: ил.

3. Носова, С.С. Экономическая теория : элементар. курс : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению "Экономика" и эконом. специальностям : рек. УМО вузов РФ по образованию в обл. экономики и эконом. теории / С.С. Носова. - М.: Кнорус, 2014. - 510 с.: граф.

4 Мировая экономика и международный бизнес: практикум для студентов, обучающихся по специальности "Мировая экономика" : рек. УМО по образованию в обл. финансов, учета и мировой экономики / под общ. ред. проф. В.В. Полякова, проф. Р.К. Щенина. - 2-е изд., стер. - М.: Кнорус, 2013. - 398 с.

5. Журавлева, Г.П. Экономика : учеб. для студ. вузов, обучающихся по некон. спец. и междисциплинар. спец. "Товароведение и экспертиза товаров" : доп. М-вом образования РФ / Г.П. Журавлева. - М.: Экономистъ, 2005. - 574 с.: таб.

6. Носова, С.С. Экономическая теория : учеб. для студентов вузов, обучающихся по эконом. специальностям : рек. М-вом образования РФ / Носова Светлана Сереевна. - М.: Дашков и К, 2003. - 843 с.: ил.

б) Дополнительная литература:

1. Ахинов Г.А., Жильцов Е.Н. Экономика общественного сектора .М. Инфра-М 2008.

2. Россия в цифрах: Краткий статистический сборник / Госкомстат России. – М., 2006.

3. Россия и страны мира. – М.: ГКС РФ, 2006.

4. Буров М.П. Основы национальной экономики : учеб. для студентов, бакалавров и магистров вузов, обучающихся по эконом., соц. и упр.

дисциплинам. М.П. Буров, Е.Г. Чистяков. - [М.]: Экономика, [2013]. - 419 с.: табл.

5. Куликов, Л.М. Основы экономической теории [Электронный ресурс] : учеб. для студентов учреждений сред. проф. образования : рек. М-вом образования и науки / Л.М. Куликов. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Юрайт, 2015

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

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.

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. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

Реализация программы дисциплины требует наличия учебной аудитории.

Оборудование учебной аудитории:

1. Посадочные места по количеству обучающихся;
2. Рабочее место преподавателя;
3. Медиапроектор для проведения практических занятий (1 шт. на 1 группу.);
4. Медиапроектор для проведения лекций (1 шт. на 1 поток);
5. Компьютер для проведения лекций (1 шт. на 1 поток);
6. Раздаточный материал.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине « Экономика» Гуманитарного института для обучающихся 3 курса направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль: Спортивная подготовка в избранном виде спорта очная формы обучения (1 поток) .

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Экономики и права.

Сроки изучения дисциплины: 6 семестр

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости		Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Современная экономика и экономическая наука.»	4	10
2	Выполнение практического задания №1 по разделу «Альтернативная стоимость»	9	20
3	Контрольная работа по разделу «Рынок и рыночная система, конкуренция»	12	10
4	Презентация по теме «Безработица. Инфляция.»	17	10
5	Посещение занятий		20
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Современная экономика и экономическая наука»	10
2	Практическая работа №1. «Альтернативная стоимость»	30
3	Контрольная работа по разделу «Рынок и рыночная система, конкуренция»	10

III. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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

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

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



Институт Гуманитарный

Кафедра Экономики и права

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

«Б1.Б.17 Экономика»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:
49.03.01 Физическая культура
(код и наименование)

Профиль: Спортивная подготовка в избранном виде спорта
(наименование)

Уровень образования: *бакалавр*

Форма обучения: *очная (1 поток)*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы.

2.Семестр освоения дисциплины: 6

3. Цель освоения дисциплины: выработка навыков целостного представления об экономической теории, как теоретической базе и практическом фундаменте современной науки управления развитием общества, ее функциях, составе и содержании методов обоснования принимаемых решений, определить сущность экономической составляющей; дать понимание экономических и финансовых основ.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-3	<i>Знать:</i> - базовые экономические понятия, объективные основы функционирования экономики и поведения экономических агентов	6		
	<i>Уметь:</i> - анализировать финансовую и экономическую информацию, необходимую для принятия обоснованных решений в профессиональной сфере	6		
	<i>Владеть:</i> - методами финансового планирования профессиональной деятельности, использования экономических знаний в профессиональной практике	6		
ОПК-9	<i>Знать:</i> - цели, задачи, основные виды деятельности физкультурно-спортивных организаций; - документы планирования, учетно-отчетной деятельности физкультурно-спортивных организаций; - методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций; - организационно-управленческие подходы в руководстве работой малых коллективов.	6		
	<i>Уметь:</i> - осуществлять планирование и методическое обеспечение	6		

	<p>деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями нормативных актов, Законодательства (трудового и гражданского кодексов);</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить контроль деятельности физкультурно-спортивных организаций; - руководить работой малых коллективов. 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - умениями осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями стандартов; - умениями проводить учет и отчетность о деятельности физкультурно-спортивных организаций; - умениями руководить работой малых коллективов, оценивать результаты их деятельности на основе объективных показателей 	6		
ПК-23	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основные методы финансового контроля; - сектор государственного и муниципального управления; - основные мероприятия по организации финансового контроля. 	6		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать мероприятия по проведению финансового контроля; - выявлять, имеющиеся отклонения при проведении финансового контроля 	6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками и средствами проведения финансового контроля в секторе государственного и муниципального управления. 	6		
ПК-26	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - цели и задачи посреднических операций при планировании оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем; - виды операций планирования; - структуру посреднических операций; - виды активно-посреднических операций в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем. 	6		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - логично в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем. аргументировать проводимые посреднические операций; - анализировать различные виды операций в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем; - объяснить какие виды денежных средств входят в активно-пассивные и посреднические операции. 	6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем; 	6		

	<ul style="list-style-type: none"> - способностью проводить различные виды операций - умениями объяснить различные посреднические операции при планировании оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем. 			
--	--	--	--	--

5.Краткое содержание дисциплины:

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	Современная экономика и экономическая наука.	6	1	1	1		
2	Общие проблемы экономического развития.	6	1	1	4		
3	Рынок и рыночная система, конкуренция.	6	1	2	4		
4	Отношения собственности	6	1	2	4		
5	Альтернативная стоимость	6	1	2	2		
6	Рынок ценных бумаг	6	1	2	4		
7	Финансовая система. Бюджет.	6	1	2	4		
8	Безработица. Инфляция.	6	1	2	2		
9	Налоговая система.	6	1	2	2		
10	Кредитно-банковская система	6	2	2	2		
11	Экономический рост и циклические колебания макроэкономики.	6	2	2	2		
						9	Экзамен
Итого часов:			12	20	31	9	

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



Институт Гуманитарный
Кафедра Экономики и права

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.Б.17 Экономика»

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профиль: Спортивная подготовка в избранном виде спорта

Уровень образования: *бакалавр*

Форма обучения: *очная (2 поток)*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Гуманитарного института
Протокол № 57 от «27» апреля 2016г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
экономики и права
Протокол № 30 от «25» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Составитель:

Ратникова Ирина Павловна, к.э.н., доцент, доцент, кафедра экономики и права

Рецензент:

Фролко Марина Сергеевна, к.э.н., доцент кафедры менеджмента и экономики спорта им. В.В. Кузина

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины « Экономика» - дать, студентам необходимые знания, умения и навыки, в том числе:

- знания места и роли экономической составляющей;
- умение проанализировать экономические аспекты, раскрыть социальные механизмы гарантированного осуществления финансового обеспечения;
- владение навыками самостоятельного рассмотрения источников бюджетного и внебюджетного финансирования.

2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Б1.Б.21 Дисциплина « Экономика» относится к обязательным дисциплинам базовой части ООП (ОПОП).

Экономика является одной из профилирующих дисциплин в системе подготовки студентов по направлению 49.03.01 «Физическая культура».

Экономика как учебная дисциплина в системе подготовки студентов связана с дисциплинами учебного плана:

- в теоретико-методологическом направлении — с "Экономической теорией";
- в направлении, обеспечивающем изучение количественных форм экономических явлений и процессов, — с "Математикой".

Указанные связи дисциплины "Экономика" дают студенту системное представление о комплексе изучаемых дисциплин в соответствии с Федеральным Государственным образовательным стандартом, что обеспечивает соответствующий теоретический уровень и практическую направленность в системе обучения и будущей деятельности.

В дальнейшем знания, умения и навыки студентов, сформированные в процессе изучения основ экономики, используются при выполнении учебно-исследовательских аналитических работ, курсовых работ и выпускной квалификационной работы.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)			
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения	
1	наименование психологические технологии, способствующие личностному и карьерному росту сотрудников организации и охране здоровья как отдельных работников, так и производственных коллективов в целом	3	5	6	7

ОК-3	<i>Знать:</i> - базовые экономические понятия, объективные основы функционирования экономики и поведения экономических агентов	6		
	<i>Уметь:</i> - анализировать финансовую и экономическую информацию, необходимую для принятия обоснованных решений в профессиональной сфере	6		
	<i>Владеть:</i> - методами финансового планирования профессиональной деятельности, использования экономических знаний в профессиональной практике	6		
ОПК-9	<i>Знать:</i> - цели, задачи, основные виды деятельности физкультурно-спортивных организаций; - документы планирования, учетно-отчетной деятельности физкультурно-спортивных организаций; - методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций; - организационно-управленческие подходы в руководстве работой малых коллективов.	6		
	<i>Уметь:</i> - осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями нормативных актов, Законодательства (трудового и гражданского кодексов); - проводить контроль деятельности физкультурно-спортивных организаций; - руководить работой малых коллективов.	6		
	<i>Владеть:</i> - умениями осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями стандартов; - умениями проводить учет и отчетность о деятельности физкультурно-спортивных организаций; - умениями руководить работой малых коллективов, оценивать результаты их деятельности на основе объективных показателей	6		
ПК-23	<i>Знать:</i> - основные методы финансового контроля; - сектор государственного и муниципального управления; - основные мероприятия по организации финансового контроля.	6		
	<i>Уметь:</i> - анализировать мероприятия по проведению финансового контроля; - выявлять, имеющиеся отклонения при проведении финансового контроля	6		
	<i>Владеть:</i> - навыками и средствами проведения финансового контроля в секторе государственного и муниципального управления.	6		
ПК-26	<i>Знать:</i>	6		

	<ul style="list-style-type: none"> - цели и задачи посреднических операций при планировании оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем; - виды операций планирования; - структуру посреднических операций; - виды активно-посреднических операций в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем. 			
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - логично в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем. аргументировать проводимые посреднические операции; - анализировать различные виды операций в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем; - объяснить какие виды денежных средств входят в активно-пассивные и посреднические операции. 	6		
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем; - способностью проводить различные виды операций - умениями объяснить различные посреднические операции при планировании оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем. 	6		

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

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	Современная экономика и экономическая наука.	6	1	1	1		
2	Общие проблемы экономического развития.	6	1	1	4		
3	Рынок и рыночная система, конкуренция.	6	1	2	4		
4	Отношения собственности	6	1	2	4		
5	Альтернативная стоимость	6	1	2	2		
6	Рынок ценных бумаг	6	1	2	4		
7	Финансовая система. Бюджет.	6	1	2	4		
8	Безработица. Инфляция.	6	1	2	2		
9	Налоговая система.	6	1	2	2		
10	Кредитно-банковская система	6	1	2	2		
11	Экономический рост и циклические колебания макроэкономики.	6	2	2	2		
						9	Экзамен
Итого часов:			12	20	31	9	

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

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

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Промежуточной аттестацией по дисциплине Экономика является экзамен.

Вопросы к экзамену:

1. Основные этапы развития экономической теории
2. Значение экономики как науки и её важнейшие школы
3. Состояние экономической теории на рубеже третьего тысячелетия
4. Предмет и метод экономической теории
5. Разделы (уровни) экономики. Теоретическая и прикладная экономика. Экономическая политика.
6. Методы экономической теории. Экономические категории и закон
7. Экономические системы. Блага. Потребности и экономический выбор
8. Классификация экономических систем
9. Общая характеристика экономических институтов
10. Рынок. Спрос и предложение
11. Спрос: индивидуальный и рыночный. Факторы спроса и закон изменения. Эластичность спроса
12. Предложение: факторы и закон его изменения. Эластичность предложения

13. Равновесие спроса и предложения. Равновесная цена. Роль цены в экономике
14. Поведение потребителя в рыночной экономике
15. Равновесие потребителя. Эффект дохода и эффект замещения
16. Производство и фирма. Издержки, выручка и прибыль
17. Фирма. Издержки производства и их виды
18. Выручка и прибыль фирмы. Принцип максимизации прибыли.
19. Конкуренция и рыночная власть. Антимонопольное регулирование
20. Монополия и олигополия. Рыночная власть
21. Антимонопольное регулирование
22. Рынок труда. Заработная плата. Проблема занятости
23. Заработная плата в условиях совершенной и несовершенной конкуренции
24. Концепции занятости населения
25. Рынок капитала
26. Инвестиции. Внутренние и внешние источники инвестиционных ресурсов. Дисконтированная стоимость
27. Рынок земли. Рента
28. Роль государства в рыночной экономике
29. Национальная экономика в целом и её важнейшие показатели
30. Национальный доход. Располагаемый личный доход
31. Экономическая нестабильность национальной экономики: цикличность, безработица, инфляция
32. Инфляция: типы, причины, последствия
33. Макроэкономическое равновесие. Потребление. Сбережения. Инвестиции
34. Государственные расходы и налоги. Бюджетно – налоговая политика
35. Деньги и денежный рынок. Денежно – кредитная политика
36. Экономический рост и развитие
37. Международные экономические отношения. Внешняя торговля и валютный курс
38. Особенности переходной экономики России
39. Общие принципы бизнес-планирования
40. Экономический рост

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

а) Основная литература:

1. Количественные методы в экономических исследованиях : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальностям 080100 : рек. М-вом образования РФ, Умц "Проф. учеб" / под ред. проф. М.В. Грачевой, проф. Черемных Ю.Н., доц. Е.А. Тумановой. - 2-е изд, перераб. и доп. - М.: Юнити, 2014. - 687 с.: табл., рис.

2 Курс лекций по экономике : учеб. пособие для студентов ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" обучающихся по направлению 080100.62 : [рек. к изд. Эмс Гуманитар. ин-та ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ"] / под общ. ред. д.э.н. Останковой Н.В. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. экономики и бизнеса. - М.: [Изд-во "РГУФКСМиТ"], 2014. - 419 с.: ил.

3. Носова, С.С. Экономическая теория : элементар. курс : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению "Экономика" и эконом. специальностям : рек. УМО вузов РФ по образованию в обл. экономики и эконом. теории / С.С. Носова. - М.: Кнорус, 2014. - 510 с.: граф.

4 Мировая экономика и международный бизнес: практикум для студентов, обучающихся по специальности "Мировая экономика" : рек. УМО по образованию в обл. финансов, учета и мировой экономики / под общ. ред. проф. В.В. Полякова, проф. Р.К. Щенина. - 2-е изд., стер. - М.: Кнорус, 2013. - 398 с.

5. Журавлева, Г.П. Экономика : учеб. для студ. вузов, обучающихся по неэкон. спец. и междисциплинар. спец. "Товароведение и экспертиза товаров" : доп. М-вом образования РФ / Г.П. Журавлева. - М.: Экономистъ, 2005. - 574 с.: таб.

6. Носова, С.С. Экономическая теория : учеб. для студентов вузов, обучающихся по эконом. специальностям : рек. М-вом образования РФ / Носова Светлана Сергеевна. - М.: Дашков и К, 2003. - 843 с.: ил.

б) Дополнительная литература:

1. Ахинов Г.А., Жильцов Е.Н. Экономика общественного сектора .М. Инфра-М 2008.

2. Россия в цифрах: Краткий статистический сборник / Госкомстат России. – М., 2006.

3. Россия и страны мира. – М.: ГКС РФ, 2006.

4. Буров М.П. Основы национальной экономики : учеб. для студентов, бакалавров и магистров вузов, обучающихся по эконом., соц. и упр.

дисциплинам. М.П. Буров, Е.Г. Чистяков. - [М.]: Экономика, [2013]. - 419 с.: табл.

5. Куликов, Л.М. Основы экономической теории [Электронный ресурс] : учеб. для студентов учреждений сред. проф. образования : рек. М-вом образования и науки / Л.М. Куликов. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Юрайт, 2015

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

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.

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. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

Реализация программы дисциплины требует наличия учебной аудитории.

Оборудование учебной аудитории:

1. Посадочные места по количеству обучающихся;
2. Рабочее место преподавателя;
3. Медиапроектор для проведения практических занятий (1 шт. на 1 группу.);
4. Медиапроектор для проведения лекций (1 шт. на 1 поток);
5. Компьютер для проведения лекций (1 шт. на 1 поток);
6. Раздаточный материал.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине « Экономика» Гуманитарного института для обучающихся 3 курса направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль: Спортивная подготовка в избранном виде спорта очная формы обучения (2 поток) .

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Экономики и права.

Сроки изучения дисциплины: 6 семестр

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости		Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Современная экономика и экономическая наука.»	4	10
2	Выполнение практического задания №1 по разделу «Альтернативная стоимость»	9	20
3	Контрольная работа по разделу «Рынок и рыночная система, конкуренция»	12	10
4	Презентация по теме «Безработица. Инфляция.»	17	10
5	Посещение занятий		20
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Современная экономика и экономическая наука»	10
2	Практическая работа №1. «Альтернативная стоимость»	30
3	Контрольная работа по разделу «Рынок и рыночная система, конкуренция»	10

III. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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

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

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



Институт Гуманитарный
Кафедра Экономики и права

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.Б.17 Экономика»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:
49.03.01 Физическая культура
(код и наименование)

Профиль: Спортивная подготовка в избранном виде спорта
(наименование)

Уровень образования: *бакалавр*

Форма обучения: *очная (2 поток)*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы.

2.Семестр освоения дисциплины: 6

3. Цель освоения дисциплины: выработка навыков целостного представления об экономической теории, как теоретической базе и практическом фундаменте современной науки управления развитием общества, ее функциях, составе и содержании методов обоснования принимаемых решений, определить сущность экономической составляющей; дать понимание экономических и финансовых основ.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-3	<i>Знать:</i> - базовые экономические понятия, объективные основы функционирования экономики и поведения экономических агентов	6		
	<i>Уметь:</i> - анализировать финансовую и экономическую информацию, необходимую для принятия обоснованных решений в профессиональной сфере	6		
	<i>Владеть:</i> - методами финансового планирования профессиональной деятельности, использования экономических знаний в профессиональной практике	6		
ОПК-9	<i>Знать:</i> - цели, задачи, основные виды деятельности физкультурно-спортивных организаций; - документы планирования, учетно-отчетной деятельности физкультурно-спортивных организаций; - методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций; - организационно-управленческие подходы в руководстве работой малых коллективов.	6		
	<i>Уметь:</i> - осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями нормативных актов,	6		

	<p>Законодательства (трудового и гражданского кодексов);</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить контроль деятельности физкультурно-спортивных организаций; - руководить работой малых коллективов. 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - умениями осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями стандартов; - умениями проводить учет и отчетность о деятельности физкультурно-спортивных организаций; - умениями руководить работой малых коллективов, оценивать результаты их деятельности на основе объективных показателей 	6		
ПК-23	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основные методы финансового контроля; - сектор государственного и муниципального управления; - основные мероприятия по организации финансового контроля. 	6		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать мероприятия по проведению финансового контроля; - выявлять, имеющиеся отклонения при проведении финансового контроля 	6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками и средствами проведения финансового контроля в секторе государственного и муниципального управления. 	6		
ПК-26	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - цели и задачи посреднических операций при планировании оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем; - виды операций планирования; - структуру посреднических операций; - виды активно-посреднических операций в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем. 	6		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - логично в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем. аргументировать проводимые посреднические операции; - анализировать различные виды операций в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем; - объяснить какие виды денежных средств входят в активно-пассивные и посреднические операции. 	6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем; - способностью проводить различные виды операций - умениями объяснить различные посреднические операции 	6		

	при планировании оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем.			
--	---	--	--	--

5.Краткое содержание дисциплины:

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	Современная экономика и экономическая наука.	6	1	1	1		
2	Общие проблемы экономического развития.	6	1	1	4		
3	Рынок и рыночная система, конкуренция.	6	1	2	4		
4	Отношения собственности	6	1	2	4		
5	Альтернативная стоимость	6	1	2	2		
6	Рынок ценных бумаг	6	1	2	4		
7	Финансовая система. Бюджет.	6	1	2	4		
8	Безработица. Инфляция.	6	1	2	2		
9	Налоговая система.	6	1	2	2		
10	Кредитно-банковская система	6	2	2	2		
11	Экономический рост и циклические колебания макроэкономики.	6	2	2	2		
						9	Экзамен
Итого часов:			12	20	31	9	

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



Институт Гуманитарный
Кафедра Экономики и права

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.Б.17 Экономика»

Направление подготовки:
49.03.01 Физическая культура

Профиль: Спортивная подготовка в избранном виде спорта

Уровень образования: *бакалавр*

Форма обучения: *очная (3 поток)*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Гуманитарного института
Протокол № 57 от «27» апреля 2016г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
экономики и права
Протокол № 30 от «25» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Составитель:

Ратникова Ирина Павловна, к.э.н., доцент, доцент, кафедра экономики и права
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

Фролко Марина Сергеевна, к.э.н., доцент кафедры менеджмента и экономики
спорта им. В.В. Кузина
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины « Экономика» - дать, студентам необходимые знания, умения и навыки, в том числе:

- знания места и роли экономической составляющей;
- умение проанализировать экономические аспекты, раскрыть социальные механизмы гарантированного осуществления финансового обеспечения;
- владение навыками самостоятельного рассмотрения источников бюджетного и внебюджетного финансирования.

2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Б1.Б.21 Дисциплина « Экономика» относится к обязательным дисциплинам базовой части ООП (ОПОП).

Экономика является одной из профилирующих дисциплин в системе подготовки студентов по направлению 49.03.01 «Физическая культура».

Экономика как учебная дисциплина в системе подготовки студентов связана с дисциплинами учебного плана:

- в теоретико-методологическом направлении — с "Экономической теорией";
- в направлении, обеспечивающем изучение количественных форм экономических явлений и процессов, — с "Математикой".

Указанные связи дисциплины "Экономика" дают студенту системное представление о комплексе изучаемых дисциплин в соответствии с Федеральным Государственным образовательным стандартом, что обеспечивает соответствующий теоретический уровень и практическую направленность в системе обучения и будущей деятельности.

В дальнейшем знания, умения и навыки студентов, сформированные в процессе изучения основ экономики, используются при выполнении учебно-исследовательских аналитических работ, курсовых работ и выпускной квалификационной работы.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)			
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения	
1	наименование психологические технологии, способствующие личностному и карьерному росту сотрудников организации и охране здоровья как отдельных работников, так и производственных коллективов в целом	3	5	6	7

ОК-3	<i>Знать:</i> - базовые экономические понятия, объективные основы функционирования экономики и поведения экономических агентов	6		
	<i>Уметь:</i> - анализировать финансовую и экономическую информацию, необходимую для принятия обоснованных решений в профессиональной сфере	6		
	<i>Владеть:</i> - методами финансового планирования профессиональной деятельности, использования экономических знаний в профессиональной практике	6		
ОПК-9	<i>Знать:</i> - цели, задачи, основные виды деятельности физкультурно-спортивных организаций; - документы планирования, учетно-отчетной деятельности физкультурно-спортивных организаций; - методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций; - организационно-управленческие подходы в руководстве работой малых коллективов.	6		
	<i>Уметь:</i> - осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями нормативных актов, Законодательства (трудового и гражданского кодексов); - проводить контроль деятельности физкультурно-спортивных организаций; - руководить работой малых коллективов.	6		
	<i>Владеть:</i> - умениями осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями стандартов; - умениями проводить учет и отчетность о деятельности физкультурно-спортивных организаций; - умениями руководить работой малых коллективов, оценивать результаты их деятельности на основе объективных показателей	6		
ПК-23	<i>Знать:</i> - основные методы финансового контроля; - сектор государственного и муниципального управления; - основные мероприятия по организации финансового контроля.	6		
	<i>Уметь:</i> - анализировать мероприятия по проведению финансового контроля; - выявлять, имеющиеся отклонения при проведении финансового контроля	6		
	<i>Владеть:</i> - навыками и средствами проведения финансового контроля в секторе государственного и муниципального управления.	6		
ПК-26	<i>Знать:</i>	6		

	<ul style="list-style-type: none"> - цели и задачи посреднических операций при планировании оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем; - виды операций планирования; - структуру посреднических операций; - виды активно-посреднических операций в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем. 			
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - логично в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем. аргументировать проводимые посреднические операции; - анализировать различные виды операций в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем; - объяснить какие виды денежных средств входят в активно-пассивные и посреднические операции. 	6		
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем; - способностью проводить различные виды операций - умениями объяснить различные посреднические операции при планировании оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем. 	6		

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

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	Современная экономика и экономическая наука.	6	1	1	1		
2	Общие проблемы экономического развития.	6	1	1	4		
3	Рынок и рыночная система, конкуренция.	6	1	2	4		
4	Отношения собственности	6	1	2	4		
5	Альтернативная стоимость	6	1	2	2		
6	Рынок ценных бумаг	6	1	2	4		
7	Финансовая система. Бюджет.	6	1	2	4		
8	Безработица. Инфляция.	6	1	2	2		
9	Налоговая система.	6	1	2	2		
10	Кредитно-банковская система	6	1	2	2		
11	Экономический рост и циклические колебания макроэкономики.	6	2	2	2		
						9	Экзамен
Итого часов:			12	20	31	9	

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

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

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Промежуточной аттестацией по дисциплине Экономика является экзамен.

Вопросы к экзамену:

1. Основные этапы развития экономической теории
2. Значение экономики как науки и её важнейшие школы
3. Состояние экономической теории на рубеже третьего тысячелетия
4. Предмет и метод экономической теории
5. Разделы (уровни) экономики. Теоретическая и прикладная экономика. Экономическая политика.
6. Методы экономической теории. Экономические категории и закон
7. Экономические системы. Блага. Потребности и экономический выбор
8. Классификация экономических систем
9. Общая характеристика экономических институтов
10. Рынок. Спрос и предложение
11. Спрос: индивидуальный и рыночный. Факторы спроса и закон изменения. Эластичность спроса
12. Предложение: факторы и закон его изменения. Эластичность предложения

13. Равновесие спроса и предложения. Равновесная цена. Роль цены в экономике
14. Поведение потребителя в рыночной экономике
15. Равновесие потребителя. Эффект дохода и эффект замещения
16. Производство и фирма. Издержки, выручка и прибыль
17. Фирма. Издержки производства и их виды
18. Выручка и прибыль фирмы. Принцип максимизации прибыли.
19. Конкуренция и рыночная власть. Антимонопольное регулирование
20. Монополия и олигополия. Рыночная власть
21. Антимонопольное регулирование
22. Рынок труда. Заработная плата. Проблема занятости
23. Заработная плата в условиях совершенной и несовершенной конкуренции
24. Концепции занятости населения
25. Рынок капитала
26. Инвестиции. Внутренние и внешние источники инвестиционных ресурсов. Дисконтированная стоимость
27. Рынок земли. Рента
28. Роль государства в рыночной экономике
29. Национальная экономика в целом и её важнейшие показатели
30. Национальный доход. Располагаемый личный доход
31. Экономическая нестабильность национальной экономики: цикличность, безработица, инфляция
32. Инфляция: типы, причины, последствия
33. Макроэкономическое равновесие. Потребление. Сбережения. Инвестиции
34. Государственные расходы и налоги. Бюджетно – налоговая политика
35. Деньги и денежный рынок. Денежно – кредитная политика
36. Экономический рост и развитие
37. Международные экономические отношения. Внешняя торговля и валютный курс
38. Особенности переходной экономики России
39. Общие принципы бизнес-планирования
40. Экономический рост

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

а) Основная литература:

1. Количественные методы в экономических исследованиях : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальностям 080100 : рек. М-вом образования РФ, Умц "Проф. учеб" / под ред. проф. М.В. Грачевой, проф. Черемных Ю.Н., доц. Е.А. Тумановой. - 2-е изд, перераб. и доп. - М.: Юнити, 2014. - 687 с.: табл., рис.

2 Курс лекций по экономике : учеб. пособие для студентов ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" обучающихся по направлению 080100.62 : [рек. к изд. Эмс Гуманитар. ин-та ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ"] / под общ. ред. д.э.н. Останковой Н.В. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. экономики и бизнеса. - М.: [Изд-во "РГУФКСМиТ"], 2014. - 419 с.: ил.

3. Носова, С.С. Экономическая теория : элементар. курс : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению "Экономика" и эконом. специальностям : рек. УМО вузов РФ по образованию в обл. экономики и эконом. теории / С.С. Носова. - М.: Кнорус, 2014. - 510 с.: граф.

4 Мировая экономика и международный бизнес: практикум для студентов, обучающихся по специальности "Мировая экономика" : рек. УМО по образованию в обл. финансов, учета и мировой экономики / под общ. ред. проф. В.В. Полякова, проф. Р.К. Щенина. - 2-е изд., стер. - М.: Кнорус, 2013. - 398 с.

5. Журавлева, Г.П. Экономика : учеб. для студ. вузов, обучающихся по неэкон. спец. и междисциплинар. спец. "Товароведение и экспертиза товаров" : доп. М-вом образования РФ / Г.П. Журавлева. - М.: Экономистъ, 2005. - 574 с.: таб.

6. Носова, С.С. Экономическая теория : учеб. для студентов вузов, обучающихся по эконом. специальностям : рек. М-вом образования РФ / Носова Светлана Сереевна. - М.: Дашков и К, 2003. - 843 с.: ил.

б) Дополнительная литература:

1. Ахинов Г.А., Жильцов Е.Н. Экономика общественного сектора .М. Инфра-М 2008.

2. Россия в цифрах: Краткий статистический сборник / Госкомстат России. – М., 2006.

3. Россия и страны мира. – М.: ГКС РФ, 2006.

4. Буров М.П. Основы национальной экономики : учеб. для студентов, бакалавров и магистров вузов, обучающихся по эконом., соц. и упр.

дисциплинам. М.П. Буров, Е.Г. Чистяков. - [М.]: Экономика, [2013]. - 419 с.: табл.

5. Куликов, Л.М. Основы экономической теории [Электронный ресурс] : учеб. для студентов учреждений сред. проф. образования : рек. М-вом образования и науки / Л.М. Куликов. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Юрайт, 2015

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

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.

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.«Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru

2.Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7.Материально-техническое обеспечение дисциплины.

Реализация программы дисциплины требует наличия учебной аудитории.

Оборудование учебной аудитории:

1. Посадочные места по количеству обучающихся;
2. Рабочее место преподавателя;
3. Медиапроектор для проведения практических занятий (1 шт. на 1 группу.);
4. Медиапроектор для проведения лекций (1 шт. на 1 поток);
5. Компьютер для проведения лекций (1 шт. на 1 поток);
6. Раздаточный материал.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине « Экономика» Гуманитарного института для обучающихся 3 курса направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль: Спортивная подготовка в избранном виде спорта очная формы обучения (3 поток) .

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Экономики и права.

Сроки изучения дисциплины: 6 семестр

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости		Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Современная экономика и экономическая наука.»	4	10
2	Выполнение практического задания №1 по разделу «Альтернативная стоимость»	9	20
3	Контрольная работа по разделу «Рынок и рыночная система, конкуренция»	12	10
4	Презентация по теме «Безработица. Инфляция.»	17	10
5	Посещение занятий		20
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Современная экономика и экономическая наука»	10
2	Практическая работа №1. «Альтернативная стоимость»	30
3	Контрольная работа по разделу «Рынок и рыночная система, конкуренция»	10

III. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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

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

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



Институт Гуманитарный

Кафедра Экономики и права

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

«Б1.Б.17 Экономика»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:
49.03.01 Физическая культура
(код и наименование)

Профиль: Спортивная подготовка в избранном виде спорта
(наименование)

Уровень образования: *бакалавр*

Форма обучения: *очная (3 поток)*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы.

2.Семестр освоения дисциплины: 6

3. Цель освоения дисциплины: выработка навыков целостного представления об экономической теории, как теоретической базе и практическом фундаменте современной науки управления развитием общества, ее функциях, составе и содержании методов обоснования принимаемых решений, определить сущность экономической составляющей; дать понимание экономических и финансовых основ.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-3	<i>Знать:</i> - базовые экономические понятия, объективные основы функционирования экономики и поведения экономических агентов	6		
	<i>Уметь:</i> - анализировать финансовую и экономическую информацию, необходимую для принятия обоснованных решений в профессиональной сфере	6		
	<i>Владеть:</i> - методами финансового планирования профессиональной деятельности, использования экономических знаний в профессиональной практике	6		
ОПК-9	<i>Знать:</i> - цели, задачи, основные виды деятельности физкультурно-спортивных организаций; - документы планирования, учетно-отчетной деятельности физкультурно-спортивных организаций; - методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций; - организационно-управленческие подходы в руководстве работой малых коллективов.	6		
	<i>Уметь:</i> - осуществлять планирование и методическое обеспечение	6		

	<p>деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями нормативных актов, Законодательства (трудового и гражданского кодексов);</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить контроль деятельности физкультурно-спортивных организаций; - руководить работой малых коллективов. 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - умениями осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями стандартов; - умениями проводить учет и отчетность о деятельности физкультурно-спортивных организаций; - умениями руководить работой малых коллективов, оценивать результаты их деятельности на основе объективных показателей 	6		
ПК-23	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основные методы финансового контроля; - сектор государственного и муниципального управления; - основные мероприятия по организации финансового контроля. 	6		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать мероприятия по проведению финансового контроля; - выявлять, имеющиеся отклонения при проведении финансового контроля 	6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками и средствами проведения финансового контроля в секторе государственного и муниципального управления. 	6		
ПК-26	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - цели и задачи посреднических операций при планировании оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем; - виды операций планирования; - структуру посреднических операций; - виды активно-посреднических операций в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем. 	6		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - логично в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем. аргументировать проводимые посреднические операций; - анализировать различные виды операций в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем; - объяснить какие виды денежных средств входят в активно-пассивные и посреднические операции. 	6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем; 	6		

	<ul style="list-style-type: none"> - способностью проводить различные виды операций - умениями объяснить различные посреднические операции при планировании оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем. 			
--	--	--	--	--

5.Краткое содержание дисциплины:

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	Современная экономика и экономическая наука.	6	1	1	1		
2	Общие проблемы экономического развития.	6	1	1	4		
3	Рынок и рыночная система, конкуренция.	6	1	2	4		
4	Отношения собственности	6	1	2	4		
5	Альтернативная стоимость	6	1	2	2		
6	Рынок ценных бумаг	6	1	2	4		
7	Финансовая система. Бюджет.	6	1	2	4		
8	Безработица. Инфляция.	6	1	2	2		
9	Налоговая система.	6	1	2	2		
10	Кредитно-банковская система	6	2	2	2		
11	Экономический рост и циклические колебания макроэкономики.	6	2	2	2		
						9	Экзамен
Итого часов:			12	20	31	9	

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



Институт Гуманитарный
Кафедра Экономики и права

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.Б.17 Экономика»

Направление подготовки: 49.03.01 «Физическая культура»

Профиль: Спортивная подготовка в избранном виде спорта

Уровень образования: *бакалавр*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Гуманитарного института
Протокол № 57 от «27» апреля 2016г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
экономики и права
Протокол № 30 от «25» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Составитель:

Ратникова Ирина Павловна, к.э.н., доцент, доцент, кафедра экономики и права

Рецензент:

Фролко Марина Сергеевна, к.э.н., доцент кафедры менеджмента и экономики спорта им. В.В. Кузина

1.Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины « Экономика» - дать, студентам необходимые знания, умения и навыки, в том числе:

- знания места и роли экономической составляющей;
- умение проанализировать экономические аспекты, раскрыть социальные механизмы гарантированного осуществления финансового обеспечения;
- владение навыками самостоятельного рассмотрения источников бюджетного и внебюджетного финансирования.

2.Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Б1.Б.17 Дисциплина « Экономика» относится к обязательным дисциплинам базовой части ООП (ОПОП).

Экономика является одной из профилирующих дисциплин в системе подготовки студентов по направлению 49.03.01 «Физическая культура».

Экономика как учебная дисциплина в системе подготовки студентов связана с дисциплинами учебного плана:

- в теоретико-методологическом направлении — с "Экономической теорией";
- в направлении, обеспечивающем изучение количественных форм экономических явлений и процессов, — с "Математикой".

Указанные связи дисциплины "Экономика" дают студенту системное представление о комплексе изучаемых дисциплин в соответствии с Федеральным Государственным образовательным стандартом, что обеспечивает соответствующий теоретический уровень и практическую направленность в системе обучения и будущей деятельности.

В дальнейшем знания, умения и навыки студентов, сформированные в процессе изучения основ экономики, используются при выполнении учебно-исследовательских аналитических работ, курсовых работ и выпускной квалификационной работы.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-3	Знать:			1

	- базовые экономические понятия, объективные основы функционирования экономики и поведения экономических агентов			
	<i>Уметь:</i> - анализировать финансовую и экономическую информацию, необходимую для принятия обоснованных решений в профессиональной сфере			1
	<i>Владеть:</i> - методами финансового планирования профессиональной деятельности, использования экономических знаний в профессиональной практике			1
ОПК-9	<i>Знать:</i> - цели, задачи, основные виды деятельности физкультурно-спортивных организаций; - документы планирования, учетно-отчетной деятельности физкультурно-спортивных организаций; - методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций; - организационно-управленческие подходы в руководстве работой малых коллективов.			1
	<i>Уметь:</i> - осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями нормативных актов, Законодательства (трудового и гражданского кодексов); - проводить контроль деятельности физкультурно-спортивных организаций; - руководить работой малых коллективов.			1
	<i>Владеть:</i> - умениями осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями стандартов; - умениями проводить учет и отчетность о деятельности физкультурно-спортивных организаций; - умениями руководить работой малых коллективов, оценивать результаты их деятельности на основе объективных показателей			1
ПК-23	<i>Знать:</i> - основные методы финансового контроля; - сектор государственного и муниципального управления; - основные мероприятия по организации финансового контроля.			1
	<i>Уметь:</i> - анализировать мероприятия по проведению финансового контроля; - выявлять, имеющиеся отклонения при проведении финансового контроля			1
	<i>Владеть:</i> - навыками и средствами проведения финансового контроля в секторе государственного и муниципального управления.			1
ПК-26	<i>Знать:</i> - цели и задачи посреднических операций при планировании оснащении физкультурно-спортивных			1

	<p>организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем;</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды операций планирования; - структуру посреднических операций; - виды активно-посреднических операций в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем. 			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - логично в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем. аргументировать проводимые посреднические операции; - анализировать различные виды операций в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем; - объяснить какие виды денежных средств входят в активно-пассивные и посреднические операции. 			1
	<p><i>Владеть:</i> в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем;</p> <ul style="list-style-type: none"> - способностью проводить различные виды операций - умениями объяснить различные посреднические операции при планировании оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем. 			1

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

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	Современная экономика и экономическая наука.	1	0,2	0,4	6		
2	Общие проблемы экономического развития.	1	0,4	0,8	4		
3	Рынок и рыночная система, конкуренция.	1	0,4	0,4	4		
4	Отношения собственности	1	0,4	0,8	4		
5	Альтернативная стоимость	1	0,4	0,8	4		
6	Рынок ценных бумаг	1	0,4	0,8	4		
7	Финансовая система. Бюджет.	1	0,4	0,8	4		
8	Безработица. Инфляция.	1	0,4	0,8	4		
9	Налоговая система.	1	0,4	0,8	4		
10	Кредитно-банковская система	1	0,2	0,8	6		
11	Экономический рост и циклические колебания макроэкономики.	1	0,4	0,8	7		
						9	Экзамен
Итого часов:			4	8	51	9	

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

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

5.2. Перечень оценочных средств , для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Промежуточной аттестацией по дисциплине Экономика является экзамен.

Вопросы к экзамену:

1. Основные этапы развития экономической теории
2. Значение экономики как науки и её важнейшие школы
3. Состояние экономической теории на рубеже третьего тысячелетия
4. Предмет и метод экономической теории
5. Разделы (уровни) экономики. Теоретическая и прикладная экономика. Экономическая политика.
6. Методы экономической теории. Экономические категории и закон
7. Экономические системы. Блага. Потребности и экономический выбор
8. Классификация экономических систем
9. Общая характеристика экономических институтов
10. Рынок. Спрос и предложение
11. Спрос: индивидуальный и рыночный. Факторы спроса и закон изменения. Эластичность спроса
12. Предложение: факторы и закон его изменения. Эластичность предложения
13. Равновесие спроса и предложения. Равновесная цена. Роль цены в экономике

14. Поведение потребителя в рыночной экономике
15. Равновесие потребителя. Эффект дохода и эффект замещения
16. Производство и фирма. Издержки, выручка и прибыль
17. Фирма. Издержки производства и их виды
18. Выручка и прибыль фирмы. Принцип максимизации прибыли.
19. Конкуренция и рыночная власть. Антимонопольное регулирование
20. Монополия и олигополия. Рыночная власть
21. Антимонопольное регулирование
22. Рынок труда. Заработная плата. Проблема занятости
23. Заработная плата в условиях совершенной и несовершенной конкуренции
24. Концепции занятости населения
25. Рынок капитала
26. Инвестиции. Внутренние и внешние источники инвестиционных ресурсов. Дисконтированная стоимость
27. Рынок земли. Рента
28. Роль государства в рыночной экономике
29. Национальная экономика в целом и её важнейшие показатели
30. Национальный доход. Располагаемый личный доход
31. Экономическая нестабильность национальной экономики: цикличность, безработица, инфляция
32. Инфляция: типы, причины, последствия
33. Макроэкономическое равновесие. Потребление. Сбережения. Инвестиции
34. Государственные расходы и налоги. Бюджетно – налоговая политика
35. Деньги и денежный рынок. Денежно – кредитная политика
36. Экономический рост и развитие
37. Международные экономические отношения. Внешняя торговля и валютный курс
38. Особенности переходной экономики России
39. Общие принципы бизнес-планирования
40. Экономический рост

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

а) Основная литература:

1. Количественные методы в экономических исследованиях : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальностям 080100 : рек. М-вом образования РФ, Умц "Проф. учеб" / под ред. проф. М.В. Грачевой, проф. Черемных Ю.Н., доц. Е.А. Тумановой. - 2-е изд, перераб. и доп. - М.: Юнити, 2014. - 687 с.: табл., рис.
2. Куликов, Л.М. Основы экономической теории [Электронный ресурс] : учеб. для студентов учреждений сред. проф. образования : рек. М-вом образования и науки / Л.М. Куликов. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Юрайт, 2015

3. Курс лекций по экономике : учеб. пособие для студентов ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" обучающихся по направлению 080100.62 : [рек. к изд. Эмс Гуманитар. ин-та ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ"] / под общ. ред. д.э.н. Останковой Н.В. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. экономики и бизнеса. - М.: [Изд-во "РГУФКСМиТ"], 2014. - 419 с.: ил.
4. Носова, С.С. Экономическая теория : элементар. курс : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению "Экономика" и эконом. специальностям : рек. УМО вузов РФ по образованию в обл. экономики и эконом. теории / С.С. Носова. - М.: Кнорус, 2014. - 510 с.: граф.
5. Мировая экономика и международный бизнес: практикум для студентов, обучающихся по специальности "Мировая экономика" : рек. УМО по образованию в обл. финансов, учета и мировой экономики / под общ. ред. проф. В.В. Полякова, проф. Р.К. Щенина. - 2-е изд., стер. - М.: Кнорус, 2013. - 398 с.
6. Журавлева, Г.П. Экономика : учеб. для студ. вузов, обучающихся по неэкон. спец. и междисциплинар. спец. "Товароведение и экспертиза товаров" : доп. М-вом образования РФ / Г.П. Журавлева. - М.: Экономистъ, 2005. - 574 с.: таб.
7. Носова, С.С. Экономическая теория : учеб. для студентов вузов, обучающихся по эконом. специальностям : рек. М-вом образования РФ / Носова Светлана Сереевна. - М.: Дашков и К, 2003. - 843 с.: ил.

б)Дополнительная литература:

- 1.Ахинов Г.А., Жильцов Е.Н. Экономика общественного сектора .М. Инфра-М 2008.
2. Россия в цифрах: Краткий статистический сборник / Госкомстат России. – М., 2006.
3. Россия и страны мира. – М.: ГКС РФ, 2006.
- 4.Буров М.П. Основы национальной экономики : учеб. для студентов, бакалавров и магистров вузов, обучающихся по эконом., соц. и упр. дисциплинам. М.П. Буров, Е.Г. Чистяков. - [М.]: Экономика, [2013]. - 419 с.: табл.

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

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.

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. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

Реализация программы дисциплины требует наличия учебной аудитории.

Оборудование учебной аудитории:

1. Посадочные места по количеству обучающихся;
2. Рабочее место преподавателя;
3. Медиапроектор для проведения практических занятий (1 шт. на 1 группу.);
4. Медиапроектор для проведения лекций (1 шт. на 1 поток);
5. Компьютер для проведения лекций (1 шт. на 1 поток);
6. Раздаточный материал

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине « Экономика» Гуманитарного института для обучающихся 1 курса направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль: Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Экономики и права.

Сроки изучения дисциплины: 1 семестр

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости		Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Современная экономика и экономическая наука.»		10
2	Выполнение практического задания №1 по разделу «Альтернативная стоимость»		30
3	Контрольная работа по разделу «Рынок и рыночная система, конкуренция»		10
4	Презентация по теме «Безработица. Инфляция.»		10
5	Посещение занятий		20
	Зачёт с оценкой		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Современная экономика и экономическая наука»	10
2	Практическая работа №1. «Альтернативная стоимость»	30
3	Контрольная работа по разделу «Рынок и рыночная система, конкуренция»	10

III. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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

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

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



Институт Гуманитарный

Кафедра Экономики и права

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

«Б1.Б.17 Экономика»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:
49.03.01 Физическая культура
(код и наименование)

Профиль: Спортивная подготовка в избранном виде спорта
(наименование)

Уровень образования: *бакалавр*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы.

2.Семестр освоения дисциплины: 1

3. Цель освоения дисциплины: выработка навыков целостного представления об экономической теории, как теоретической базе и практическом фундаменте современной науки управления развитием общества, ее функциях, составе и содержании методов обоснования принимаемых решений, определить сущность экономической составляющей; дать понимание экономических и финансовых основ.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-3	<i>Знать:</i> - базовые экономические понятия, объективные основы функционирования экономики и поведения экономических агентов			1
	<i>Уметь:</i> - анализировать финансовую и экономическую информацию, необходимую для принятия обоснованных решений в профессиональной сфере			1
	<i>Владеть:</i> - методами финансового планирования профессиональной деятельности, использования экономических знаний в профессиональной практике			1
ОПК-9	<i>Знать:</i> - цели, задачи, основные виды деятельности физкультурно-спортивных организаций; - документы планирования, учетно-отчетной деятельности физкультурно-спортивных организаций; - методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций; - организационно-управленческие подходы в руководстве работой малых коллективов.			1
	<i>Уметь:</i> - осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями нормативных актов,			1

	<p>Законодательства (трудового и гражданского кодексов);</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить контроль деятельности физкультурно-спортивных организаций; - руководить работой малых коллективов. 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - умениями осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями стандартов; - умениями проводить учет и отчетность о деятельности физкультурно-спортивных организаций; - умениями руководить работой малых коллективов, оценивать результаты их деятельности на основе объективных показателей 			1
ПК-23	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основные методы финансового контроля; - сектор государственного и муниципального управления; - основные мероприятия по организации финансового контроля. 			1
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать мероприятия по проведению финансового контроля; - выявлять, имеющиеся отклонения при проведении финансового контроля 			1
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками и средствами проведения финансового контроля в секторе государственного и муниципального управления. 			1
ПК-26	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - цели и задачи посреднических операций при планировании оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем; - виды операций планирования; - структуру посреднических операций; - виды активно-посреднических операций в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем. 			1
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - логично в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем. аргументировать проводимые посреднические операции; - анализировать различные виды операций в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем; - объяснить какие виды денежных средств входят в активно-пассивные и посреднические операции. 			1
	<p><i>Владеть:</i> в оснащении физкультурно-спортивных организаций соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем;</p> <ul style="list-style-type: none"> - способностью проводить различные виды операций - умениями объяснить различные посреднические операции при планировании оснащении физкультурно-спортивных 			1

	организаций соответствующим экипировкой и инвентарем.	оборудованием,			
--	--	----------------	--	--	--

5.Краткое содержание дисциплины:

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	Современная экономика и экономическая наука.	1	0,2	0,4	6		
2	Общие проблемы экономического развития.	1	0,4	0,8	4		
3	Рынок и рыночная система, конкуренция.	1	0,4	0,4	4		
4	Отношения собственности	1	0,4	0,8	4		
5	Альтернативная стоимость	1	0,4	0,8	4		
6	Рынок ценных бумаг	1	0,4	0,8	4		
7	Финансовая система. Бюджет.	1	0,4	0,8	4		
8	Безработица. Инфляция.	1	0,4	0,8	4		
9	Налоговая система.	1	0,4	0,8	4		
10	Кредитно-банковская система	1	0,2	0,8	6		
11	Экономический рост и циклические колебания макроэкономики.	1	0,4	0,8	7		
						9	Экзамен
Итого часов:			4	8	51	9	

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



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра спортивная медицина**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Б1.Б.18. ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-
СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Направление подготовки: 49.03.01 «Физическая культура»
Профиль подготовки: «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2016г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины
«Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»
утверждена и рекомендована Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 66 от «26» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины
«Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»
обновлена на основании решения заседания кафедры
Протокол № 25 от «16» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины
«Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»
обновлена на основании решения заседания кафедры

Протокол № ___ от «___» ___ 20 г.

Рабочая программа дисциплины
«Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»
обновлена на основании решения заседания кафедры

Протокол № ___ от «___» ___ 20 г.

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

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составитель: Григорьева Ольга Валентиновна – кандидат педагогических наук, доцент - доцент кафедры спортивной медицины РГУФКСМиТ

Рецензент: к.п.н. Сиднева Л.В.

1. Цель освоения дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»

Цель освоения дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» - овладение студентами современными научными знаниями в области общей гигиены и овладение практическими навыками формирования здорового образа жизни и эффективного применения различных гигиенических факторов в физкультурно-спортивной деятельности. Программа читается на русском языке.

2. Место дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» в структуре ООП (ОПОП) – 4 курс, 8 семестр.

Дисциплина относится к базовой части Б.1.Б.18 рабочей учебной программы для набора 2016 года по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура », профиль подготовки: «Спортивная подготовка в избранном виде спорта».

Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности - это медицинская наука, о сохранении и укреплении здоровья различных групп граждан, основа профилактической медицины. Она изучает влияние различных факторов внешней среды и социальных факторов на здоровье и работоспособность человека. На основании этого разрабатываются мероприятия направленные на предупреждение заболеваний и обеспечение оптимальных условий существования человека, сохранения здоровья и активного долголетия.

Данный курс определяет профессиональную компетентность выпускника через формирование теоретических и практических основ здорового образа жизни, знаний о профилактике и коррекции привычек, знаниями об основных факторах, воздействующих на состояние здоровья, реализуемых на базе разносторонних знаний дисциплин медико-биологического комплекса.

Дисциплина органично связана с другими профессиональными дисциплинами учебного плана: гигиена, общая и специальная гигиена, валеология, анатомия, спортивная медицина, физиология, педагогика, психология, философия, биология, БЖД и др.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-7	<i>Знать:</i> - основные положения общей гигиены и гигиены физической культуры и спорта.	8	-	9
	<i>Уметь:</i> - применять знания об основных гигиенических факторах, воздействующих на состояние здоровья и физическую работоспособность человека.	8	-	9
	<i>Владеть:</i> - практическими навыками применения различных гигиенических факторов для повышения оздоровительного эффекта при рекреации и занятиях ФКиС.	8	-	9
ПК-6	<i>Знать:</i> - основные, естественные и антропогенные факторы окружающей среды, формирующие здоровье и продолжительность жизни населения.	8	-	9
	<i>Уметь:</i> - применять эколого-гигиенические знания для формирования, сохранения и укрепления индивидуального здоровья.	8	-	9
	<i>Владеть:</i> - способностью формирования личности занимающихся в процессе рекреативных форм занятий, приобщать занимающихся к общечеловеческим ценностям.	8	-	9
ПК-17	<i>Знать:</i> - комплексное применение различных гигиенических факторов для оптимизации рекреационно-оздоровительной, туристско-краеведческой, рекреационно-досуговой и рекреационно-реабилитационной деятельности.	8	-	9
	<i>Уметь:</i> - организовывать рабочее место с	8	-	9

	соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности.			
	<i>Владеть:</i> - практическими навыками целенаправленного использования различных гигиенических факторов для повышения оздоровительного эффекта при рекреации и занятий спортивно-оздоровительным туризмом.	8	-	9
ПК-18	<i>Знать:</i> - профилактику травматизма, разработку и соблюдение правил и норм охраны труда	8	-	9
	<i>Уметь:</i> - привлекать население к рекреационной деятельности как фактору здорового образа жизни	8	-	9
	<i>Владеть:</i> - средствами и методами двигательной рекреации для коррекции состояния занимающихся различного пола и возраста с учетом их профессиональной деятельности.	8	-	9
ПК-19	<i>Знать:</i> - программы оздоровительной тренировки для различного контингента занимающихся ФКиС.	8	-	9
	<i>Уметь:</i> - реализовывать программы, режимы занятий по двигательной рекреации населения на региональном и местном уровнях в соответствии с потребностями населения.	8	-	9
	<i>Владеть:</i> - приёмами оказания доврачебной помощи при травмах и простейшими средствами индивидуальной защиты.	8	-	9
ПК-25	<i>Знать:</i> - практические навыки формирования здорового образа жизни среди различных контингентов населения.	8	-	9
	<i>Уметь:</i> - применять гигиенические знания при оценке окружающей среды и создании оптимальных условий для учебной, производственной, бытовой деятельности и для занятий физической культурой и спортом.	8	-	9
	<i>Владеть:</i> - владеть практическими навыками применения различных гигиенических факторов для повышения оздоровительного эффекта занятий физическими упражнениями и достижения высоких спортивных результатов.	8	-	9

4. Структура и содержание дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»

Общая трудоемкость дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часов.

Очная форма обучения – 8 семестр

№	Раздел дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»	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	Предмет и задачи гигиены. Гигиена физической культуры.	8	2	-	2	-	
2	Здоровый образ жизни	8	2	-	3	-	
3	Профилактика инфекционных заболеваний	8	-	2	2	-	
4	Гигиена одежды, обуви и снаряжения	8	-	2	3	-	
5	Закаливание	8	-	4	3	-	
6	Личная гигиена	8	-	2	2	-	
7	Гигиена воздушной и водной среды	8	-	-	2	-	
8	Гигиенические требования к местам занятий ФК	8	2	2	3	-	
9	Гигиена питания при занятиях ФК	8	2	4	3	-	
10	Гигиенические средства восстановления спортсменов	8	-	4	3	-	
11	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в жарком климате	8	2	2	2	-	
12	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в холодном климате	8	-	2	2	-	
13	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в горном климате	8	-	2	2	-	
14	Гигиеническое обеспечение при трансмеридиальных перелетах	8	-	2	2	-	
Итого: 72 ч.			10	28	34	-	Зачет

Заочная форма обучения – 9 семестр.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

№	Раздел дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»	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	Предмет и задачи гигиены. Гигиена физической культуры.	9	2	-	4	-	
2	Здоровый образ жизни	9	-	2	4	-	
3	Профилактика инфекционных заболеваний	9	-	2	2	-	
4	Гигиена одежды, обуви и снаряжения	9	-	-	4	-	
5	Закаливание	9	-	2	4	-	
6	Личная гигиена	9	-	-	4	-	
7	Гигиена воздушной и водной среды	9	-	-	4	-	
8	Гигиенические требования к местам занятий ФК	9	2	-	6	-	
9	Гигиена питания при занятиях ФК	9	-	2	6	-	
10	Гигиенические средства восстановления спортсменов	9	-	2	4	-	
11	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в жарком климате	9	-	-	4	-	
12	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в холодном климате	9	-	-	4	-	
13	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в горном климате	9	-	-	4	-	
14	Гигиеническое обеспечение при трансмеридиальных перелетах	9	-	-	4	-	
	Итого: 72 ч.		4	10	58		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности».

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Предмет и задачи гигиены.
2. Методы гигиенических исследований.
3. Основные пути формирования здорового образа жизни различных контингентов населения.
4. Роль физической культуры и спорта в утверждении здорового образа жизни.
5. Биологические факторы внешней среды.
6. Профилактика и борьба с инфекционными заболеваниями.
7. СПИД – опасное инфекционное заболевание.
8. Биологические ритмы и работоспособность.
9. Суточный режим.
10. Личная гигиена. Уход за телом.
11. Гигиенические требования к материалам, из которых изготавливаются одежда и обувь.
12. Гигиенические правила ухода за спортивной одеждой и обувью.
13. Социальное и биологическое значение вредных привычек.
14. Социально-гигиенические аспекты курения, алкоголизма, наркомании и токсикомании.
15. Принципы закаливания.
16. Применение закаливающих процедур при различных формах ФК
17. Санитарно-гигиенические мероприятия по охране воздушной среды.
18. Гигиеническая характеристика влияния различных климатических условий на организм.
19. Гигиенические требования к питьевой воде, источникам и системам водоснабжения.
20. Содержание белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных веществ в различных продуктах.
21. Гигиенические требования к употреблению синтетических витаминных препаратов.
22. Гигиеническая характеристика основных групп пищевых продуктов.
23. Определение доброкачественности пищи.

24. Современные технологии комплексного применения восстановительных средств в процессе физического воспитания и спортивной подготовки.

25. Гигиеническое обеспечение различных форм рекреации и занятий ФК.

26. Гигиеническое обеспечение различных форм рекреации и занятий ФК в условиях холодного климата.

27. Гигиеническое обеспечение различных форм рекреации и занятий ФК в условиях горного климата.

Примерный перечень вопросов к зачету по всей дисциплине «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» для студентов очной формы в 7 семестре и заочной формы обучения в 10 семестре.

1. Предмет и задачи гигиены.
2. Предмет и задачи гигиены рекреации и спортивно-оздоровительного туризма.
3. Методы гигиенических исследований.
4. Структура здорового образа жизни и его элементы.
5. Основные пути формирования здорового образа жизни различных контингентов населения.
6. Характеристика биологических факторов внешней среды.
7. Инфекционные заболевания и пути их распространения.
8. Восприимчивость и иммунитет.
9. Профилактика инфекционных заболеваний и СПИДа.
10. Правила ухода за телом, кожей, зубами, волосами.
11. Профилактика эпидермофитии.
12. Гигиенические основы суточного режима.
13. Профилактика и борьба с курением.
14. Профилактика и борьба с употреблением алкогольных напитков.
15. Профилактика и борьба с наркоманией.
16. Гигиенические требования к обычной и спортивной одежде и обуви.
17. Гигиеническое значение закаливания.
18. Основные принципы закаливания.
19. Виды закаливания.

20. Закаливание воздухом.
21. Гигиеническая характеристика воздушных ванн и методика их применения.
22. Закаливание водой.
23. Гигиеническая характеристика, методика и дозировка применения различных водных процедур.
24. Закаливание солнцем.
25. Гигиеническая характеристика воздействий солнечных лучей.
26. Методика приема и дозировка солнечных ванн.
27. Гигиеническое значение температуры воздуха.
28. Правила и методы измерения температуры воздуха. Гигиенические нормы.
29. Гигиеническое значение влажности воздуха. Виды влажности.
30. Приборы и методы определения относительной влажности. Гигиенические нормы.
31. Гигиеническое значение направления и скорости движения воздуха. Гигиенические нормы.
32. Гигиеническая характеристика атмосферного давления и его влияние на организм человека. Методы и единицы измерения.
33. Гигиеническая характеристика комплексного влияния физических свойств воздуха. Гигиенические нормы.
34. Гигиеническая характеристика химического состава воздуха. Гигиенические нормы.
35. Гигиеническое значение радиоактивности воздушной среды. Гигиенические нормы естественного радиационного фона.
36. Климат, погода, акклиматизация.
37. Влияние погодных условий на организм человека.
38. Гигиенические требования к питьевой воде.
39. Гигиеническая характеристика систем водоснабжения.

40. Методы очистки питьевой воды. Коагуляция – современный метод очистки воды.
41. Показатели бактериальной загрязненности воды. Коли-индекс, коли-титр и их определение.
42. Методы обеззараживания воды (физические и химические).
43. Гигиенические требования к пище и питанию.
44. Роль питания в поддержании состояния здоровья, нормального развития организма, общей и спортивной работоспособности.
45. Составные элементы суточных энергозатрат (регулируемые и нерегулируемые энергозатраты).
46. Методы определения суточного расхода энергии.
47. Калорийность пищи.
48. Нормы калорийности пищевых рационов с учетом половых, возрастных, профессиональных особенностей и занятий физическими упражнениями и туризмом.
49. Гигиеническое значение белков.
50. Содержание белков в различных продуктах.
51. Гигиеническое значение и нормы жиров в питании человека.
52. Гигиеническое значение и нормы углеводов в питании человека.
53. Гигиеническое значение витаминов.
54. Гиповитаминоз, авитаминоз, гипервитаминоз.
55. Роль и значение жирорастворимых витаминов.
56. Роль и значение водорастворимых витаминов.
57. Гигиеническая характеристика наиболее важных витаминов (С, В₁, В₂, В₆, В₁₂).
58. Гигиеническое значение и роль минеральных веществ в питании.
59. Гигиеническая характеристика макро- и микроэлементов.
60. Гигиеническая характеристика мясомолочных продуктов, их значение в питании.

61. Гигиеническая характеристика крупяных продуктов, овощей и фруктов, их значение в питании.
62. Режим питания занимающихся и не занимающихся физической культурой и спортом.
63. Продукты повышенной биологической ценности и специальные питательные смеси.
64. Особенности питания при различных формах рекреации и занятий спортивно-оздоровительным туризмом.
65. Гигиеническая характеристика средств восстановления и повышения спортивной работоспособности.
66. Гигиеническая характеристика и методика применения восстановительных гидропроцедур.
67. Гигиеническое, лечебно-профилактическое и оздоровительное значение паровых и суховоздушных (сауна) бань.
68. особенности применения восстановительных средств при различных видах рекреации и занятий спортивно-оздоровительным туризмом.
69. Влияние факторов жаркого климата на организм.
70. Гигиеническое обеспечение различных форм рекреации в условиях жаркого климата.
71. Гигиеническое обеспечение занятий спортивно-оздоровительным туризмом в условиях жаркого климата.
72. Влияние факторов холодного климата на организм.
73. Гигиеническое обеспечение различных форм рекреации в условиях холодного климата.
74. Гигиеническое обеспечение занятий спортивно-оздоровительным туризмом в условиях холодного климата.
75. Влияние факторов горного климата на организм.
76. Гигиеническое обеспечение различных форм рекреации в условиях горного климата.

77. Гигиеническое обеспечение занятий спортивно-оздоровительным туризмом в условиях горного климата.

78. Гигиеническое обеспечение при трансмеридиальных перелетах.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности».

а) Основная литература:

1. Полиевский, С.А. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности : учеб. для студентов учреждений высш. образования, обучающихся по направлению "Физ. культура" / С.А. Полиевский. - 2-е изд., стер. - М.: Academia, 2015. - 271 с.: табл.

2. Полиевский, С.А. Комплексный междисциплинарный практикум по гигиене, экологии и БЖД / [Полиевский С.А., Иванов А.А., Григорьева О.В.] ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. гигиены, БЖД, экологии и спортсооружений. - М., 2015. - 227 с.: ил., табл.

б) Дополнительная литература:

1. Полиевский С.А., Иванов А.А., Григорьева О.В. Комплекс практических занятий по гигиене, БЖД и экологии физической культуры, спорта и туризма / - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2012-2015 © Электронно-библиотечная система znanium.com 2015. - 227 с.: 60x90 1/16 ISBN 978-5-16-103421-7 (online).

2. Полиевский С.А., Ямалетдинова Г.А. Безопасность адекватного питания спортсменов и туристов: учебное пособие. – Екатеринбург: Гуманитарный ун-т, 2013. – 172 с.

3. Полиевский С. А., Спортивная диетология: учебник для студ. учреждений высш.проф.образования. – М.:Издательский центр «Академия», 2015. – 208 с.

- **в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:** Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru
- **г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:**
 - *программное обеспечение дисциплины (модуля):*
 - Операционная система – Microsoft Windows.
 - Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
 - Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
 - Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
 - *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*
 - «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
 - Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»

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

¹ Указываются при наличии курсовых работ по дисциплине (модулю)

² Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» для обучающихся Института спорта и физического воспитания 4 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» форма обучения - очная и заочная

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Спортивная медицина

Сроки изучения дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»: 8 семестр очной и 9 семестр заочной форм обучения

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	Выступление на семинаре «Здоровый образ жизни»	25 неделя	5
2	Выступление на семинаре «Профилактика инфекционных заболеваний»	26 неделя	5
3	Выступление на семинаре «Личная гигиена»	28 неделя	5
4	Выступление на семинаре «Гигиенические требования к местам занятий ФК»	29 неделя	5
5	Выступление на семинаре «Гигиена питания при занятиях ФК»	30 неделя	5
6	Тест по теме: «Закаливание»	31 неделя	10
7	Тест по теме «Гигиенические средства восстановления спортсменов»	32 неделя	10
8	Написание реферата по теме: «Гигиена одежды, обуви и снаряжения»	31-32 неделя	15
9	Презентация по теме: «Гигиена физической культуры»	33 неделя	10
10	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Зачет		20
	ИТОГО:		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу «Гигиена воздушной и водной среды»</i>	5
3	<i>Выступление на семинаре «Гигиенические требования к местам занятий ФК»</i>	10
4	<i>Подготовка доклада «Гигиена питания при занятиях ФК», пропущенному студентом</i>	5
5	<i>Дополнительное тестирование по теме «Гигиенические средства восстановления спортсменов»</i>	5
6	<i>Написание реферата по теме «Личная гигиена»</i>	15
7	<i>Презентация по теме «Закаливание»</i>	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности», завершающихся зачетом

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

Шкала успеваемости по дисциплинам «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» 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 туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра спортивная медицина

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
«Б1.Б.18. ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-
СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Направление подготовки: 49.03.01 «Физическая культура»
Профиль: «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*
Год набора 2016г.

Москва – 2017г.

1. Общая трудоемкость дисциплины 72 часа составляет 2 зачетные единицы.

2. Семестр освоения дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»: 8 – на очной, 9- на заочной форме обучения.

3. Цель освоения дисциплины: «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» - овладение студентами современными научными знаниями в области общей гигиены и овладение практическими навыками формирования здорового образа жизни и эффективного применения различных гигиенических факторов в физкультурно-спортивной деятельности.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине: «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»:

ОПК-7 - способность обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

ПК-6 - способность осуществлять пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни;

ПК-17 - способность организовывать и вести рекреационную деятельность в организациях различного типа, с учетом особенностей занимающихся, а также гигиенических и естественно-средовых факторов;

ПК-18 - способность выбирать средства и методы двигательной рекреации для коррекции состояния занимающихся различного пола и возраста с учетом их профессиональной деятельности;

ПК-19 способность реализовывать программы оздоровительной тренировки для различного контингента занимающихся, включающие в себя технологии управления массой тела, рационального питания и регуляции психического состояния;

ПК-25 - способность организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.

3. Краткое содержание дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

Очная форма обучения – 8 семестр

№	Раздел дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»	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	Предмет и задачи гигиены. Гигиена физической культуры.	8	2	-	2	-	
2	Здоровый образ жизни	8	2	-	3	-	
3	Профилактика инфекционных заболеваний	8	-	2	2	-	
4	Гигиена одежды, обуви и снаряжения	8	-	2	3	-	
5	Закаливание	8	-	4	3	-	
6	Личная гигиена	8	-	2	2	-	
7	Гигиена воздушной и водной среды	8	-	-	2	-	
8	Гигиенические требования к местам занятий ФК	8	2	2	3	-	
9	Гигиена питания при занятиях ФК	8	2	4	3	-	
10	Гигиенические средства восстановления спортсменов	8	-	4	3	-	
11	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в жарком климате	8	2	2	2	-	
12	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в холодном климате	8	-	2	2	-	
13	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в горном климате	8	-	2	2	-	
14	Гигиеническое обеспечение при трансмеридиальных перелетах	8	-	2	2	-	
	Итого: 72 ч.		10	28	34	-	Зачет

Заочная форма обучения – 9 семестр.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

№	Раздел дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»	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	Предмет и задачи гигиены. Гигиена физической культуры.	9	2	-	4	-	
2	Здоровый образ жизни	9	-	2	4	-	
3	Профилактика инфекционных заболеваний	9	-	2	2	-	
4	Гигиена одежды, обуви и снаряжения	9	-	-	4	-	
5	Закаливание	9	-	2	4	-	
6	Личная гигиена	9	-	-	4	-	
7	Гигиена воздушной и водной среды	9	-	-	4	-	
8	Гигиенические требования к местам занятий ФК	9	2	-	6	-	
9	Гигиена питания при занятиях ФК	9	-	2	6	-	
10	Гигиенические средства восстановления спортсменов	9	-	2	4	-	
11	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в жарком климате	9	-	-	4	-	
12	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в холодном климате	9	-	-	4	-	
13	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в горном климате	9	-	-	4	-	
14	Гигиеническое обеспечение при трансмеридиальных перелетах	9	-	-	4	-	
	Итого: 72 ч.		4	10	58		Зачет

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



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра спортивная медицина**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Б1.Б.18 ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-
СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Направление подготовки: 49.03.01 «Физическая культура»
Профиль подготовки: «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
«Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»
утверждена и рекомендована Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 66 от «26» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины
«Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»
обновлена на основании решения заседания кафедры
спортивной медицины
Протокол № 25 от «16» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения заседания кафедры
спортивной медицины
Протокол № __ от «__» __ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения заседания кафедры
спортивной медицины
Протокол № __ от «__» __ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения заседания кафедры
спортивной медицины
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составитель: Григорьева Ольга Валентиновна – кандидат педагогических наук, доцент - доцент кафедры спортивной медицины РГУФКСМиТ

Рецензент: к.п.н. **Сиднева Л.В.**

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

1. Цель освоения дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»

Цель освоения дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» - овладение студентами современными научными знаниями в области общей гигиены и овладение практическими навыками формирования здорового образа жизни и эффективного применения различных гигиенических факторов в физкультурно-спортивной деятельности. Программа читается на русском языке.

2. Место дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» в структуре ООП (ОПОП) – 3 курс, 6 семестр.

Дисциплина относится к базовой части Б.1.Б.18 рабочей учебной программы для набора 2016 года по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль подготовки: «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» (ускоренное обучение на базе СПО).

Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности - это медицинская наука, о сохранении и укреплении здоровья различных групп граждан, основа профилактической медицины. Она изучает влияние различных факторов внешней среды и социальных факторов на здоровье и работоспособность человека. На основании этого разрабатываются мероприятия направленные на предупреждение заболеваний и обеспечение оптимальных условий существования человека, сохранения здоровья и активного долголетия.

Данный курс определяет профессиональную компетентность выпускника через формирование теоретических и практических основ здорового образа жизни, знаний о профилактике и коррекции привычек, знаниями об основных факторах, воздействующих на состояние здоровья, реализуемых на базе разносторонних знаний дисциплин медико-биологического комплекса.

Дисциплина органично связана с другими профессиональными дисциплинами учебного плана: гигиена, общая и специальная гигиена,

валеология, анатомия, спортивная медицина, физиология, педагогика, психология, философия, биология, БЖД и др.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная	Заочная форма обучения
1	2	3	4	5
ОПК-7	<i>Знать:</i> - основные положения общей гигиены и гигиены физической культуры и спорта.	-	-	<i>бсем.</i>
	<i>Уметь:</i> - применять знания об основных гигиенических факторах, воздействующих на состояние здоровья и физическую работоспособность человека.	-	-	<i>бсем.</i>
	<i>Владеть:</i> - практическими навыками применения различных гигиенических факторов для повышения оздоровительного эффекта при рекреации и занятиях ФКиС.	-	-	<i>бсем.</i>
ПК-6	<i>Знать:</i> - основные, естественные и антропогенные факторы окружающей среды, формирующие здоровье и продолжительность жизни населения.	-	-	<i>бсем.</i>
	<i>Уметь:</i> - применять эколого-гигиенические знания для формирования, сохранения и укрепления индивидуального здоровья.	-	-	<i>бсем.</i>
	<i>Владеть:</i> - способностью формирования личности занимающихся в процессе рекреативных форм занятий, приобщать занимающихся к общечеловеческим ценностям.	-	-	<i>бсем.</i>
ПК-17	<i>Знать:</i> - комплексное применение различных гигиенических факторов для оптимизации рекреационно-оздоровительной, туристско-краеведческой, рекреационно-досуговой и рекреационно-реабилитационной деятельности.	-	-	<i>бсем.</i>
	<i>Уметь:</i> - организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности.	-	-	<i>бсем.</i>

	<i>Владеть:</i> - практическими навыками целенаправленного использования различных гигиенических факторов для повышения оздоровительного эффекта при рекреации и занятий спортивно-оздоровительным туризмом.	-	-	<i>бсем.</i>
ПК-18	<i>Знать:</i> - профилактику травматизма, разработку и соблюдение правил и норм охраны труда	-	-	<i>бсем.</i>
	<i>Уметь:</i> - привлекать население к рекреационной деятельности как фактору здорового образа жизни	-	-	<i>бсем.</i>
	<i>Владеть:</i> - средствами и методами двигательной рекреации для коррекции состояния занимающихся различного пола и возраста с учетом их профессиональной деятельности.	-	-	<i>бсем.</i>
ПК-19	<i>Знать:</i> - программы оздоровительной тренировки для различного контингента занимающихся ФКиС.	-	-	<i>бсем.</i>
	<i>Уметь:</i> - реализовывать программы, режимы занятий по двигательной рекреации населения на региональном и местном уровнях в соответствии с потребностями населения.	-	-	<i>бсем.</i>
	<i>Владеть:</i> - приёмами оказания доврачебной помощи при травмах и простейшими средствами индивидуальной защиты.	-	-	<i>бсем.</i>
ПК-25	<i>Знать:</i> - практические навыки формирования здорового образа жизни среди различных контингентов населения.	-	-	<i>бсем.</i>
	<i>Уметь:</i> - применять гигиенические знания при оценке окружающей среды и создании оптимальных условий для учебной, производственной, бытовой деятельности и для занятий физической культурой и спортом.	-	-	<i>бсем.</i>
	<i>Владеть:</i> - владеть практическими навыками применения различных гигиенических факторов для повышения оздоровительного эффекта занятий физическими упражнениями и достижения высоких спортивных результатов.	-	-	<i>бсем.</i>

4. Структура и содержание дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»

Общая трудоемкость дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часов.

Заочная форма обучения – 6 семестр

№	Раздел дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»	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	Предмет и задачи гигиены. Гигиена физической культуры.	6	2	-	4	-	
2	Здоровый образ жизни.	6	-	2	6	-	
3	Профилактика инфекционных заболеваний.	6	-	-	4	-	
4	Гигиена одежды, обуви и снаряжения.	6	-	-	4	-	
5	Закаливание.	6	-	2	4	-	
6	Личная гигиена.	6	-	-	4	-	
7	Гигиена воздушной и водной среды.	6	-	-	4	-	
8	Гигиенические требования к местам занятий физической культурой.	6	2	-	6	-	
9	Гигиена питания при занятиях физической культурой.	6	-	2	6	-	
10	Гигиенические средства восстановления спортсменов.	6	-	-	4	-	
11	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в жарком климате.	6	-	-	4	-	
12	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в холодном климате.	6	-	-	4	-	
13	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в горном климате.	6	-	-	4	-	
14	Гигиеническое обеспечение при трансмеридиальных перелетах.	6	-	-	4	-	
	Итого: 72 ч.		4	6	62		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности».

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Предмет и задачи гигиены.
2. Методы гигиенических исследований.
3. Основные пути формирования здорового образа жизни различных контингентов населения.
4. Роль физической культуры и спорта в утверждении здорового образа жизни.
5. Биологические факторы внешней среды.
6. Профилактика и борьба с инфекционными заболеваниями.
7. СПИД – опасное инфекционное заболевание.
8. Биологические ритмы и работоспособность.
9. Суточный режим.
10. Личная гигиена. Уход за телом.
11. Гигиенические требования к материалам, из которых изготавливаются одежда и обувь.
12. Гигиенические правила ухода за спортивной одеждой и обувью.
13. Социальное и биологическое значение вредных привычек.
14. Социально-гигиенические аспекты курения, алкоголизма, наркомании и токсикомании.
15. Принципы закаливания.
16. Применение закаливающих процедур при различных формах ФК
17. Санитарно-гигиенические мероприятия по охране воздушной среды.
18. Гигиеническая характеристика влияния различных климатических условий на организм.
19. Гигиенические требования к питьевой воде, источникам и системам водоснабжения.
20. Содержание белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных веществ в различных продуктах.
21. Гигиенические требования к употреблению синтетических витаминных препаратов.
22. Гигиеническая характеристика основных групп пищевых продуктов.
23. Определение доброкачественности пищи.
24. Современные технологии комплексного применения восстановительных средств в процессе физического воспитания и спортивной подготовки.
25. Гигиеническое обеспечение различных форм рекреации и занятий ФК.
26. Гигиеническое обеспечение различных форм рекреации и занятий ФК в условиях холодного климата.
27. Гигиеническое обеспечение различных форм рекреации и занятий ФК в условиях горного климата.

Примерный перечень вопросов к зачету по всей дисциплине «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» для студентов заочной формы обучения в 6 семестре

1. Предмет и задачи гигиены.
2. Предмет и задачи гигиены рекреации и спортивно-оздоровительного туризма.
3. Методы гигиенических исследований.
4. Структура здорового образа жизни и его элементы.
5. Основные пути формирования здорового образа жизни различных контингентов населения.
6. Характеристика биологических факторов внешней среды.
7. Инфекционные заболевания и пути их распространения.
8. Восприимчивость и иммунитет.
9. Профилактика инфекционных заболеваний и СПИДа.
10. Правила ухода за телом, кожей, зубами, волосами.
11. Профилактика эпидермофитии.
12. Гигиенические основы суточного режима.
13. Профилактика и борьба с курением.
14. Профилактика и борьба с употреблением алкогольных напитков.
15. Профилактика и борьба с наркоманией.
16. Гигиенические требования к обычной и спортивной одежде и обуви.
17. Гигиеническое значение закаливания.
18. Основные принципы закаливания.
19. Виды закаливания.
20. Закаливание воздухом.
21. Гигиеническая характеристика воздушных ванн и методика их применения.
22. Закаливание водой.
23. Гигиеническая характеристика, методика и дозировка применения различных водных процедур.

24. Закаливание солнцем.
25. Гигиеническая характеристика воздействий солнечных лучей.
26. Методика приема и дозировка солнечных ванн.
27. Гигиеническое значение температуры воздуха.
28. Правила и методы измерения температуры воздуха. Гигиенические нормы.
29. Гигиеническое значение влажности воздуха. Виды влажности.
30. Приборы и методы определения относительной влажности. Гигиенические нормы.
31. Гигиеническое значение направления и скорости движения воздуха. Гигиенические нормы.
32. Гигиеническая характеристика атмосферного давления и его влияние на организм человека. Методы и единицы измерения.
33. Гигиеническая характеристика комплексного влияния физических свойств воздуха. Гигиенические нормы.
34. Гигиеническая характеристика химического состава воздуха. Гигиенические нормы.
35. Гигиеническое значение радиоактивности воздушной среды. Гигиенические нормы естественного радиационного фона.
36. Климат, погода, акклиматизация.
37. Влияние погодных условий на организм человека.
38. Гигиенические требования к питьевой воде.
39. Гигиеническая характеристика систем водоснабжения.
40. Методы очистки питьевой воды. Коагуляция – современный метод очистки воды.
41. Показатели бактериальной загрязненности воды. Коли-индекс, коли-титр и их определение.
42. Методы обеззараживания воды (физические и химические).
43. Гигиенические требования к пище и питанию.

44. Роль питания в поддержании состояния здоровья, нормального развития организма, общей и спортивной работоспособности.

45. Составные элементы суточных энергозатрат (регулируемые и нерегулируемые энергозатраты).

46. Методы определения суточного расхода энергии.

47. Калорийность пищи.

48. Нормы калорийности пищевых рационов с учетом половых, возрастных, профессиональных особенностей и занятий физическими упражнениями и туризмом.

49. Гигиеническое значение белков.

50. Содержание белков в различных продуктах.

51. Гигиеническое значение и нормы жиров в питании человека.

52. Гигиеническое значение и нормы углеводов в питании человека.

53. Гигиеническое значение витаминов.

54. Гиповитаминоз, авитаминоз, гипервитаминоз.

55. Роль и значение жирорастворимых витаминов.

56. Роль и значение водорастворимых витаминов.

57. Гигиеническая характеристика наиболее важных витаминов (С, В₁, В₂, В₆, В₁₂).

58. Гигиеническое значение и роль минеральных веществ в питании.

59. Гигиеническая характеристика макро- и микроэлементов.

60. Гигиеническая характеристика мясомолочных продуктов, их значение в питании.

61. Гигиеническая характеристика крупяных продуктов, овощей и фруктов, их значение в питании.

62. Режим питания занимающихся и не занимающихся физической культурой и спортом.

63. Продукты повышенной биологической ценности и специальные питательные смеси.

64. Особенности питания при различных формах рекреации и занятиях спортивно-оздоровительным туризмом.

65. Гигиеническая характеристика средств восстановления и повышения спортивной работоспособности.

66. Гигиеническая характеристика и методика применения восстановительных гидропроцедур.

67. Гигиеническое, лечебно-профилактическое и оздоровительное значение паровых и суховоздушных (сауна) бань.

68. Особенности применения восстановительных средств при различных видах рекреации и занятиях спортивно-оздоровительным туризмом.

69. Влияние факторов жаркого климата на организм.

70. Гигиеническое обеспечение различных форм рекреации в условиях жаркого климата.

71. Гигиеническое обеспечение занятий спортивно-оздоровительным туризмом в условиях жаркого климата.

72. Влияние факторов холодного климата на организм.

73. Гигиеническое обеспечение различных форм рекреации в условиях холодного климата.

74. Гигиеническое обеспечение занятий спортивно-оздоровительным туризмом в условиях холодного климата.

75. Влияние факторов горного климата на организм.

76. Гигиеническое обеспечение различных форм рекреации в условиях горного климата.

77. Гигиеническое обеспечение занятий спортивно-оздоровительным туризмом в условиях горного климата.

78. Гигиеническое обеспечение при трансмеридиальных перелетах.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»

а) *Основная литература:*

1. Полиевский, С.А. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: учеб. для студентов учреждений высш. образования, обучающихся по направлению "Физ. культура" / С.А. Полиевский. - 2-е изд., стер. - М.: Academia, 2015. - 271 с.: табл.

2. Полиевский, С.А. Комплексный междисциплинарный практикум по гигиене, экологии и БЖД / [Полиевский С.А., Иванов А.А., Григорьева О.В.] ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. гигиены, БЖД, экологии и спортсооружений. - М., 2015. - 227 с.: ил., табл.

б) Дополнительная литература:

1. Полиевский С.А., Иванов А.А., Григорьева О.В. Комплекс практических занятий по гигиене, БЖД и экологии физической культуры, спорта и туризма / - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2012-2015 © Электронно-библиотечная система znanium.com 2015. - 227 с.: 60x90 1/16 ISBN 978-5-16-103421-7 (online).

2. Полиевский С.А., Ямалетдинова Г.А. Безопасность адекватного питания спортсменов и туристов: учебное пособие. – Екатеринбург: Гуманитарный ун-т, 2013. – 172 с.

3. Полиевский С. А., Спортивная диетология: учебник для студ. учреждений высш.проф.образования. – М.:Издательский центр «Академия», 2015. – 208 с.

○ **в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:** Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

○

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
 - *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*
- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»

1. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных ¹ и (или) групповых ² консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

¹ Указываются при наличии курсовых работ по дисциплине (модулю)

² Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» для обучающихся Института спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» форма обучения - заочная (ускоренное обучение на базе СПО)

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Спортивная медицина

Сроки изучения дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»: заочной формы обучения – 6 семестр

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 заочной форме обучения (в неделях) ³	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре «Здоровый образ жизни»	В течение семестра	5
2	Выступление на семинаре «Профилактика инфекционных заболеваний»	В течение семестра	5
3	Выступление на семинаре «Личная гигиена»	В течение семестра	5
4	Выступление на семинаре «Гигиенические требования к местам занятий физической культурой»	В течение семестра	5
5	Выступление на семинаре «Гигиена питания при занятиях физической культурой»	В течение семестра	5
6	Тест по теме: «Закаливание»	В течение семестра	10
7	Тест по теме «Гигиенические средства восстановления спортсменов»	В течение семестра	10
8	Написание реферата по теме: «Гигиена одежды, обуви и снаряжения»	В течение семестра	15
9	Презентация по теме: «Гигиена физической культуры»	В течение семестра	10
10	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Зачет		20
	ИТОГО:		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу «Гигиена воздушной и водной среды»</i>	5
3	<i>Выступление на семинаре «Гигиенические требования к местам занятий ФК»</i>	10
4	<i>Подготовка доклада «Гигиена питания при занятиях физической культурой», пропущенному студентом</i>	5
5	<i>Дополнительное тестирование по теме «Гигиенические средства восстановления спортсменов»</i>	5
6	<i>Написание реферата по теме «Личная гигиена»</i>	15
7	<i>Презентация по теме «Закаливание»</i>	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности», завершающихся зачетом

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

Шкала успеваемости по дисциплинам «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» 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 туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра спортивная медицина

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ «ГИГИЕНИЧЕСКИЕ
ОСНОВЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

«Б1.Б18 Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»

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.

Содержание Аннотации рабочей программы дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» заполняется в соответствии с рабочей программы дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности».

1. Общая трудоемкость дисциплины 72 часа составляет 2 зачетные единицы.

2. Семестр освоения дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»: 6

3. Цель освоения дисциплины: «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» - овладение студентами современными научными знаниями в области общей гигиены и овладение практическими навыками формирования здорового образа жизни и эффективного применения различных гигиенических факторов в физкультурно-спортивной деятельности.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине: «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»:

ОПК-7 - способность обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

ПК-6 - способность осуществлять пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни;

ПК-17 - способность организовывать и вести рекреационную деятельность в организациях различного типа, с учетом особенностей занимающихся, а также гигиенических и естественно-средовых факторов;

ПК-18 - способность выбирать средства и методы двигательной рекреации для коррекции состояния занимающихся различного пола и возраста с учетом их профессиональной деятельности;

ПК-19 способность реализовывать программы оздоровительной тренировки для различного контингента занимающихся, включающие в себя

технологии управления массой тела, рационального питания и регуляции психического состояния;

ПК-25 - способность организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.

3. Краткое содержание дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»

Заочная форма обучения – 6 семестр.

№	Раздел дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»	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	Предмет и задачи гигиены. Гигиена физической культуры.	6	2	-	4	-	
2	Здоровый образ жизни.	6	-	2	6	-	
3	Профилактика инфекционных заболеваний.	6	-	-	4	-	
4	Гигиена одежды, обуви и снаряжения.	6	-	-	4	-	
5	Закаливание.	6	-	2	4	-	
6	Личная гигиена.	6	-	-	4	-	
7	Гигиена воздушной и водной среды.	6	-	-	4	-	
8	Гигиенические требования к местам занятий физической культурой.	6	2	-	6	-	
9	Гигиена питания при занятиях физической культурой.	6	-	2	6	-	
10	Гигиенические средства восстановления спортсменов.	6	-	-	4	-	
11	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в жарком климате.	6	-	-	4	-	
12	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в холодном климате.	6	-	-	4	-	

13	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в горном климате.	6	-	-	4	-	
14	Гигиеническое обеспечение при трансмеридиальных перелетах.	6	-	-	4	-	
	Итого: 72 ч.		4	6	62		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Гуманитарный Институт

Кафедра менеджмента и экономики спорта им. В.В. Кузина

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.19 Менеджмент физической культуры»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Направленность (профиль): **Спортивная подготовка**
(наименование)

Уровень образования: ***бакалавриат***

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

Год набора 2016 г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Гуманитарного Института
Протокол № 57 от «27» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
«Менеджмента и экономики спорта им.В.В.Кузина»
(наименование)
Протокол № 21 от « 10 » мая 2017 г.

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

(наименование)
Протокол № от « » 201 г.

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

(наименование)
Протокол № от « » 201 г.

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

(наименование)
Протокол № от « » 201 г.

Составитель:

Ушакова Наталья Александровна, кандидат педагогических наук,
доцент, зав. кафедрой менеджмента и экономики спорта им. В.В.Кузина
РГУФКСМиТ

Филоненко Наталья Васильевна, кандидат педагогических наук, доцент,
доцент кафедры менеджмента и экономики спорта им. В.В.Кузина
РГУФКСМиТ

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

Рецензент: **Останкова Наталья Викторовна д.э.н., доцент,**
заведующая кафедрой «Экономики и права»

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины «Менеджмент физической культуры» является: овладение студентами научными основами теории социального управления физкультурно-спортивными организациями России в современных условиях; знаниями о современных методах управления и технологии управленческого труда в организациях физкультурно-спортивной направленности; технологией подготовки и принятия управленческих решений, а также организации их выполнения; формирование у студентов первичных управленческих понятий и понятий менеджмента, необходимых для эффективного изучения других гуманитарных и социально-экономических дисциплин; собственного управленческого мировоззрения и управленческой культуры, способности принимать правильные, эффективные управленческие решения в своей профессиональной деятельности; навыков и умений обобщения и использования информации о достижениях в области отраслевого управления; способности ориентироваться в современной системе органов управления физической культурой и спортом в России.

Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Дисциплина «Менеджмент физической культуры» относится к базовой части профессионального цикла ООП. Она тесно связана с дисциплинами базовой части Б1.Б.5 «История физической культуры», Б1.Б.16 «Правовые основы профессиональной деятельности», Б1.Б.13 «Теория и методика физической культуры», Б1.Б.17 «Экономика» и дисциплинами вариативной части Б1.В.ОД.2 «Социология».

Для освоения дисциплины «Менеджмент физической культуры» студенты должны обладать знаниями по истории, экономике, социологии, психологии, педагогике и теории физической культуры, полученными при изучении дисциплин на предыдущих семестрах в пределах программы бакалавриата.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Заочная (ускоренная) форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-3	<i>Знать:</i> основные источники финансирования физкультурно-спортивных организаций	7	8	10
	<i>Уметь:</i> анализировать и применять экономические знания при работе с управленческой документацией	7	8	10
	<i>Владеть:</i> навыками разработки финансовых документов физкультурно-спортивной организации	7	8	10
ОК-4	<i>Знать:</i> организационно-правовые формы юридических лиц	7	8	10
	<i>Знать:</i> основные нормативно-правовые акты, регулирующие деятельность физкультурно-спортивных организаций	7	8	10
	<i>Уметь:</i> применять на практике основные положения нормативных актов при выработке управленческих решений	7	8	10
ОПК-9	<i>Знать:</i> основные формы планирования и виды плановых документов в сфере физической культуры и спорта	7	8	10
	<i>Знать:</i> формы статистической отчетности по физической культуре и спорту	7	8	10
	<i>Уметь:</i> составлять календарные планы работы физкультурно-спортивных организаций	7	8	10
	<i>Уметь:</i> заполнять формы отчетности физкультурно-спортивной организации	7	8	10
	<i>Уметь:</i> руководить работой малых коллективов в организации	7	8	10
ПК-22	<i>Владеть:</i> навыками разработки документов оперативного и стратегического планирования	7	8	10
	<i>Знать:</i> основные теоретические положения выработки и принятия управленческих решений	7	8	10
	<i>Уметь:</i> разрабатывать оперативные планы работы физкультурно-спортивной организации и обеспечивать их реализацию	7	8	10
ПК-23	<i>Владеть:</i> навыками принятия эффективных управленческих решений	7	8	10
	<i>Знать:</i> основные документы финансово-хозяйственной деятельности организаций в сфере физической культуры и спорта	7	8	10

	<i>Уметь:</i> составлять финансовые документы учета и отчетности в сфере физической культуры и спорта	7	8	10
	<i>Уметь:</i> работать с финансово-хозяйственной документацией физкультурно-спортивной организации	7	8	10
ПК-24	<i>Знать:</i> современную систему органов управления физической культурой и спортом в России	7	8	10
	<i>Знать:</i> особенности деятельности физкультурно-спортивных организаций различных организационно-правовых форм	7	8	10
	<i>Уметь:</i> вести свою профессиональную деятельность с учетом особенностей функционирования различных видов физкультурно-спортивных организаций	7	8	10
ПК-25	<i>Знать:</i> основные нормативно-правовые акты по организации, проведению и обеспечению безопасности физкультурно-спортивных мероприятий	7	8	10
	<i>Уметь:</i> составлять документы, необходимые для проведения физкультурно-спортивного мероприятия	7	8	10
	<i>Владеть:</i> навыками организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала	7	8	10
ПК-26	<i>Знать:</i> нормативный перечень оборудования, инвентаря и экипировки в зависимости от особенностей деятельности физкультурно-спортивной организации	7	8	10
	<i>Уметь:</i> составлять заявку на закупку инвентаря и оборудования	7	8	10
ПК-27	<i>Знать:</i> содержание и взаимосвязь основных элементов маркетинга услуг и товаров в сфере физической культуры и спорта	7	8	10
	<i>Знать:</i> основные принципы и методы системы маркетинг-менеджмент	7	8	10
	<i>Уметь:</i> осуществлять маркетинговую деятельность физкультурно-спортивной организации	7	8	10
ПК-33	<i>Знать:</i> основные виды и свойства информации, способы ее сбора и обработки	7	8	10
	<i>Уметь:</i> обобщать и использовать информацию о достижениях в области отраслевого управления для формирования мнения о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья	7	8	10

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единицы, 108 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.	Тема 1. Введение в менеджмент физической культуры	7	2	2	4		
2.	Тема 2. Физкультурно-спортивная организация как объект менеджмента.	7	2	2	4		
3.	Тема 3. Типология физкультурно-спортивных организаций	7	2	2	4		
4.	Тема 4. Система органов управления отраслью «физическая культура и спорт» в России	7	2	2	3		
5.	Тема 5. Принципы и функции менеджмента физической культуры	7	2	2	4		
6.	Тема 6. Методы менеджмента	7	2	2	4		
7.	Тема 7. Информационное обеспечение менеджмента сферы физической культуры и спорта	7	2	2	4		
8.	Тема 8. Управленческое решение в менеджменте	7	2	2	4		
9.	Тема 9. Спортивное соревнование – комплексный метод управления	7	2	4	6		
10.	Тема 10. Менеджмент персонала физкультурно-	7	2	2	4		

	спортивных организаций						
11.	Тема 11. Менеджмент организаций, осуществляющих спортивную подготовку	7	-	4	6		
12.	Тема 12. Маркетинг услуг в сфере физической культуры и спорта	7	-	2	4		
	Итого часов:		20	28	51	9	Экзамен

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.	Тема 1. Введение в менеджмент физической культуры	10	2	-	6		
2.	Тема 2. Физкультурно-спортивная организация как объект менеджмента.	10	-	2	7		
3.	Тема 3. Типология физкультурно-спортивных организаций	10	2	-	7		
4.	Тема 4. Система органов управления отраслью «физическая культура и спорт» в России	10	-	2	7		
5.	Тема 5. Принципы и функции менеджмента физической культуры	10	-	2	7		
6.	Тема 6. Методы менеджмента	10	-	2	7		
7.	Тема 7. Информационное обеспечение	10	-	-	7		

	менеджмента сферы физической культуры и спорта						
8.	Тема 8. Управленческое решение в менеджменте	10	-	2	6		
9.	Тема 9. Спортивное соревнование – комплексный метод управления	10	-	-	8		
10.	Тема 10. Менеджмент персонала физкультурно-спортивных организаций	10	-	-	7		
11.	Тема 11. Менеджмент организаций, осуществляющих спортивную подготовку	10	-	2	7		
12.	Тема 12. Маркетинг услуг в сфере физической культуры и спорта	10	-	-	7		
	Итого часов:		4	12	83	9	Экзамен

Заочная форма обучения (ускоренная)

№	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.	Тема 1. Введение в менеджмент физической культуры	8	2	-	7		
2.	Тема 2. Физкультурно-спортивная организация как объект менеджмента.	8	-	2	7		
3.	Тема 3. Типология физкультурно-спортивных организаций	8	2	-	7		

4.	Тема 4. Система органов управления отраслью «физическая культура и спорт» в России	8	-	2	7		
5.	Тема 5. Принципы и функции менеджмента физической культуры	8	-	2	7		
6.	Тема 6. Методы менеджмента	8	-	2	7		
7.	Тема 7. Информационное обеспечение менеджмента сферы физической культуры и спорта	8	-	-	7		
8.	Тема 8. Управленческое решение в менеджменте	8	-	-	8		
9.	Тема 9. Спортивное соревнование – комплексный метод управления	8	-	-	8		
10.	Тема 10. Менеджмент персонала физкультурно-спортивных организаций	8	-	-	7		
11.	Тема 11. Менеджмент организаций, осуществляющих спортивную подготовку	8	-	-	8		
12.	Тема 12. Маркетинг услуг в сфере физической культуры и спорта	8	-	-	7		
	Итого часов:		4	8	87	9	Экзамен

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

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

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

Перечень вопросов к экзамену по дисциплине «Менеджмент ФК»

1. Предмет и основные понятия курса «Менеджмент ФКиС».
2. Понятия «менеджмент» и «управление», их соотношение, виды управления.
3. Функциональные разновидности менеджмента.
4. Понятие «организация», признаки организации, виды.
5. Миссия и цель организации. «Дерево целей» ФСО.
6. Понятие «физкультурно-спортивная организация», отличительные признаки.
7. Типология физкультурно-спортивных организаций по организационно-правовым формам и целевому назначению.
8. Спортивная организация как система.
9. Понятие «управленческие отношения», их виды. Пути взаимодействия государственных и общественных органов управления ФКиС.
10. Управление физической культурой и спортом как система.
11. Государственные органы управления физической культурой и спортом специальной компетенции.
12. Общественные органы управления физической культурой и спортом.
13. Функции управления, понятие и классификация.
14. Специфические функции спортивного менеджмента: общая характеристика, классификация.
15. Сущность и взаимосвязь функций управления.
16. Методы управления в сфере ФКиС: понятие, общая характеристика.
17. Комплексное применение методов управления.
18. Взаимосвязь функций и методов управления.
19. Управленческое решение: понятие и формы принятия.
20. Информационное обеспечение менеджмента физической культуры. Понятие «информация» с точки зрения менеджмента, классификация.

21. Менеджмент в учреждениях дополнительного образования.
22. Специфические функции управления.
23. Учет и статистическая отчетность в физкультурно-спортивных организациях.
24. Менеджмент общественных организаций на примере федерации по виду спорта.
25. Перечень должностей и квалификационные характеристики работников сферы ФКиС.
26. Спортивное соревнование - комплексный метод управления.
27. Принципы спортивного менеджмента.
28. Понятие «организационная структура управления». Типы организационных структур.
29. Типология физкультурно-спортивных организаций по формам собственности и иерархическим уровням управления.
30. Понятие «информация». Свойства информации.
31. Организационно-административные методы менеджмента.
32. Экономические и социально-психологические методы менеджмента.
33. Классификация соревнований, Документы, необходимые для проведения соревнований.
34. Менеджмент персонала ФСО.
35. Сущность управленческих решений. Подготовка, принятие и организация выполнения управленческих решений.
36. Требования, предъявляемые к решениям, принимаемым в процессе управления.
37. Линейные и функциональные структуры организации. Достоинства и недостатки.
38. Организация как функция менеджмента.
39. Планирование как функция менеджмента.
40. Мотивация труда работников ФСО.
41. Сущность и необходимость контроля, виды контроля.

42. Классификация структур управления. Достоинства и недостатки линейно-функциональных структур управления.
43. Определение понятия управленческого решения. Классификация управленческих решений по признакам, классам и виду информации.
44. Статистическая отчетность в сфере физической культуры и спорта.
45. Виды спортивных школ и их задачи, этапы подготовки, формы организации тренировочного процесса.
46. Критерии оценки деятельности спортивных школ на этапах подготовки.
47. Устав общественной организации в сфере ФКиС.
48. Источники финансирования ФСО различных организационно-правовых форм.
49. Современная организационная структура управления ФКиС в России.
50. Физическая культура и спорт как системный объект управления.

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

а) Основная литература:

1. ***Менеджмент физической культуры и спорта***: учебник для студ. учреждений высш. образования/ [Т.В. Састамойнен, Т.Э. Круглова, Т.С. Чернецкая и др.]/ - М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 240 с.
2. ***Переверзин И.И. Менеджмент спортивной организации***: учебное пособие.- 3-е изд., пераб. и доп. – М.: «Физкультура и спорт», 2006. – 464 с.
3. **Починкин, А.В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта** : учеб. пособие для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 032100 : рек. УМО высш. учеб. заведений РФ по образованию в обл. физ. культуры / А.В. Починкин. - М.: Сов. спорт, 2013. - 263 с.: табл.

4. **Филиппов, С.С.: Менеджмент в сфере физической культуры и спорта** учеб. пособие для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих деятельность по направлению 49.03.01 : рек. Умо вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры : соответствует Федер. гос. образоват. стандарту высш. проф. образования / С.С. Филиппов. - 2-е изд., доп. и испр. - М.: Сов. спорт, 2015. - 239 с.: табл.
5. **Управление спортивной организацией** : учеб. пособие : направление подгот. 034300.62, 034300.68, 080200.62, 080200.68 : профили подгот.: "Спортив. подгот.", "Менеджмент орг." : магистер. прогр.: "Менеджмент и экономика в сфере физ. культуры и спорта", "Спортив. менеджмент" : квалификация (степень) выпускника - бакалавр, магистр / **Блеер А.Н. [и др.]** ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2014. - 402 с.: табл.

б) Дополнительная литература:

1. **Алексеев, С.В. Спортивный менеджмент** : Регулирование орг. и проведения физкультур. и спортив. мероприятий : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 032101, 080507, 030500 : рек. УМЦ "Проф. учеб." : рек. Науч.-исслед. ин-том образования и науки : рек. Науч.-метод. советом по физ. культуре М-ва образования и науки РФ / С.В. Алексеев ; под ред. заслуж. юриста РФ, д-ра юрид. наук, проф. П.В. Крашенинникова ; М-во образования и науки РФ, Моск. гос. юрид. ун-т им. О.Е. Кутафина (МГЮА). - М.: Закон и право: Юнити-Дана, 2015. - 681 с.: ил.
2. **Менеджмент и экономика физической культуры и спорта** : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям 033100

: рек. умо по специальностям пед. образования / [М.И. Золотов [и др.]]. - 2-е изд., стер. - М.: Academia, 2004. - 426 с.: таб.

3. **Экономика физической культуры и спорта** : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / [под ред. Е.В. Кузьмичевой]. - М.: Физ. культура, 2008. - 472 с.: ил.

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

1. www.consultant.ru
2. www.minsport.gov.ru

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

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

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

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

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

При чтении лекций используется раздаточный материал, мультимедийное оборудование. При проведении семинарских и практических занятий необходимо наличие компьютеров с выходом в интернет.

Для проведения итогового тестирования студентов необходимо их обеспечение компьютерами с возможностью доступа к сети Интернет, а также обеспечение их индивидуальными опросными листами.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Менеджмент физической культуры для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 1-17 группы направления подготовки/специальности 49.03.01 – Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка очная, заочная и заочная ускоренная формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Менеджмента и экономики спорта им. В.В. Кузина.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр– 1-17 группы очная форма, , 8 семестр – заочная ускоренная форма, 10 семестр – 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) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинарских занятиях	весь период	15
2	Контрольная работа № 1 по темам: «Введение в менеджмент», «Типология организаций»	6 неделя	5
3	Контрольная работа № 2 по всем темам лекционного курса	11 неделя	15
4	Защита презентации	Весь период	10
5	Итоговое тестирование	16 неделя	15
6	Посещение семинарских занятий	весь период	10
7	Экзамен по дисциплине	По графику	30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа, пропущенная студентом	6
2	Выполнение домашнего задания по разделу, пропущенному студентом	10
3	Подготовка и защита презентации	10
4	Написание реферата по теме, пропущенной студентом	10

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Дополнительные задания из списка, представленного в информационной справке, которые позволят набрать необходимое количество баллов студентам, пропустившим занятия по уважительной причине, определяются преподавателем индивидуально с каждым студентом.

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)»



Гуманитарный Институт

Кафедра менеджмента и экономики спорта им. В.В. Кузина

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

«Б1.Б.19 Менеджмент физической культуры»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Направленность (профиль): **Спортивная подготовка**
(наименование)

Уровень образования: **бакалавриат**

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

Год набора 2016 г.

Москва – 2017г.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы.

1. Семестр(ы) освоения дисциплины: 7 семестр – очная форма 1-17 группы, 8 семестр – заочная ускоренная форма обучения, 10 семестр – заочная форма обучения.

2. Цель освоения дисциплины: Целью освоения дисциплины «Менеджмент физической культуры» является: овладение студентами научными основами теории социального управления физкультурно-спортивными организациями России в современных условиях; знаниями о современных методах управления и технологии управленческого труда в организациях физкультурно-спортивной направленности; технологией подготовки и принятия управленческих решений, а также организации их выполнения; формирование у студентов первичных управленческих понятий и понятий менеджмента, необходимых для эффективного изучения других гуманитарных и социально-экономических дисциплин; собственного управленческого мировоззрения и управленческой культуры, способности принимать правильные, эффективные управленческие решения в своей профессиональной деятельности; навыков и умений обобщения и использования информации о достижениях в области отраслевого управления; способности ориентироваться в современной системе органов управления физической культурой и спортом в России.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

В результате освоения дисциплины «Менеджмент физической культуры» обучающийся должен:

Знать: основные положения управленческих наук, организационные основы сферы физической культуры и спорта;

Уметь: организовывать и проводить физкультурно-массовые мероприятия и спортивные соревнования;

Владеть: навыками использования прав и исполнения обязанностей; способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны.

4. Краткое содержание дисциплины:

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.	Тема 1. Введение в менеджмент физической культуры	7	2	2	4		
2.	Тема 2. Физкультурно-спортивная организация как объект менеджмента.	7	2	2	4		
3.	Тема 3. Типология физкультурно-спортивных организаций	7	2	2	4		
4.	Тема 4. Система органов управления отраслью «физическая культура и спорт» в России	7	2	2	3		
5.	Тема 5. Принципы и функции менеджмента физической культуры	7	2	2	4		
6.	Тема 6. Методы менеджмента	7	2	2	4		
7.	Тема 7. Информационное обеспечение менеджмента сферы физической культуры и спорта	7	2	2	4		

8.	Тема 8. Управленческое решение в менеджменте	7	2	2	4			
9.	Тема 9. Спортивное соревнование – комплексный метод управления	7	2	4	6			
10.	Тема 10. Менеджмент персонала физкультурно-спортивных организаций	7	2	2	4			
11.	Тема 11. Менеджмент организаций, осуществляющих спортивную подготовку	7	-	4	6			
12.	Тема 12. Маркетинг услуг в сфере физической культуры и спорта	7	-	2	4			
Итого часов:				20	28	51	9	Экзамен

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.	Тема 1. Введение в менеджмент физической культуры	10	2	-	6		
2.	Тема 2. Физкультурно-спортивная организация как объект менеджмента.	10	-	2	7		
3.	Тема 3. Типология физкультурно-спортивных организаций	10	2	-	7		
4.	Тема 4. Система органов управления отраслью «физическая культура и спорт» в	10	-	2	7		

	России						
5.	Тема 5. Принципы и функции менеджмента физической культуры	10	-	2	7		
6.	Тема 6. Методы менеджмента	10	-	2	7		
7.	Тема 7. Информационное обеспечение менеджмента сферы физической культуры и спорта	10	-	-	7		
8.	Тема 8. Управленческое решение в менеджменте	10	-	2	6		
9.	Тема 9. Спортивное соревнование – комплексный метод управления	10	-	-	8		
10.	Тема 10. Менеджмент персонала физкультурно-спортивных организаций	10	-	-	7		
11.	Тема 11. Менеджмент организаций, осуществляющих спортивную подготовку	10	-	2	7		
12.	Тема 12. Маркетинг услуг в сфере физической культуры и спорта	10	-	-	7		
Итого часов:			4	12	83	9	Экзамен

Заочная форма обучения (ускоренная)

№	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.	Тема 1. Введение в менеджмент физической	8	2	-	7		

	культуры						
2.	Тема 2. Физкультурно-спортивная организация как объект менеджмента.	8	-	2	7		
3.	Тема 3. Типология физкультурно-спортивных организаций	8	2	-	7		
4.	Тема 4. Система органов управления отраслью «физическая культура и спорт» в России	8	-	2	7		
5.	Тема 5. Принципы и функции менеджмента физической культуры	8	-	2	7		
6.	Тема 6. Методы менеджмента	8	-	2	7		
7.	Тема 7. Информационное обеспечение менеджмента сферы физической культуры и спорта	8	-	-	7		
8.	Тема 8. Управленческое решение в менеджменте	8	-	-	8		
9.	Тема 9. Спортивное соревнование – комплексный метод управления	8	-	-	8		
10.	Тема 10. Менеджмент персонала физкультурно-спортивных организаций	8	-	-	7		
11.	Тема 11. Менеджмент организаций, осуществляющих спортивную подготовку	8	-	-	8		
12.	Тема 12. Маркетинг услуг в сфере физической культуры и спорта	8	-	-	7		
	Итого часов:		4	8	87	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 прикладных видов спорта и экстремальной
деятельности**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта (автомобильный
спорт, мотоциклетный спорт)»**

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 «Физическая культура»

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2016 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,
протокол № 36 от « 22 » _мая 2017 г.

Составители:

Цыганков Эрнест Сергеевич – Доктор педагогических наук, Профессор
кафедры ТиМ прикладных видов спорта и экстремальной деятельности
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ» (ГЦОЛИФК), Заслуженный деятель науки РФ,
Заслуженный тренер России;

Шулик Григорий Иванович — Кандидат педагогических наук, Доцент
кафедры ТиМ ПВСиЭД, ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ» (ГЦОЛИФК), МСМК,
Заслуженный тренер России, Президент Национальной Российской
Мотоциклетной Федерации;

Рабочая программа дисциплины профессионального цикла базовой
части составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО третьего
поколения с учетом рекомендаций ПрООП ВО, на основе учебного плана по
направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», по профилю
«Спортивная подготовка в избранном виде спорта».

© Цыганков Э.С., Шулик Г.И.

© ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ» (ГЦОЛИФК), 2016

Содержание

	стр.
Цели освоения дисциплины.....	4
Место дисциплины в структуре ООП бакалавриата	5
Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (автомобильный спорт и мотоциклетный спорт)».....	7
Структура и содержание дисциплины первого года обучения	16
Программный материал (1 год обучения)	20
Контрольные вопросы и практические задания для самостоятельной работы студентов 1 курса	56
Зачетные требования для студентов 1 курса.....	58
План-задание и контрольные нормативы по самостоятельной подготовке студентов первого курса	58
Структура и содержание дисциплины второго года обучения.....	60
Программный материал (2 год обучения)	63
Зачетные требования для студентов второго курса.....	95
Структура и содержание дисциплины третьего года обучения	103
Программный материал (3 год обучения)	107
Структура и содержание дисциплины четвёртого года обучения.....	145
Программный материал (4 год обучения)	152
Образовательные технологии.....	176
Формы оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно- методическое обеспечение самостоятельной работы студентов	178
План-задание по самостоятельной подготовке студентов третьего курса...	180
Примерный перечень тем рефератов, курсовых и выпускных квалификационных работ	181
Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	183
Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение	191

Программа дисциплины профессионального цикла базовой части составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) высшего образования (ВО) с учетом рекомендаций примерной основной образовательной программы (ПрООП), на основе учебного плана по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», по профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта».

При разработке программы были использованы следующие нормативные документы:

- ФГОС ВО по направлению подготовки «Физическая культура».
- Учебный план по профилю подготовки – *Спортивная подготовка*.
- Макет - рекомендуемая форма составления учебных программ дисциплин (разработан Координационным советом при Минобрнауке РФ).
- Положение о самостоятельной работе студентов (СРС).

I. Цель освоения дисциплины:

- обеспечить готовность к практической реализации, установленных программой дисциплины общекультурных и профессиональных компетенций;
- обеспечить овладение профессиональной подготовленностью по дальнейшему развитию автомобильного и мотоциклетного спорта, других новых направлений (квадроциклы, снегоходы) как средства обеспечения физического и нравственного воспитания подрастающего поколения, подготовки к службе в вооруженных силах и как одного из популярных видов спорта в России.
- подготовка бакалавров, владеющих системой современных научных знаний о закономерностях процессов обучения и тренировки, формах и методах организации, планирования и управления многолетней спортивной подготовкой в автомобильном и мотоциклетном спорте;
- формирование компетенций на основе глубоких знаний и практической готовности к самостоятельному, творческому решению воспитательных,

оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли;

- обеспечение готовности к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленной на подготовку квалифицированных спортсменов по автомобильному и мотоциклетному спорту;

- готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы с использованием автомобильной и мотоциклетной подготовки для разностороннего развития, закалывания, приобщения к здоровому образу жизни населения, в том числе с инвалидами, 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.

II. Место дисциплины в структуре ООП бакалавриата

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (автомобильный и мотоциклетный спорт)» является системообразующей (сквозной) в едином междисциплинарном образовательном процессе, направленном на последовательное и закономерное формирование у студентов профессионально-значимых знаний, навыков и умений педагогического мастерства (комплекса общекультурных и профессиональных компетенций).

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (автомобильный и мотоциклетный спорт)» относится к профессиональному циклу базовой части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01

«Физическая культура», по профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта».

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (автомобильный и мотоциклетный спорт)» входит в систему наук, ориентированную на запросы спорта, прикладную направленность (подготовка специалистов для силовых ведомств) и на оздоровительную физическую культуру.

Её изучение наиболее тесно связано и опирается, прежде всего, на дисциплины профессионального цикла «автомобильный спорт и мотоциклетный спорт» и «Спортивно-педагогическое совершенствование». Базируется на логической и содержательно-методической взаимосвязи с дисциплинами: история физической культуры, анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, химия, физика, информатика, спортивная метрология, спортивная медицина, психология, педагогика, социология, экология, правовые основы профессиональной деятельности, безопасность жизнедеятельности и другими.

Данная дисциплина предшествует прохождению спортивно-педагогической, тренерской и организационно-тренерской практик.

Особенность изучаемой дисциплины состоит в том, что акцент сделан на развитие творческих способностей и обеспечение владением общекультурными и профессиональными компетенциями с целью достижения готовности к реальной профессиональной практической деятельности, базирующейся на глубоком изучении биологических закономерностей адаптационных возможностей организма занимающихся, включая работу с военнослужащими специальных силовых подразделений министерств и ведомств, а также водителей-инвалидов. Подчеркнута важность нравственно-духовного совершенствования человека в процессе автомобильной и мотоциклетной подготовки, которая социальна по своей сущности, характеризуется конкретным педагогическим содержанием и выраженной воспитательной направленностью. Освоение курса включает

также подготовку к выполнению требований по профессиональной физической подготовке как общей, так и специальной направленности.

Специфика данной дисциплины обусловлена еще и подготовкой выпускника к профессиональной деятельности в естественных, неблагоприятных природных условиях, в экстремальных условиях окружающей среды и экстремальной деятельности человека.

Выполнение тематических комплексов профессионально-ориентированных практических заданий, в том числе проблемных, предусматривает широкое использование различной измерительной и вычислительной техники.

III. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (автомобильный спорт и мотоциклетный спорт)»

В процессе освоения данной дисциплины формируются следующие компетенции:

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

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

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

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

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

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

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

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

ПК-13 - способность использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию

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

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

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

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

ПК-30 - способность проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- сущность и социальную значимость своей профессии, основные проблемы, определяющие конкретную область своей будущей профессии, их взаимосвязь в системе знаний;

- психофизиологические, социально-психологические и медико-биологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся;

- психолого-педагогические средства и способы организации и управления индивидом, группой людей;

- историю развития педагогической мысли, актуальные дидактические технологии, методы педагогического контроля и контроля качества обучения;

- способы взаимодействия педагога с различными субъектами образовательного процесса;

- методы медико-биологического, педагогического и психологического контроля состояния занимающихся;

- историю, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры;

- принципы и методы физического воспитания различных контингентов населения, основы теории и методики обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности;

- истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки, медико-биологические и психологические основы, и технологию тренировки в детско-юношеском спорте и спортсменов в избранном виде спорта, занимающихся автомобильным и мотоциклетным спортом;

- социально-биологические основы, цели, задачи, основные направления двигательной рекреации с различными группами населения;
- факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности;
- историю, теорию и методику избранного вида спорта;
- организационные основы сферы физической культуры и спорт;
- организационно-методические основы юношеского спорта и систему подготовки резерва в избранном виде спорта;
- нормативные документы органов управления в сфере физической культуры и спорта, образования;
- основные понятия теории и методики автомобильного и мотоциклетного спорта, методы обучения и технико-тактического совершенствования;
- специфику и содержание этапов многолетнего тренировочного процесса, принципов организации и построения учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.
- основные положения правил соревнований в автомобильном и мотоциклетном спорте;
- специфику внешних условий физкультурно-спортивной деятельности в автомобильном и мотоциклетном спорте;
- материально-техническое обеспечение, необходимое для организации учебной и спортивной деятельности в автомобильном и мотоциклетном спорте;
- основы научно-исследовательской деятельности с учетом специфики автомобильного и мотоциклетного спорта;
- основы учебно-тренировочной и соревновательной деятельности в автомобильном и мотоциклетном спорте;
- актуальные проблемы теории и методики в автомобильном и мотоциклетном спорте;

Уметь:

- использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для воспитания патриотизма и любви к Отечеству, стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях;

- определять способности и уровень готовности личности включиться в соответствующую физкультурно-спортивную деятельность;

- определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья, физического совершенствования;

- планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физкультурной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей, конфессиональной принадлежности по религиозному признаку в целях совершенствования поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся;

- использовать в своей деятельности профессиональную лексику;

- использовать в профессиональной деятельности актуальные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья, подбирать средства и методы, адекватные поставленным задачам. А также уметь адаптировать свои знания и умения в работе с военнослужащими различных силовых структур Министерств и ведомств, исходя из решаемых ими задач;

- использовать технические средства и инвентарь для повышения эффективности физкультурно-спортивных занятий;

- определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития;

- использовать свои профессионально-значимые знания, умения и навыки для проведения самостоятельных занятий по повышению уровня водительского мастерства с военнослужащими различных силовых подразделения Министерств и ведомств, с водителями всех категорий транспортных средств, а также с водителями-инвалидами;

- использовать методы педагогической и психологической диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся;

- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике управления автомобилем, мотоциклом, аквабайком, квадрациклом, снегоходом, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования;

- использовать информацию психолого-педагогических, медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить коррективы в процесс занятий;

- осуществлять профилактику травматизма и оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим в процессе учебно-тренировочных и спортивных занятий;

- аргументировать социальную и личностную значимость избранного вида физкультурно-спортивной деятельности, прогнозировать условия и направления ее развития в социально-культурном аспекте, формировать мотивации у населения для занятий избранным видом спорта;

- реализовывать в профессиональной деятельности права и свободы человека и гражданина;

- ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом;

- уметь критически оценивать и корректировать собственную профессиональную деятельность в зависимости от результатов контроля за деятельностью занимающихся;

- разрабатывать и составлять финансовую отчетность, заключать договора на аренду, заказывать и приобретать необходимый инвентарь и оборудование;

- организовывать и проводить физкультурно-массовые мероприятия и спортивные соревнования;

- организовывать и проводить в доступных формах научные исследования в сфере профессиональной деятельности.

- пользоваться измерительной и вычислительной техникой, справочной и специальной научно-методической литературой, результатами научных исследований.

Владеть:

- методами определения способностей и уровня готовности личности включиться в соответствующую физкультурно-спортивную деятельность;

- приемами определения общих и конкретных целей и задач в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья, физического совершенствования;

- методами планирования различных форм занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физкультурной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей, конфессиональной принадлежности по религиозному признаку в целях совершенствования поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся;

- актуальными приемами обучения и воспитания, разнообразными формами занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья;

- приемами использования технических средств и инвентаря для повышения эффективности учебно-тренировочных и спортивных занятий;
- методами диагностики функционального состояния, физического развития и уровня подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития;
- методами педагогической и психологической диагностики, изучения коллектива и индивидуальных особенностей занимающихся;
- приемами и средствами профилактики травматизма, оказания первой доврачебной помощи пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий;
- методами разработки и составления финансово-отчетной документации, заключения договоров на аренду, оформления заказов на приобретение физкультурно-спортивного инвентаря;
- способами организации и проведения физкультурно-массовых мероприятий и спортивных соревнований;
- способами организации и проведения научных исследований в сфере профессиональной деятельности;
- методами использования измерительной и вычислительной техники, справочной и специальной научно-методической литературы, результатов научных исследований;
- различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности;
- техникой управления автомобилем, мотоциклом, квадроциклом, снегоходом, а также приемами объяснения и демонстрации основных и вспомогательных упражнений;
- способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в автомобильном и мотоциклетном спорте;
- методиками рационального использования учебно-лабораторного и управленческого оборудования, специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техники;

- способами установления контактов и поддержания взаимодействия с субъектами деятельности в сфере физической культуры и спорта в условиях поликультурной среды;

- способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны;

- методами проведения научных исследований в сфере профессиональной деятельности;

- методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта, приемами агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.

**IV. Структура и содержание дисциплины первого года очной
формы обучения (1-й и 2-й семестры)**

*Общая трудоемкость 14,5 з.е. или 522 час.,
ауд.–180 час. (36 час.- лек., 144 час.- прак.), СРС- 333 час., экз.– 9 час.*

№	Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)					Итого	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Аудиторные занятия			СРС	Внеаудиторная		
				Лекции	Практические занятия	Экзамен				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
	Раздел 1. Общие основы ТИМ автомобильного и мотоциклетного спорта	I		6	30		36	72		
	1.1. Введение в специализацию		1	2	-		-	2	Опрос	
	1.2. История развития автомобильного и мотоциклетного спорта		1	-	2		10	12	Реферат	
	1.3. Объективные условия спортивной деятельности		2	-	2		6	8	Самооценка спортивного мастерства	
	1.4. Безопасность и профилактика травматизма		2	2	-		6	8	Отчет по практическим заданиям	
	1.5. Современные		3	-	2		4	6	Выполнение	

	конструкции спортивной техники								контрольных заданий
	1.6. Спортивные достижения Российских гонщиков		3	-	2		4	6	Опрос
	1.7. Трассы для соревновательной деятельности		4	2	4		4	10	Контрольная работа
	1.8. Основные положения правил соревнования		5-6	-	18		2	18	Зачет
	Раздел 2. Нормативная база Автомобильного и мотоциклетного спорта	I		4	34		34	72	
	2.1. Общие Документы		7	2	4		6	12	Характеристика деятельности федерации
	2.2. Классификация и технические требования		8	2	4		4	10	Выполнение контрольных заданий
	2.3. Гонки по пересеченной местности		8-10	-	4		8	12	Комментарии по видеофрагментам
	2.4. Ралли		11-12	-	4		6	10	Устный опрос
	2.5. Ралли-рейды, трофи-рейды, триал		12-13	-	6		4	10	Характеристика спортивной дисциплины
	2.6. Зимние трековые гонки		14	-	6		2	8	Комментарии к зимним гонкам
	2.7. Дрег-рейсинг, дрифтинг, автомобильное и мотоциклетное многоборье		15	-	6		4	10	Анализ интернет сайтов
	Всего за 1 семестр			10	64		70	144	Зачет
	Раздел 3. Основы	II		12	30		70	112	

	спортивной техники управления транспортными средствами								
	3.1. Классификация, систематика, терминология		16	2	4		10	16	Составление схемы основных элементов мастерства
	3.2. Посадка как базовая основа управляющей деятельности в отдельных дисциплинах автомобильного и мотоциклетного спорта		17	2	4		10	16	Задание по рекомендациям гонщика
	3.3. Техника старта и стартового разгона	II	18	2	4		10	16	Рекомендации по технике старта
	3.4. Классификация приемов руления		19	2	4		10	16	Составление схемы техники руления
	3.5. Классификация приемов торможения		20	2	4		10	16	Рекомендации по технике торможения
	3.6. Классификация поворотов		21 - 22	2	4		10	16	Графическое задание по категориям поворотов
	3.7. Классификация приемов преодоления неровностей		23	-	6		10	18	Реферат
	Раздел 4. Методика начального обучения	II		10	42		67	119	
	4.1. Структура тренажерной подготовки		24	2	6		10	18	Опрос
	4.2. Состав изучаемых приемов и двигательных		24	-	6		9	15	Составить таблицу базовых упражнений

	композиций								
	4.3. Комплекс подготовительных упражнений		25	2	6		10	18	Показ элементов
	4.4. Комплекс основных упражнений		26	2	6		8	16	Показ элементов
	4.5. Комплекс комбинированных упражнений		27	2	6		8	16	Показ элементов
	4.6. Комплекс имитационных упражнений		28	-	6		8	16	Показ элементов
	4.7. Комплекс контрольных упражнений		29	-	6		8	14	Проведение тестирования
	4.8. Педагогические особенности проведения начального обучения		30	2	-		6	8	Реферат
	Раздел 5. Организация процесса обучения	II		4	8		18	30	
	5.1. Начальное обучение в автошколах		30	2	-		4	6	Опрос
	5.2. Начальное обучение мотоспорту в СТК и ДЮСТШ		31	-	4		4	8	Оценка собственного опыта
	5.3. Формы учебно-тренировочной работы		32	2	-		6	8	Контрольное задание
	5.4. Особенности управления процессом обучения		32	-	4	-	4	8	Особенности группового метода обучения
	Итого за 2 семестр			26	80	9	155	261	Экзамен
	Итого часов за год			36	144	9	333	522	

V. ПРОГРАММНЫЙ МАТЕРИАЛ, ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Раздел 1. Общие основы ТиМ автомобильного спорта и мотоциклетного спорта

Тема 1.1. Введение в специализацию

Лекция

Предмет, задачи, содержание курса. Программный материал по годам обучения. Организация изучения курса Теория и методика автомобильного и мотоциклетного спорта. Требования к комплексной подготовке студентов. Основные зачетные требования. Права и обязанности студентов при прохождении курса специализации.

Тема 1.2. История развития автомобильного спорта и мотоциклетного спорта.

Практические занятия

Возникновение и развитие автомобильного и мотоциклетного спорта. Зарождение автомобильного и мотоциклетного спорта в России и особенности их развития в настоящее время.

Чемпионаты мира, Европы, международные соревнования по автомобильному и мотоциклетному спорту, их квалификация и виды. Рекорды по автомобильному и мотоциклетному спорту. Чемпионаты РФ и традиционные соревнования по автомобильному и мотоциклетному спорту. Развитие автомобильного и мотоциклетного спорта в развитых странах Европы, Америки, Азии, Африки.

Современный уровень спортивных результатов российских и зарубежных спортсменов.

Самостоятельная работа

Анализ развития автомобильного и мотоциклетного спорта за последние годы. Важнейшие достижения ученых и тренеров в

технической и тактической подготовке, методике обучения и тренировке автомобилистов и мотоциклистов. Новые и перспективные модели спортивных транспортных средств. Изменения в правилах соревнований и других нормативных документах.

Цели и задачи по совершенствованию теории и методики обучения в технических видах спорта. Сравнительный анализ результатов российских спортсменов на последних чемпионатах мира по мотоциклетному спорту, чемпионатах Европы и мира по автомобильному спорту, Кубке Европы по мотоболу. Характеристика спортивного мастерства российских спортсменов. Основные условия и причины, способствующие достижению высоких спортивных результатов. Выявление новых тенденций и особенностей развития автомобильного и мотоциклетного спорта.

Тема 1.3. Объективные условия спортивной деятельности

Практические занятия

Общая характеристика условий проведения соревнований по автомобильному и мотоциклетному спорту. Зимние и летние соревнования. Классификация и краткая характеристика основных соревнований по мотоциклетному спорту: массовые виды, мотоциклетный кросс, трековые гонки (по гравийной дорожке и льду), шоссейно-кольцевые гонки, многодневные соревнования, мотобол. Особенности организации и проведения соревнований.

Классификация и краткая характеристика основных соревнований по автомобильному спорту: массовые виды, картинг, автомобильное многоборье, автомобильный кросс, дорожные гонки, автомобильное ралли, шоссейно-кольцевые гонки. Особенности организации и проведения соревнований.

Самостоятельная работа

Условия проведения соревнований по автомобильному и мотоциклетному спорту. Критерии, определяющие организацию соревнований различного уровня.

Тема 1.4. Безопасность и профилактика травматизма.

Лекция

Анализ видеозаписей календарных соревнований чемпионатов мира и Европы по автомобильному и мотоциклетному спорту. Стационарные и временные трассы (скоростные участки), спортивная техника, система безопасности, судейство. Участники соревнований, выдающиеся спортсмены. Техническое и тактическое мастерство российских и зарубежных гонщиков. Характер контактной и бесконтактной борьбы, экстремальные условия движения, аварии на соревнованиях, экстренная помощь пострадавшим.

Тема 1.5. Современные конструкции спортивной техники

Практические занятия

Техническая революция в мире автомобильной и мотоциклетной техники. Борьба производителей за рынки сбыта. Монополизация автомобильной и мотоциклетной индустрии. Приоритет технологий. Роль и место автомобильного и мотоциклетного спорта в сбыте массовой и уникальной автомобильной и мотоциклетной техники. Лидирующее положение японских производителей. Спортивная продукция концернов: "Хонда", "Судзуки". "Кавасаки", "Субару", "Мицубиси", "Тойота", "Бридж-стоун",

Спортивные традиции европейских и американских суперфирм: "Фиат", БМВ, "Мерседес", "Форд".

Модели современной спортивной техники, обеспечившие победу в чемпионатах мира, Европы, традиционных международных

соревнованиях.

Характеристика спортивной продукции российских производителей и малых предприятий за рубежом, производящих доработку спортивной техники и подготовку к соревнованиям: ВАЗ, ГАЗ, ИЖМАШ. Тюнинговые фирмы в России.

Практические занятия

Классификация спортивных и гоночных автомобилей. Категория, группа и класс спортивных автомобилей. Автомобили легковые серийные и созданные на их базе. Полноприводные автомобили WRC, имеющие международную регистрацию и отвечающие предписаниям Приложения "J" МСК ФИА. Автомобили группы А, зарегистрированные ФИА ФИСА. Зачеты "Туризм" с приводом на одну ось (классы А7 до 1400 см³, А8 до 1600 см³, А9 до 2000 см³). Автомобили группы "N-J", имеющие действующую омологацию ФИА и максимальный эффективный объем двигателя до 3500 см³ без подразделения на классы. Автомобили "Н-КиТТ" производства стран СНГ с двигателем до 1500 см³. Класс автомобилей ОБ, включающий автомобили группы подготовки WRC (World Rally Car), автомобили группы А, не вошедшие в зачет "Туризм", мелкосерийные автомобили групп А5, Б КиТТ.

Автомобили гоночные. Группа С-прототипы, группа Д – гоночные автомобили международных формул: Ф1, Ф3000, Ф2 и Ф3. Группа Е – гоночные автомобили национальных формул. Категория Г – микроавтомобили карт.

Самостоятельная работа

Особенности конструкций современных спортивных и гоночных автомобилей для АКГ, ралли, кросса, трековых гонок, ралли-рейдов. Мировые лидеры-производители спортивной техники и их достижения в области передовых технологий. Результаты конкурентной борьбы между европейскими и японскими производителями в различных

областях автомобильного спорта.

Современные достижения мотопроизводителей в форсировке двигателей, применение композитных материалов, новых технических решений эргономики, надежности и динамики спортивных мотоциклов. Особенности последних достижений японских концернов "Ямаха", "Судзуки", "Кавасаки", "Хонда" для отдельных видов мотоциклетного спорта.

Ознакомление с современной спортивной техникой для ралли. Сравнительные характеристики переднеприводного, заднеприводного и полноприводного автомобилей. Конструктивные особенности. Эргономика. Основные характеристики двигателя и ходовой части. Компьютерные устройства. Тормозные системы. Впрыск. Турбонадув. Системы автоматического пожаротушения.

Самостоятельная работа

Знакомство с лучшими достижениями в области производства отечественной спортивной автомобильной и мотоциклетной техники на постоянно действующей выставке в комплексе «Крокус Сити» в г. Москва, других выставках.

Тема 1.6. Спортивные достижения Российских гонщиков

Практические занятия

Возникновение и развитие автомобильного и мотоциклетного спорта. Зарождение автомобильного и мотоциклетного спорта в России и особенности их развития в настоящее время. Чемпионаты мира, Европы, международные соревнования по автомобильному и мотоциклетному спорту, их квалификация и виды. Рекорды по автомобильному и мотоциклетному спорту. Чемпионаты РФ и традиционные соревнования по автомобильному и мотоциклетному спорту. Развитие автомобильного и мотоциклетного спорта в развитых

странах Европы, Америки, Азии, Африки. Современный уровень спортивных результатов российских и зарубежных спортсменов.

Самостоятельная работа

Анализ состояния автомобильного и мотоциклетного спорта в России. Организационная структура автомобильного и мотоциклетного спорта. Роль и деятельность ДОСААФ.

Обсуждение актуальных вопросов развития автомобильного и мотоциклетного спорта, объективных условий спортивной деятельности. Роль и место тренера в системе подготовки спортсменов разной квалификации, в подготовке допризывной молодежи, в профориентации детей и подростков.

ТЕМА 1.7. Трассы для соревновательной деятельности

Лекция

Рекомендации по безопасности для автомобильных гоночных трасс.

Приложение "о" к международному спортивному кодексу ФИА. Определения: кольцевая трасса, комиссия по инспектированию, инспекция для проверки безопасности. Процедура создания новой трассы. Инспекция новых и временных трасс. Градации лицензии (А - все классы, Б - Ф1600, "Туризм", "Волга"). Концепция трассы (виды соревнований, характер местности, традиции, экономика и эстетика). План, ширина, длина, продольный профиль, поперечный уклон, видимость, повороты, края дорожки, стартовая прямая. Меры безопасности (оградительные барьеры, система гасящих скорость устройств). Размещение зрителей. Здания и сооружения. Служебные дороги. Реклама.

Практические занятия

Паспортизация спортивных трасс.

План трассы (ориентация, направление движения, здания, сооружения, подъездные дороги, зоны размещения зрителей, защитные барьеры и устройства, пост управления, заправочно-ремонтные пункты, расположение стартовой линии, машин "Скорой помощи", медицинского центра, вертолетной площадки, противопожарных средств, судейских постов. Профиль центральной линии дорожки по длине и высоте.

Описательная информация: адрес и принадлежность трассы, категории и классы допускаемых транспортных средств, характеристика трассы, стартовая зона, расположение и описание судейских постов, система внутренней и внешней связи, описание медицинской, спасательной и противопожарной служб, штатный состав обслуживающего персонала.

Расчет количества стартующих транспортных средств, минимальная длина трассы в км для продолжительности гонки от 1 до 4 час. Максимальное число транспортных средств, допущенных к участию в соревнованиях. Коэффициенты: L (длина трассы), W (минимальная ширина), T (длительность гонки), G (группа транспортных средств). Максимальное число транспортных средств, допущенных к тренировке и квалификационным заездам.

ТЕМА 1.8. Основные положения правил соревнований

Практические занятия

Основные нормативные документы, определяющие виды и форму проведения соревнований, их содержание и способ определения результата.

Правила соревнований, их утверждение и изменение. Технические требования к классификации автомобилей для занятий автомобильным спортом. Положение о соревновании. Организатор соревнований и

судейская коллегия. Подготовка соревнований. Выбор и утверждение места и времени проведения соревнований, допуск участников. Допуск автомобилей. Форма зачета и поощрения победителей. Судейская коллегия, распределение функций, деятельность при подготовке и проведении соревнований. Судейская документация и ее заполнение.

Права и обязанности участников соревнований. Меры, обеспечивающие безопасность участников и зрителей.

Общие правила соревнований по автоспорту. Старт. Финиш. Порядок движения по трассе. Хронометраж. Счет кругов. Определение средней скорости. Оказание помощи. Определение личных и командных результатов. Инвентарь и правила его применения. Сигнальные флаги. Права и обязанности. Экипировка. Представители команд. Автомобили участников. Стартовые номера.

Судейская коллегия. Главный судья и его заместители. Главный секретарь. Секретариат соревнования. Председатель технической комиссии. Судьи – технические контролеры. Главный хронометрист и хронометристы. Старший судья на старте-финише. Судья при участниках, судьи на выпуске. Начальник дистанции. Старший судья дополнительных соревнований (СУ). Судьи на дистанции. Судьи – контролеры. Судья по информации. Спортивные комиссары. Протесты. Апелляции. Взыскания.

Практические занятия

Организация и судейство соревнований по мотоциклетному спорту.

Права и обязанности организатора соревнований. Согласование сроков и места проведения соревнований с территориальными органами власти и Федерацией, разработка положения о соревнованиях, своевременное его утверждение и рассылка предполагаемым

участникам. Оборудование мест проведения соревнований средствами связи (телефон, ГГС).

Разработка плана безопасности соревнований (подготовка и освидетельствование трассы, мероприятия по безопасному размещению зрителей, обеспечение информацией участников и зрителей о порядке их поведения во время соревнований, обеспечение беспрепятственного доступа в любую точку трассы автомобилей "Скорой помощи" и противопожарной службы). Подготовка и комплектование судейской бригады.

Организация медицинского обеспечения. Прием заявок от участников соревнований.

Практические занятия

Положение о соревнованиях, общие требования к разработке Положения о соревнованиях. Цель, задачи, время и место проведения соревнований. Требования к участникам соревнований. Требования к участникам соревнований и технической оснащенности. Определение характера соревнований (личные, командные, лично-командные, открытые или закрытые, этапные). Протяженность трассы, ее основные характеристики. Порядок старта и финиша. Условия подачи заявок.

Общие правила проведения соревнований по мотоциклетному спорту. Основные виды соревнований и их краткая характеристика. Порядок определения личных и командных результатов.

Правила принятия старта (с места, с ходу). Индивидуальные, групповые и общие старты, старты с работающим и неработающим двигателем.

Правила движения гонщика по трассе. Хронометраж. Официальные сигналы. Завершение гонок (финиш).

Практические занятия

Изучение судейского оборудования и инструментов.

Знакомство с методикой маркирования агрегатов и узлов мотоцикла, подлежащих техническому контролю. Овладение методикой подсчета кругов, хронометрированием, отслеживанием лидера, передачей информации об опасности.

Участие в организации и проведении соревнований. Разработка положения о соревнованиях по мотоциклетному (автомобильному) спорту. Обустройство спортивной трассы. Участие в судействе соревнований в качестве помощников судей и секретарей.

Практические занятия

Дополнительные правила. Условия и порядок установления рекордов (требования к трассам, старты движения, хронометраж, результат, регистрация). Дорожные гонки: спринт, подъем на холм, горные гонки. Хронометрируемые тренировки. Использование дорог общего пользования. Порядок старта. Определение времени лучшего круга. Трековые гонки. Использование круговой и олимпийской системы с выбыванием. Отбор участников для финальных заездов. Характеристика трека. Старт и фальстарт в заезде. Принципы определения результатов в личном и командном зачете. Картинг: кольцевые и трековые гонки, фигурное вождение. Классы: "Пионер" 9 - 14 лет, "Юниор" 14-16 лет. Трассы (длина 700-1500 м, ширина 6 м и более). Максимальное количество картов – 34. Размещение зрителей. Хронометраж и зачет. Кросс. Соревновательные трассы. Юношеские соревнования (14-18 лет). Трассы (длина – более 600 м, ширина на прямой более 10 м, ширина в повороте до 16 м, длина прямолинейных участков до 200 (400 м). Количество участников (12/км). Стартовая

площадка. Порядок старта и движения. Наказание за фальстарт.

Ралли. Функции в экипаже. Звездный сбор. Регламентирующие документы: маршрутный лист, схема, легенда. Дорожные и скоростные участки. Стенографирование СУ. Режим движения. Пенализация за опережение и опоздание. Пункты КВ, ВКВ, КП. Система постоянного расписания (ПР). Система изменяемого расписания (ИР). Суммирование опозданий. Дополнительные соревнования (ДС). Личный и командный зачет. Технический контроль.

Участие в судействе одного из видов автомобильного спорта в качестве: маршала по безопасности, судьи на трассе, судьи при участниках, технического контролера, хронометриста.

Участие в судействе учебного соревнования в одном из видов массового автомобильного спорта (скоростное маневрирование, экономичное вождение, автослалом, многоборье).

Раздел 2. Нормативная база автомобильного и мотоциклетного спорта

Тема 2.1. Общие документы

Лекция

Устав Российской автомобильной федерации (РАФ) и Национальной Российской Мотоциклетной Федерации (НРМФ). Общие положения. Цели, задачи деятельности федерации. Права и обязанности федерации. Структура федерации. Руководящие и контролирующие органы. Члены федерации, их права и обязанности. Собственность имущества и средства федераций. Порядок внесения изменений и дополнений в устав. Прекращение деятельности и ликвидация. Руководящие органы Президиум федераций. Совет по спорту. Комитеты и комиссии. Апелляционный суд.

Практическое занятие

Региональные отделения федераций, наименование субъекта РФ.

Наименование регионального отделения. Адреса, телефоны председателя.

Практическое занятие

Победители и призеры официальных соревнований разных лет по: кольцевым гонкам, картингу, кроссу, ралли-кроссу, трековым гонкам, дрег-рейсингу, ралли, трофи-рейдам, ралли-рейдам, ралли-марафонам.

Самостоятельная работа

Изучение Всероссийского календаря соревнований по автомобильному спорту.

Изучение Всероссийского календаря соревнований по мотоциклетному спорту.

Самостоятельная работа

Изучение спортивного кодекса РАФ и НРМФ. Основные принципы. Термины и определения. Международные соревнования, Первенства, Кубки РФ.

Тема 2.2. Классификация и технические требования

Лекция

Классификация и технические требования (КиТТ).

Практические занятия

Спортивная классификация автомобилей. Определения требования безопасности, технические требования к автомобилям категорий: А, Н, Б, 5. Таблица разрешенных и контролируемых параметров.

Практическое занятие

Правило применения каркасов безопасности. Экипировка гонщиков. Применение систем пожаротушения. Методика измерения уровня шума.

Самостоятельная работа

Составления карты технической инспекции. Участник. Адрес. Категория транспортного средства (ТС). Изготовитель. Марка. Год выпуска. Колесная форма. Колея. База. Снаряженная масса. Двигатель. Турбина. КПП. Рулевой механизм. Тип подвески. Мост. Тормозная система. Стояночный тормоз.

Самостоятельная работа

Ознакомление с техническими характеристиками мотоциклов, участвующих в мотокроссе, кольцевых гонках (летний и зимний спидвей), мотоболе, многодневных гонках (эндуро), ралли-рейды, мотофрестайле, квадроциклах (ATV), снегоходах.

Тема 2.3. Гонки по пересеченной местности

Практическое занятие

Правила соревнования по кроссу и ралли-кроссу. Определение. Регламентирующие документы. Участники, водители и команды. Автомобили и экипировка участников. Трассы соревнований. Меры безопасности. Заявки.

Административные проверки. Медицинский контроль. Технические инспекции. Системы заездов. Старт. Движение по трассе Финиш. Закрытый парк. Пенализация. Определение результатов. Реклама. Протесты и апелляции.

Практическое занятие

Требование к трассам. Полотно трассы. Стартовая зона. Контроль безопасности зрителей. Джокер. Система заездов. Тренировка и брифинг для водителей. Общие правила для квалификационных заездов. Финальные заезды.

Практическое занятие

Система отборочных заездов. Олимпийская система с выбыванием. Порядок использования таблицы для начисления очков по занятым местам. Флаги, применяемые для проведения соревнований. Сводная таблица пенализации.

Самостоятельная работа

Изучение регламентов проведения Чемпионатов РФ по мотокроссу. Цель. Задачи. Сроки. Участники.

Технические требования к мотоциклам. Безопасность гонщиков, зрителей и судей. Определение результатов. Подведение итогов. Награждение победителей.

Тема 2.4. Ралли

Практические занятия

Правила организации и проведения ралли. Основные определения. Общие условия участия. Участники. Заявка на участие. Заявочные взносы. Экипажи. Допускаемые автомобили. Официальные документы. Дорожная книга. Маршрутный лист. Бюллетени. Классификация. Официальные лица.

Практические занятия

Изучение деятельности официальных лиц: спортивных комиссаров, наблюдателей, делегата по безопасности, технического делегата, руководителя гонки, комиссаров по безопасности, и маршруту, офицере по связям с участниками, офицера парка сервиса, главного врача соревнования, руководителя пресс-центра, секретарей ралли, хронометристов, технических контролеров, судей на трассе.

Практические занятия

Стандартные знаки контроля в ралли: КВ, старт СУ, финиш СУ, Стоп, Окончание зоны контроля, КП, начало и окончание заправочной зоны, Пост связи, Медицинский пост, Зона контроля шин, расположения знаков в ралли.

Самостоятельная работа

Дорожная книга, ее форма и содержание. Серия дорожных книг для многоэтапных соревнований. Заголовки на русском и английском языках. Обозначения постов безопасности и расположения автомобилей скорой помощи. Координаты судейских постов GPS.

Самостоятельная работа

Оборудование и требования безопасности. Обязательная экипировка экипажа: шлем, подшлемник, несгораемый комбинезон, обувь, перчатки. Сидения и их крепления. Ремни безопасности. Противопожарное оборудование. Ручные отключатели. Два наружных зеркала. Многослойные лобовые стекла. Наружный отключатель массы. Дорожный просвет. Топливные баки. Система охлаждения. Система выпуска отработавших газов. Крепление двигателя. Трансмиссия.

Подвеска. Рулевое управление. Осветительное оборудование. Кузов.

Тема 2.5. Ралли-рейды, трофи-рейды, триал

Практические занятия

Правила организации и проведения ралли-рейдов. Определения и терминология. Ралли-рейд. Баха. Марафон. Маршрут соревнования. Время проведения. Этапы соревнования. Навигационный этап. Спортивный паспорт. Дорожная секция (лиазон). Скоростной участок. «Супер» специальный участок. Участник соревнования. Представитель участника. Норма времени. Регрупинг.

Практическое занятие.

Закрытый парк. Бюллетень. Информационная записка. Брифинг. Маршрутный лист. Контрольная карта (корнет). Бивуак. Зона размещения. Фиксированная пенализация. Ремонтные работы. Сервис. Буксировка. Протест. Точки GPS. Парк сервиса.

Практическое занятие

Группы участвующих автомобилей: «Супер продакшн» - ралли-рейд Т1; «Продакшн» Базовый – ралли-рейд Т2Б; «Продакшн Допущенный» - ралли-рейд Т2Д; Национальный – ралли-рейд N; «Грузовики» -ТУ; «Рейд спорт»-R/

Самостоятельная работа

Идентификация. Фамилии и имена водителей. Национальные флаги. Фотографии. Зачетная группа. Стартовый номер. Браслет. Бэджи.

Реклама. Страхование. Административные проверки (АП). Техническая инспекция (ТИ). Порядок старта.

Маршрут и дорожная книга. Дорожное движение. Помощь. Контрольная карта (КОРNET). Контрольные зоны судейских пунктов. Контроль времени. Контроль прохождения.

Контроль скорости. Скоростной участок. Регрупинг. Закрытый парк. Протесты, апелляции. Штрафы и пенализация. Определяющий текст.

Самостоятельная работа

Таблица пенализации. Превышение норматива. Отсутствие на брифинге. Отсутствие члена экипажа. Несоответствие характеристик автомобиля. Отсутствие спортивного номера. Размещение рекламы других соревнований. Отсутствие идентификационной карты. Отсутствие обязательной рекламы. Опоздание. Запрещенная разведка местности. Отклонение от маршрута. Несоблюдение ПДД. Запрещенная помощь. Действие в аварийной ситуации. Опоздание на КВ. Превышение лимита скорости.

Самостоятельная работа

Характеристика условий проведения трофи-рейдов и джип-триалов. Терминология. Особенности трасс. Номенклатура соревнований. Участники. Автомобили. Дополнительные условия.

Тема 2.6. Зимние трековые гонки

Практическое занятие

Правила организации и проведения соревнований по зимним автомобильным гонкам. Общие положения. Нормативные документы. Официальные лица. Структура соревнований. Участники. Заявки. Страхование. Экипировка. Зачеты. Автомобили. Реклама. Свободные тренировки. Квалификационные заезды. Старт. Движение по трассе. Направление движения. Некорректное поведение. Опасная езда. Системы зачета. Пенализация.

Практическое занятие

Правила организации и проведения соревнований по автомобильным кольцевым гонкам. Терминология и определения. Команда. Персонал участника. Представитель. Автодром. Гоночная дорожка. Трасса. Персонал организатора. Паддок. Пит-уол. Пит-лайн. Боксы. Рабочая зона. Полоса движения. Зона безопасности. Пункт управления. Информационное табло. Пресс-центр. Закрытый парк.

Самостоятельная работа

Условия допуска водителей. Заявочные и стартовые взносы.

Административный контроль. Медицинский контроль. Техническая инспекция. Взвешивание. Стартовые номера. Обязательные надписи. Общие условия безопасности. Свободные тренировки. Стартовая решетка. Процедура старта. Остановка гонки. Повторный старт. Автомобиль безопасности. Финиш. Наказания. Классификация. Равенство результатов.

Самостоятельная работа

Требования к трассам. Покрытие – лед толщиной более 15 см. Длина прямолинейного участка до 400 м. Длина стартовой прямой до 250 м. Не допускаются подъемы более 10%. Барьеры безопасности не меньше 1.2 м. Линия старта располагается на горизонтальном участке. Посты сигнализации располагаются внутри трассы. Рекомендуется применение стартового светофора. Для эвакуации автомобилей применяются тягачи (УХУ). В закрытом парке должны находиться 2 автомобиля «Скорая помощь».

Тема 2.7. Дрег-рейсинг, дрифтинг, авто и мотоциклетное многоборье

Практическое занятие

Организация и проведение соревнований по Дрег-рейсингу. Терминология и определения. Трасса. Зона торможения. Паддок. Зона Табло. Пресс-центр. Закрытый парк. Трибуны. Основные положения. Нормативная база. Организатор. Расписаний соревнований. Условия допуска. Административные проверки. Медицинский контроль. Запрещение проводить соревнования в дождь.

Практическое занятие

Формирование заездов. Процедура стартов. Особенности работы светофора. Фальстарт. Движение по трассе. Наказания. Равенство результатов. Просмотр видеосюжетов.

Самостоятельная работа

Определения: ДР (дрег-рейсинг), РАФ (Российская автомобильная федерация), FIA (международная автомобильная федерация), НАФ (национальная автомобильная федерация), МСК (международный спортивный кодекс), СК РАФ (спортивный кодекс Российской Федерации),

КиТТ (классификация технических требований), SFI (сертификация американского оборудования), ТДК (технический делегат), ЕТ (чистое время прохождения дистанции), ТС (транспортное средство).

Самостоятельная работа

Технические требования к легковым автомобилям. Семейство материалов. Взаимозаменяемость. Оригинальное происхождение. Шасси. Кузов. Багажное отделение. Пассажирский салон (кокпит). Капот. Крыло. Варианты амортизации.

Классификация автомобилей: FS – А «уличный быстрый», до 2500 см.³, FS-B «уличный быстрый» 2500 – 4000 см.³, SL 2 «уличный легкий» до 1800 см.³, N «Национальный» до 2500 см.³

Топливо. Разрешено любое жидкое углеводородное топливо (бензин, дизельное топливо, оксид пропилена, гидрозина). Разрешено использование закиси азота (N₂O).

Раздел 3. Основы спортивной техники управления транспортными средствами

Тема 3.1. Классификация, систематика, терминология

Лекция

Определение понятий "классификация", "систематика", "терминология". Развитие и основные принципы построения классификации и систематики. Требования, предъявляемые к классификации. Классификация спортсменов по возрастным группам, категориям и спортивной подготовке; признаки и систематика в автомобильном и мотоциклетном спорте. Международные спортивные кодексы ФИА и ФИМ (терминология и классификация).

Практическое занятие

Автодром (трасса суперспидвея). Автомобиль. АМА. Амортизаторы. Апекс (вершина). Апелляции. Апелляционный суд РАФ. Аэродинамика. Баха-ралли рейды. Бордюр. Виразж. Водитель. Воздушный мешок. Временная дисквалификация. Гандикап. Главный секретарь. Гонки. Гоночная линия

(траектория). Гражданство участника или Водителя. Грелка для шин. Дуга (каркас безопасности). Задержка награждения. Заезды. Закрытое соревнование. Закрытый парк (парк ферме). Замена водителя. Запрещенные соревнования. Заявка автомобилей. Зона схода. Идентификация Транспортных средств. Избыточная поворачиваемость. Исключение. Квалификация. Колёсная база. Комиссар по безопасности и маршруту. Контролёры закрытого парка. Контроль тяги. Контрольная линия. Кросс. Круг лидера. Линейная гонка. Линия старта. Линия финиша. Лицензия. Лишение лицензии. Ложная реклама. Лошадиная сила. Маршрут. Международное соревнование. Международные трассы.

Самостоятельная работа

Международный Апелляционный суд ФИА. Международный рекорд. Местный рекорд. Миля и километр. Мировой рекорд. Многоэтапное соревнование. Монокок. МСК ФИА. Наблюдатель. Нарушение требований Спортивного Кодекса. НАСКАР.

Национальное соревнование России. Недопустимые протесты. Недостаточная поворачиваемость. Неклассифицируемое соревнование. Номера лицензий. Владелец поул-позишен. Ограниченное соревнование. Опасность. Опасные конструкции.

Организатор. Организационный комитет. Офицер по связи с Участниками. Официальное соревнование РАФ. Паддок (парк-стоянка). Пенализация. Перечень Официальных лиц. Пит-лейн (ремонтно-заправочные боксы). Подвеска. Поджигание. Подиум. Подкат. Помощники Судей. Поул-позиция (поул; первое стартовое место).

Право на Протест. Прижимная сила. Признаваемые времена и дистанции рекордов. Признание рекорда. Программа. Противопожарная защита. Псевдоним. Рабочий объем (литраж). Равенство в заездах. Разрешение на организацию. Ралли второй категории (туристический сбор). Ралли первой категории (спортивное соревнование). Ралли третьей категории (любительское ралли). Ралли-рейд. Ралли-рейд марафон. Регламент

соревнования (Положение). Реестр обладателей лицензий. Рекорд России. Рекордсмен (обладатель рекорда). Ретардер (Шикана). Руководитель гонки.

Самостоятельная работа

Секретарь. Секретарь Коллегии Спортивных Комиссаров. Сигнальщик. Скольжение (занос, снос). Слик. Сопротивление лобовое. Соревнование. Состав резины шин (компаунд). Специальный участок. Спойлер. Спортивное мероприятие. Спортивный Кодекс Российской автомобильной федерации. Старт «с места». Старт «с хода». Стартовая решетка. Судьи Гандикапа. Судьи линии финиша. Судьи старта. Судьи факта. Супер-специальный участок. Сцепление. Телеметрия. Тест. (попытка, разминка). Технический комиссар. Технический Контролер. Траспортер. Трасса. Трек. Трековая гонка. Триал. Три-Овальный. Углеволокно (Углеродистое волокно). Управляемость. Участник. Факты для судейства. Фальстарт. ФИА. ФИМ. Формула-Инди (Инди-Кар). Хронометристы. Чемпионат. Чемпионат, Первенство, Кубок России, Чемпионат, Первенство, Трофей, Серия, Кубок РАФ. Шасси. Этап. Эффект земли (граунд-эффект).

Тема 3.2. Посадка как базовая основа управляющей деятельности в отдельных дисциплинах автомобильного и мотоциклетного спорта

Лекция

Требования к посадке. Посадка как готовность к экстренным действиям. Посадка как оптимальная рабочая поза спортсмена. Посадка как форма длительного сохранения высокой работоспособности. Посадка как способ максимального контакта с техническим транспортным средством.

Морфологические, биохимические и функциональные особенности посадки. Эргометрические признаки. Индивидуализация. Посадка и деятельность соматической, вегетативной и нервной системы спортсмена.

Практическое занятие

Классификация видов и разновидностей посадки в зависимости от конструктивных особенностей спортивной техники и дисциплин автомобильного и мотоциклетного спорта. Посадка и чувство автомобиля /

мотоцикла. Взаимосвязи в системе "гонщик – техническое транспортное средство – трасса - среда движения".

Самостоятельная работа

Характеристика основных элементов посадки. Эргономика спортивных технических транспортных средств. Подбор оптимальной посадки в зависимости от морфологических особенностей спортсменов. Последовательность технологических операций по индивидуальному подбору посадки. Особенности посадки в отдельных дисциплинах автомобильного и мотоциклетного спорта.

Самостоятельная работа

Основные элементы рациональной посадки. Положения головы и туловища. Положения рук и ног. Обеспечение максимального контакта с транспортным средством. Посадка и управляющие действия гонщика.

Особенности посадки в отдельных дисциплинах автомобильного и мотоциклетного спорта. Передняя, задняя и средняя посадки. Разновидности стоек: передняя, средняя, задняя, с боковым смещением, задняя оттяжка. Специфика посадки и смещений корпуса в кольцевых мотогонках. Особенности посадки водителя и колясочника в мотокроссе. Своеобразие посадки в мотоболе, мототриале.

Тема 3.3. Техника старта и стартового разгона

Лекция

Классификация приемов и способов старта и разгона. Виды разгона: с места, с ходу, служебный, экстренный, произвольный. Приемы дросселирования: основное (постоянное, переменное), компенсаторное (опережающее, синхронное). Способы управления акселератором: плавное, резкое, вариативное. Режим работы двигателя при ускорении: оптимальный, интенсивный, форсированный. Способы переключения передач: последовательное, с пропуском, в восходящем или нисходящем порядке. Способы управления сцеплением: плавное, резкое, с задержкой, с паузой.

Способы управления рычагом КПП: моментное, с паузой, задержкой.

Фазы разгона: ранняя, предрабочая, начальная, основная, компенсаторная, заключительная.

Практическое занятие

Характеристика разновидностей старта, стартового и дистанционного разгона в отдельных дисциплинах автомобильного и мотоциклетного спорта. Старт групповой, командный, индивидуальный.

Интенсивный и форсированный разгон в режиме максимального крутящего момента и максимальных оборотов двигателя. Особенности разгона на автомобилях с передним, задним и полным приводом. Способы загрузки заднего колеса мотоцикла.

Самостоятельная работа

Техника и тактика старта. Старт моторный и сенсорный. Отслеживание стартового сигнала периферическим зрением. Установка технического транспортного средства в предстартовой зоне. Требования к вертикальности мотоцикла и соосности колес автомобиля. Трогание с минимальной пробуксовкой колес. Варианты управления педалью или рычагом сцепления. Применение способа наката колес. Двойной выжим сцепления на переднеприводных автомобилях. Явный и скрытый фальстарт. Переключение передач в режиме максимального крутящего момента. Ранее или позднее переключение в зависимости от коэффициента сцепления и положения соперника. Ступенчатый разгон на льду. Прерывистый разгон на снежной целине и на грязевых участках трассы. Стартовый рывок и обгон на стартовой решетке в АКГ.

Самостоятельная работа

Разработка плана-задания начинающим спортсменом по отработке техники старта в мотоспорте. Стартовая посадка. Способы переменного дросселирования.

Противодействие влиянию опрокидывающего момента. Варианты работы рычагом сцепления. Подтормаживание переднего колеса. Контроль захлеста голени при трогании. Асимметричное положение ног при упоре на

одну подножку. Особенности старта в мотокроссе, спидвее со стартовой машины. Выбор стартовой позиции.

Тема 3.4. Классификация приемов руления

Лекция

Классификация техники руления. Значимость приемов руления. Виды, разновидности, способы, приемы. Основное руление: скоростное (темповое, равномерное, ускоренное, замедленное, с максимальной скоростью), силовое (преодолевающее, уступающее, с дозированным усилием, с максимальной скоростью); корректирующее: поисковое, уравнивающее, гиперкорректирующее, сопровождающее, тормозящее; компенсаторное: синхронное, опережающее, запаздывающее. Способы руления: круговой, импульсный, комбинированный. Хваты: основной, боковой, скрестный, закрытый, неполный, открытый, скользящий, стопорящий. Повороты рулевого колеса: одной и двумя руками, с перехватом и без перехвата, поочередно или одновременно. Разновидности перехватов: скрестный, через тыльную или ладонную часть кисти. Подкрут. Предварительный захват. Фазы руления.

Практическое занятие

Ознакомление с технологией обучения технике руления с позиций педагогики на практических занятиях Центра высшего водительского мастерства. Демонстрация приемов. Объяснение. Опробование. Разучивание. Методы контроля и коррекции.

Самостоятельная работа

Характеристика видов, способов и приемов руления применительно к ситуациям управления автомобилем. Ошибки в технике руления и их последствия. Сравнительный анализ приемов руления. Скоростные и силовые показатели техники руления у спортсменов высшей квалификации.

Оптимальное положение рук на рулевом колесе при управлении автомобилем одной и двумя руками. Характеристика различных способов захвата и удержания руля.

Тема 3.5. Классификация приемов торможения

Лекция

Классификация приемов торможения. Роль и место торможения в системе активной безопасности гонщика и водителя. Виды торможения: частичное, полное, служебное, экстренное, аварийное, стояночное. Способы торможения: основное, вспомогательное, дополнительное, внешнее. Торможение рабочим тормозом: плавное, резкое, прерывистое, ступенчатое, вариативное. Торможение двигателем: на постоянной передаче, с включением пониженных передач последовательно и с пропуском циклов, газ-тормоз. Комбинированное торможение. Переключение пониженных передач: ударное, мягкое, с перегазовкой. Фазы торможения: предварительная, подготовительная, начальная, экстренная, основная, компенсаторная, заключительная, аварийная.

Практическое занятие

Мотоспорт. Плавное торможение передним тормозом. Ступенчатое торможение задним тормозом. Последовательное переключение пониженных передач без выключения сцепления. Торможение с дополнительной загрузкой заднего колеса весом тела гонщика в задней посадке или стойке. Аэродинамическое торможение в МКГ.

Практическое занятие

Автоспорт. Приемы торможения левой ногой в поворотах для дополнительной загрузки упорного (наружного) колеса, перед преодолением неровности, перед вынужденным прыжком, для искусственного создания эффекта бокового соскальзывания задней оси на переднеприводном и полноприводном автомобиле. Торможение стояночным тормозом для выполнения скоростного разворота автомобиля.

Самостоятельная работа

Применение приемов и способов торможения в сложных и экстремальных условиях движения. Плавное торможение с постоянным усилием на дуге поворота и при снижении скорости на неровностях. Резкое

торможение для создания эффекта опережающей стабилизации (передняя разгрузка), для предотвращения прыжка на трамплине, для создания управляемого соскальзывания в фазе управляемого заноса.

Самостоятельная работа

Особенности применения импульсных форм торможения (прерывистое, ступенчатое, вариативное) при дефиците времени, дистанции и низком коэффициенте сцепления. Характер тормозных усилий по силе и продолжительности.

Нетрадиционные приемы торможения: боковым соскальзыванием, заносом задней оси, вращением автомобиля. Приемы аварийного контрактного торможения.

Тема 3.6. Классификация поворотов

Лекция

Особенности движения технического транспортного средства по криволинейной траектории. Центробежная сила и ее зависимость от кривизны дуги и скорости движения. Способы уравнивания центробежной силы.

Классификация поворотов. Простые, сложные, опасные, сочлененные, плавные, резкие, обратные. Категории поворотов: 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6 и 7. Геометрия движения. Основные фазы: подход, вход, движение по дуге, выход.

Способы прохождения поворотов. Вкатывание, силовое скольжение. Стабилизация при потере устойчивости и управляемости.

Практическое занятие

Техника прохождения поворотов.

Управляющие действия в зоне подхода. Активное вариативное торможение. Заход на оптимальную траекторию. Контрсмещение. Особенности раннего и позднего (глубокого) входа. Механизмы загрузки управляемых колес весом автомобиля. Композиция "загрузка-поворот-тяга" как способ перевода автомобиля на дугу поворота. Движение по дуге

поворота. Оптимальное положение рук. Баланс устойчивости с помощью руления и дросселирования. Ошибки, приводящие к потере устойчивости и управляемости. Выход в режиме ускорения. Распускание траектории.

Практическое занятие

Тактика прохождения поворотов. Понятие о сглаживающей траектории. Способы прохождения поворотов: вкатыванием, силовым скольжением, с заносом задней оси. Построение оптимальной траектории движения в поворотах разных категорий. Особенности прохождения простых и сложных поворотов. Характеристика поворотов по критерию безопасности. Особенности движения в режиме максимального крутящего момента и режиме максимальных оборотов. Изменение траектории в зависимости от характеристики работы в двигателе ("геометрия под мотор"). Преодоление неровностей на дуге поворота. Переключение передач и торможение в повороте. Особенности прохождения поворотов в предельном скоростном режиме.

Практическое занятие

Анализ видеозаписей прохождения поворотов в отдельных дисциплинах авто и мотоспорта. Рассмотрение вариантов оптимальной борьбы. Исполнительское искусство лучших гонщиков мирового класса.

Самостоятельная работа

Характеристика поворотов по геометрическим признакам. Взаимосвязь скоростного режима, технических приемов управления с категорией поворотов.

Способы прохождения поворотов: вкатывание, силовое скольжение, с заносом задней оси. Особенности прохождения поворотов в отдельных дисциплинах автомобильного и мотоциклетного спорта.

Самостоятельная работа

Ознакомление с приемами активной безопасности для стабилизации технического транспортного средства при потере устойчивости и управляемости в повороте. Опережающие и контраварийные действия.

Тема 3.7. Классификация приёмов преодоления неровностей

Лекция

Устойчивость и управляемость технического транспортного средства при преодолении неровностей. Классификация неровностей. Подъем, спуск, яма, канава, косогор, бугор, выступ, колея, трамплин, волны. Способы преодоления. Опережающая и последующая стабилизация. Опережающий подскок. Уступающая амортизация. Прыжок в спуск и "выстрелом". Фазы действий: подход, отрыв, полет, приземление. Безопорная фаза.

Стабилизация технического транспортного средства при потере устойчивости и управляемости. Влияние стабилизирующего и гироскопического моментов. Активная безопасность спортсмена.

Практическое занятие

Характеристика основных видов неровностей и способов преодоления. Резкое торможение перед преодолением ям, канав, уступов с помощью реакции подвески. Боковая разгрузка как способ преодоления отдельных препятствий. Создание устойчивости за счет использования гироскопических моментов вращающихся колес. Управление в ситуациях аквапланирования.

Самостоятельная работа

Ознакомление с техническими особенностями современной спортивной техники для скоростного преодоления неровностей. Газогидравлические амортизаторы: "Кони", "Бильштейн". "Сакс", "Монро", "Карбон". Пружины с переменным шагом. Усиленные рессоры полпоприводных автомобилей. Моноподвеска заднего колеса кроссовых моделей мотоциклов. Изменяемая жесткость подвески. Стабилизаторы поперечной устойчивости. Защиты бензобаков из современных композитных материалов. Средства противоскольжения. Дифференциалы повышенного трения (блокировки). Защитные устройства.

Самостоятельная работа

Активная безопасность при преодолении неровностей. Зацеп и упор как приемы повышения боковой устойчивости. Особенности стабилизации

технического транспортного средства в колесе. Боковая разгрузка различной амплитуды и ее выполнение с помощью приемов рывкового руления. Опережающая стабилизация (передняя разгрузка) с помощью различных приемов торможения. Особенности преодоления препятствия "лежащий полицейский".

Самостоятельная работа

Повышение управляемости при подбросе, подскоке, прыжке. Фазовый характер прыжка (подход, отрыв, полет, приземление) и управляющие действия гонщика. Стабилизация технического транспортного средства при продольном и поперечном раскачивании. Аквапланирование при преодолении водной поверхности. Преодоление неровностей различной конфигурации (косогор, отрицательный уклон, крутой спуск-подъем, трамплин).

Преодоление неровностей на различном покрытии (болото, песок, снежные переметы, дюны, броды). Способы эвакуации застрявшего транспортного средства с помощью технических средств (лебедки, домкраты, лаги).

Раздел 4. Методика начального обучения

Тема 4.1. Структура тренажерной подготовки

Лекция

Роль и место тренажерной подготовки в системе обучения и тренировки спортсменов разной квалификации. Виды тренажерных устройств и их возможности для формирования двигательных навыков и развития двигательных качеств. Особенности тренажерного метода начального обучения в технических видах спорта. Система подготовительных, основных, дополнительных и контрольных упражнений. Способы объективной и субъективной оценки мастерства. Логика построения учебного процесса. Особенности индивидуального и группового обучения.

Самостоятельная работа

Использование ТСО в учебном процессе. Разновидности тренажерных устройств, применяемых в обучении водителей и спортсменов. Применение видеозаписи руления и педалирования для оценки техники управляющих действий. Цифровая видеозапись и компьютерный анализ приемов. Телеметрическая регистрация ЧСС. Способы объективной оценки работоспособности и состояния здоровья.

Самостоятельная работа

Просмотр учебного видеофильма «Тренажерная подготовка военных водителей».

Тема 4.2. Состав изучаемых приемов и двигательных композиций

Лекция

Характеристика видов, разновидностей, способов и приемов, используемых спортсменами высшей квалификации при управлении автомобилем. Особенности управляющих действий в критических ситуациях. Приемы активной безопасности в арсенале водительского мастерства. Элементы высшего мастерства и их биомеханические особенности. Индивидуализация приемов.

Практическое занятие

Особенности тренажерного метода для индивидуального и группового обучения: детей, подростков, женщин, водителей, сотрудников спецслужб, инвалидов. Применение тренажерной подготовки в учебно-тренировочном процессе спортсменов разной квалификации.

Проведение анализа видеозаписи скоростных управляющих действий. Оценка рациональности движения, быстроты, точности, координированности, результативности. Выявление ошибок выполнения и установление их причин. Рекомендации для совершенствования мастерства.

Тема 4.3. Комплекс подготовительных упражнений

Практическое занятие

Подбор посадки в соответствии с морфологическими особенностями.

Установка рук на рулевом колесе. Изучение упражнений: "маятник" одной и двумя руками, "маятник" на 4 и 8 счетов. Освоение технологии "поворот-выравнивание" рулевого колеса. Формирование начальных навыков руления и скоростной координации движений в верхнем секторе рулевого колеса. Совершенствование хватательных движений, безопасного возврата руки в исходное положение. Самоконтроль выполнения периферическим зрением.

Практическое занятие

Ознакомление с методикой начального обучения. Демонстрация подготовительных упражнений. Требования к показу. Замедленное и ускоренное выполнение. Устранение ошибок на ранней стадии обучения. Ступенчатое изменение скорости выполнения. Педагогический контроль. Педагогические технологии: "Делай как я", "Делай за мной", "Делай вместе со мной", "Делай сам".

Самостоятельная работа

Продемонстрировать подготовительные упражнения. Определить цель, задачи, метод выполнения.

Тема 4.4. Комплекс основных упражнений

Лекция

Изучение приема "скоростное руление с перехватом на боковом секторе рулевого колеса". Раздельный метод. Подготовительные упражнения для основной и вспомогательной руки. Целостный метод. Отработка координации работы двух рук. Изучение приема "скоростное руление одной рукой с перехватом в нижнем секторе рулевого колеса". Изучение способа перекаат через тыльную сторону кисти. Особенности супинации и пронации кисти и предплечья. Рывок как способ сокращения фазы перехвата. Ознакомление с приемом руления при перекаате через ладонь.

Практическое занятие

Педагогические технологии обучения приемам скоростного руления. Объяснение. Показ. Разучивание. Автоматизация навыков. Применение метода ступенчатых нагрузок. Обучение пальпаторному способу измерения

ЧСС после предельной нагрузки. Анализ динамики ЧСС.

Самостоятельная работа

Продемонстрировать основные упражнения комплекса. Пояснить особенности выполнения.

Тема 4.5. Комплекс комбинированных упражнений

Практическое занятие

Изучение приемов комбинированного руления. Переход от руления одной к рулению двумя руками. Двухкруговое руление одной рукой со сменой направления. Смена скорости вращения рулевого колеса. Руление одной с подкрутом другой рукой. Руление одной с подтормаживанием другой рукой.

Комбинированное руление с интенсивной комбинированной работой ног. Скоростное "педалирование".

Практическое занятие

Педагогические технологии обучения комбинированному рулению. Метод выполнения "смена приема" по команде преподавателя. Создание микростресса в процессе обучения. Отработка точности при смене двигательных координаций. Применение активного отдыха для сохранения высокой работоспособности. Переключение от работы руками к работе ногами (руление – педалирование). Повышение интенсивности учебных занятий за счет одновременной работы руками и ногами.

Самостоятельная работа

Продемонстрировать методику измерения ЧСС с лучевой, сонной и височной артерий.

Тема 4.6. Комплекс имитационных упражнений

Практические занятия

Изучение приемов активной безопасности для стабилизации транспортного средства при потере устойчивости и управляемости. Реакция на занос. Реакция на глубокий занос. Реакция на критический и ритмический занос. Реакция на опрокидывание. Стопорящее руление. Рывковое руление.

Имитация управляющих действий для выполнения скоростных разворотов.

Практическое занятие

Ознакомление с методическими подходами обучения контраварийным действиям. Последовательность учебных заданий. Эмоциональное сопровождение. Предпосылки для проявления "взрывных" реакций (психологическое воздействие на обучаемых). Контроль эффективности действий по времени выполнения.

Самостоятельная работа

Продемонстрировать элементы управляющих действий ситуационного характера.

Самостоятельная работа

Продемонстрировать типичные ошибки при выполнении имитационных упражнений.

Тема 4.7. Комплекс контрольных упражнений

Практические занятия

Контрольное задание для оценки координации движения. "Маятник" на 8 счетов с закрытыми глазами. Оценка по конечной фазе выполнения.

Контрольные упражнения для оценки скорости руления. Руление двумя руками. Руление одной рукой. Контрольные нормативы для водителей и спортсменов.

Практическое занятие

Проведение контрольного тестирования на автомобиле-тренажере с вывешенной передней осью. Выполнение контрольных заданий на тестирующем тренажере. Оценка скорости управляющих действий ногами (педалирование) и при переключении передач.

Самостоятельная подготовка

Проведения тестирования скорости руления у учебной группы до начала, во время и после подготовки.

Тема 4.8. Педагогические особенности проведения начального обучения

Лекция

Методика преподавания тренажерного курса. Терминология. Последовательность обучения. Объяснение задач упражнения. Способы проведения демонстрации. Координационные особенности изучаемых приемов. Методы регулирования тренировочных нагрузок. Ступенчатое повышение скоростного режима. Применение предельных нагрузок. Способы оценки работоспособности. ЧСС как индикатор нагрузки.

Проведение экспресс-анализа видеоматериалов тестирования скоростного руления. Определение характерных ошибок в технике выполнения приемов. Сопоставление объективных показателей (уровень ЧСС и временной норматив) с анализом техники выполнения и координацией движения. Определение реальных резервов и способов самосовершенствования.

Самостоятельная работа

Целевые задачи, содержание, дозировка и методические указания по проведению комплекса упражнений тренажерной подготовки. Формирование координации работы обеих рук. Точность захвата обода рулевого колеса. Рациональные действия по перехвату: перенос руки по кратчайшему пути, захват закрытым хватом, непрерывность поворота и выравнивание.

Обучение приемам скоростного руления. Расчлененный метод. Переход от подготовительных к основным упражнениям. Циклическое руление для закрепления навыков. Усложненные задачи по комбинированному рулению с изменением скорости и направления. Особенности обучения технике перехвата в нижнем секторе при рулении одной рукой. Профилактика травматизма пальцев.

Самостоятельная работа

Особенности формирования навыков контраварийной направленности. Имитационный способ. Рывковые технологии руления. Варианты активных действий при стабилизации автомобиля в критических ситуациях (занос,

скольжение, вращение и опрокидывание автомобиля). Приемы силового и стопорящего руления. Применение статических и динамических усилий при предельном напряжении верхнего плечевого пояса.

Упражнения "танцы на педалях". Формирование скоростных качеств для интенсивной управляющей деятельности ногами. Тестирование скоростных возможностей.

Раздел 5. Организация процесса обучения

Тема 5.1. Начальное обучение в автошколах

Лекция

Анализ международного опыта по проведению теоретического и практического экзамена водителей на право управления транспортным средством (ТС) категорий: "А", "В", "С", "Д", "Е". Конвенция экономической комиссии ООН по безопасности движения. Структура контрольных упражнений. Процедура экзамена. Содержание 1 и 2 этапов практического экзамена. Требования к ТС. Оценка выполнения упражнений. Требования по безопасности.

Самостоятельная работа

Особенности методики проведения экзамена по вождению ТС. Основные элементы экзамена. Категория "А" (круг, слалом, баланс, торможение, парковка, поворот), категория "В" (разворот на 180°, парковка передним ходом, слалом, торможение, бокс), категория "С" (движение передним и задним ходом, трогание на подъеме, парковка, слалом), категория "Д" (движение задним ходом, виды парковки, трогание на подъеме, остановка на линии, слалом).

Тема 5.2. Начальное обучение мотоспорту в СТК и ДЮСШ

Практическое занятие

Особенности этапа начальной подготовки. Создание фундамента будущих спортивных достижений. Основные задачи – укрепление здоровья, всестороннее развитие физических качеств, изучение материальной части, изучение техники управления мотоциклом, нравственное и трудовое

воспитание. Обучение основным элементам техники управления мотоциклом: посадка, трогание, разгон, торможение, переключение передач в восходящем и нисходящем порядке, маневрирование. Особенности техники безопасности и профилактики травматизма.

Общая физическая подготовка специальной направленности.

Комплекс упражнений на неподвижном мотоцикле. ОРУ специальной направленности: смена посадки, упражнения на координацию и баланс, упражнения для приобретения "чувства мотоцикла", упражнения для развития специфических мышечных групп.

Самостоятельная работа

Специальная физическая подготовка.

Комплекс упражнений на движущемся мотоцикле. Смена посадки в движении.

Управление мотоциклом в посадке и стойке. Темповое маневрирование. "Медленная езда". Скоростное маневрирование на мотоцикле. Элементы триала.

Общеразвивающие упражнения (ОРУ) в начальной подготовке мотоспортсменов.

Составление комплекса ОРУ для подготовительной части урока. Составление комплекса урока по ОФП. Демонстрация (показ) ОРУ. Способы проведения: отдельный, серийный, поточный, проходной. ОРУ на внимание, игрового характера.

Самостоятельная работа

Составление комплексов ОРУ оздоровительной направленности. Комплексы ОРУ специальной направленности.

Овладение навыками проведения различных комплексов гигиенической и производственной гимнастики с учетом профессии и возраста занимающихся.

Подготовка конспектов занятий с группами начинающих спортсменов. Специальные упражнения на мотоцикле, используемом в качестве тренажера.

Тема 5.3. Формы учебно-тренировочной работы

Лекции

Урочные и неурочные формы учебно-тренировочной работы. Урок – основная форма организации учебной работы. Типы и структуры уроков. Вводная, подготовительная, основная и заключительная части. Подструктура частей урока. Особенность вводной части в технических видах спорта. Общая и специальная разминка. Обучение и совершенствование в основной части урока. Особенности заключительной части урока. Средства. Методы. Особенности внеурочной работы. Самостоятельная подготовка спортсменов высокой квалификации. Дополнительные занятия.

Самостоятельная работа

Проведение общей разминки. Подбор ОРУ. Составление плана-конспекта. Демонстрация упражнений. Организация учебной группы. Специальные упражнения на мотоцикле-тренажере.

Тема 5.4. Особенности управления процессом обучения

Практическое занятие

Организация учебно-спортивной и воспитательной работы в СТК ДОСААФ и спортивных секциях на производстве.

Положения о районном (городском) СТК ДОСААФ и о СТК первичной организации ДОСААФ. Основные задачи. Финансирование.

Работа с допризывной молодежью. Подготовка спортсменов сборных команд. Организация спортивных секций. Организация и проведение соревнований.

Подготовка спортсменов-разрядников. Присвоение спортивных разрядов и судейских категорий. Создание спортивных и учебных сооружений.

Подготовка водительских кадров. Хозрасчетная деятельность СТК. Материально-техническое обеспечение и снабжение СТК. Планирование и организация учебно-тренировочной работы. Воспитательная работа.

VI. Контрольные вопросы и практические задания для самостоятельной работы студентов 1 курса.

1. История автомобильного и мотоциклетного спорта.
2. Средства «пассивной» безопасности при занятиях мотоциклетным и автомобильным спортом.
3. Профессиональные спортивно-технические клубы, их роль в развитии автомобильного и мотоциклетного спорта.
4. Отличие контрольных нормативов для водителей и спортсменов по скорости руления.
5. Особенности метода начального обучения в автомобильном и мотоциклетном спорте.
6. Характеристика избранного вида автомобильного и мотоциклетного спорта.
7. Общие гигиенические требования к экипировке спортсменов. Специальные требования к спортивной форме в различных видах автомобильного и мотоциклетного спорта.
8. Технические виды спорта, направления и тенденция развития в современных условиях.
9. Средства «пассивной» безопасности при занятиях мотоциклетным и автомобильным спортом.
10. Аварийность в отдельных видах автомобильного и мотоциклетного спорта. Причины и следствия.
11. Модели современной спортивной техники, обеспечившие победы в чемпионатах мира, Европы, традиционных международных соревнованиях.
12. Общая характеристика условий проведения соревнований по мотоциклетному и автомобильному спорту. Зимние и летние соревнования.

13. Возникновение и развитие автомобильного и мотоциклетного спорта. Зарождение автоспорта в России и особенности его развития в современных условиях.
14. Классификация и краткая характеристика основных соревнований по мотоциклетному спорту: массовые виды, мотоциклетный кросс, трековые гонки (по гравийной дорожке и льду), шоссейно-кольцевые гонки, многодневные соревнования и мотобол.
15. Анализ участия российских спортсменов в чемпионате мира, Европы по скоростным видам спорта.
16. Устойчивость и управляемость автомобиля, мотоцикла при преодолении неровностей.
17. Оборудование площадки автодрома для проведения учебного соревнования по скоростному маневрированию на автомобиле.
18. Контрольные упражнения для оценки скорости руления. Организация и место проведения тестирования.
19. Классификация и краткая характеристика основных соревнований по автомобильному спорту.
20. Классификация поворотов в автомобильном спорте.
21. Классификация приемов торможения. Роль и место торможения в системе активной безопасности гонщика и водителя.
22. Спортивно-технические автоклубы. Центры подготовки гонщиков, профессиональные и любительские команды, ДЮСШ, их роль в развитии автомобильного и мотоциклетного спорта в стране.
23. Классификация видов и разновидностей посадки в зависимости от конструктивных особенностей спортивной техники и видов автомобильного и мотоциклетного спорта.
24. Особенности посадки в отдельных видах мотоциклетного спорта. Передняя, задняя и средняя посадки.
25. Морфологические, биохимические и функциональные особенности посадки. Эргонометрические признаки. Индивидуализация.

26. Основные требования к посадке. Посадка как готовность к экстренным действиям. Посадка как оптимальная рабочая поза спортсмена.

VII. Зачетные требования для студентов первого курса

1. Приобрести знания, умения и навыки инструктора по общей физической подготовке для работы в учебных группах младших классов общеобразовательных школ, начальных группах ДЮСШ.

2. Знать теоретический материал в соответствии с программой курса, сдать текущие микрозачеты по пройденным темам.

3. Выполнить требования по самостоятельной подготовке в форме письменных контрольных работ и нормативов по общей физической подготовке.

4. Выполнить программу кафедрального спецкурса «Основы экстремального вождения».

План-задание и контрольные нормативы по самостоятельной подготовке студентов первого курса

Раздел подготовки	Содержание
1	2
1. Теоретическая	Сдать зачеты по темам: 1.1. История авто и мотоспорта 1.2. Техника в авто и мотоспорте 1.3. Правила соревнований по избранному виду спорта
2. Методическая	Выполнить контрольные письменные работы: 1.1. Конспект беседы по одной из тем учебной программы 1.2. Составить план-конспект ОРУ утренней зарядки 1.3. Составить план-конспект ОРУ для общей разминки в избранном виде спорта
3. Научная	3.1. Составить библиографические карточки по выбранной теме 3.2. Составить реферат по литературным источникам
4. Физическая	Выполнить контрольные нормативы по ОФП

	УПРАЖНЕНИЯ	ОЦЕНКА		
		5	4	3
	Бег 100 м (сек.) м\ж	13,0/15,3	13,5/16,0	14,3/17,0
1	2			
	Бег (мин, сек.) муж. – 1000 м, жен. – 500 м	3,20/2,10	3,45/2,20	4,15/2,30
	Подтягивание на перекладине (кол-во раз) муж.	14	11	8
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (сгибание рук под углом 90 гр., кол-во раз) – женщины	16	13	10
	Прыжок в длину с места (м, см) м\ж	2,40/2,10	2,25/2,00	2,10/1,90
	Плавание 100 м (мин, сек.)	С учетом времени (см. нормативы по плаванию)		
5. Спортивная (для действующих спортсменов)	5.1. Участвовать в 3 соревнованиях по избранному виду спорта 5.2. Участвовать в подготовке по программам ЦВВМ 5.3. Участвовать в судействе соревнований			
6. Трудовая	6.1. Приобрести начальные трудовые навыки 6.2. Изучить приемы техники безопасности 6.3. Участвовать в трудовой практике на кафедре			
7. Инженерно-тех- ническая	7.1. Подготовка учебной техники к занятиям 7.2. Подготовка спортивной техники к УТЗ и соревнованиям 7.3. Ознакомление с современными моделями спортивной техники			
8. Морально-нравст- венная	8.1. Составление личного обязательства 8.2. Самоотчет			

VIII. Структура и содержание дисциплины второго года обучения

(3-й и 4-й семестры)

*Общая трудоемкость 8,5 з.е. или 306 час.,
ауд.–176 час. (32 час.- лек., 144 час.- прак.), СРС-121 час., экз. – 9 час.*

№	Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)					Итого	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Аудиторные занятия			СРС	Внеаудиторная работа		
				Лекции	Практические занятия	Экзамен				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
	Раздел 1. Соревновательная деятельность в автомобильном и мотоциклетном спорте (АиМС)	3		2	4		18	24		
	1.1. Морфологические и функциональные особенности			2			8	10	Мониторинг ЧСС	
	1.2. Характеристика отдельных дисциплин				4		10	14	Контрольная работа	
	Раздел 2. Основы спортивной тактики в АиМС	3		4	18		20	42		
	2.1. Классификация тактики			2	2		6	10		
	2.2. Приемы индивидуальной тактики				8		6	14	Опрос	
	2.3. Особенности тактики в отдельных дисциплинах АиМС			2	8		8	18	Контрольная работа	
	Раздел 3. Педагогическая система базовой подготовки	3		12	50		43	105		

	3.1. Структура базовой подготовки			2	6		6	14	
	3.2. Обучение экстремному маневрированию			2	6		1	9	Реферат
	3.3. Габаритная подготовка			2	6		8	16	Ролевая игра
	3.4. Обучение технике преодоления неровностей			2	8		8	18	Зачет по разделу
	3.5. Обучение технике прохождения поворотов			2	8		8	18	Анализ видеоматериалов
	3.6. Обучение технике экстремного и аварийного торможения			2	8		6	16	Контрольная работа
	3.7. Групповая (строевая) подготовка				8		6	14	Составление схем перестроений в движении
1	Итого за 3-й семестр			18	72		81	171	Зачет
	Раздел 4. Инженерно-технические особенности в АиМС	4		4	10		22	36	
	4.1. Устойчивость и управляемость спортивного транспортного средства (ТС)			2			8	10	
	4.2. Система пассивной безопасности				4		4	8	Контрольная работа
	4.3. Требования к безопасности соревновательной деятельности				4		6	10	Реферат
	4.4. Инженерно-технические требования тренировочной и соревновательной деятельности			2	2		4	8	Опрос
	Раздел 5. Основные положения правил соревнований по мотоспорту	4		2	12		6	36	
	5.1. Скоростные дисциплины мотоспорта			2	4		2	8	Контрольная работа
	5.2. Игровые дисциплины мотоспорта				4		2	6	Ролевая игра

	5.3. Экстремальные дисциплины мотоспорта				4		2	6	Коллоквиум
	Раздел 6. Система соревновательной деятельности в АиМС	4		6	34		23	63	
	6.1. Концепция спортивной тренировки			2	4		6	12	Моделирование
	6.2. Основные средства тренировки				8		4	12	Контрольная работа
	6.3. Методы спортивной тренировки			2	8		6	6	Коллоквиум
	6.4. Виды подготовки				6		3	9	Опрос
	6.5. Особенности развития двигательных качеств			2	8		4	14	Демонстрация приемов
	Раздел 7. Психологические качества гонщиков	4		2	16		12	30	
	7.1. Объективные условия, создающие психологическую нагрузку			2	4		4	10	Тест Люшера
	7.2. Психологические особенности тренировочной и соревновательной деятельности				6		4	10	Реферат
	7.3. Психологическая подготовка				6		4	10	Ролевая игра
2	Итого за 4-й семестр			14	72	9	76	171	Экзамен
	Итого часов за год			32	144	9	121	306	

IX. ПРОГРАММНЫЙ МАТЕРИАЛ, ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Раздел 1. Соревновательная деятельность в автомобильном и мотоциклетном спорте (АиМС).

Тема 1.1. Морфологические и функциональные особенности.

Лекция

Влияние морфологических признаков на проявление двигательных качеств гонщика, адаптацию к различным условиям внешней среды. Специфические особенности в морфологической структуре спортсменов, специализирующихся в различных дисциплинах автомобильного и мотоциклетного спорта.

Физиологическая характеристика спортивной деятельности. Нервная система. Особенности деятельности анализаторных систем гонщика. Роль и значение зрительного анализатора. Зрительная оценка трассы. Определение расстояний до препятствий. Слуховой анализатор. Его деятельность по контролю работы двигателя. Вестибулярный анализатор. Его функции при разгоне, торможении, прохождении поворотов, потере устойчивости и управляемости технического транспортного средства. Баланс в безопорном, одноопорном положении. Стабилизация технического транспортного средства при опрокидывании.

Проприорецепция как основной компонент "чувства" транспортного средства. Мышечная чувствительность спортсмена при выполнении сложно-координационных элементов техники. Дыхание. Особенности деятельности дыхательной мускулатуры при управлении техническим транспортным средством.

Самостоятельная работа.

Сердечно-сосудистая система (ССС). Сдвиги в организме при предельной работе. ЧСС и АД как компоненты объективной оценки функционального состояния организма гонщика.

Особенности отдельных дисциплин автомобильного и мотоциклетного спорта. Спринтерские виды. Виды спорта, связанные с длительной работой. Статические усилия. Тонические напряжения скелетной мускулатуры. Роль шейно-тонических рефлексов при управлении.

Тема 1.2. Характеристика отдельных дисциплин

Практические занятия.

Виды автомобильного спорта и их краткая характеристика. КГ. Авторалли и рейды-марафоны. Автокросс. Картинг. Трековые автомобильные гонки. Автомногоборье. Внедорожные соревнования. Спринт, подъем на холм, автослалом. Гонки "на выживание". Заезды на установление рекордов. Автотриал.

Виды мотоспорта и их краткая характеристика. Мотоциклетные кольцевые гонки. Мотокросс. Спидвей. Мотогонки по ледовой дорожке. Мотобол. Мототриал. Мотомногоборье. Заезды на установление рекордов. Мотомарафоны. Фигурное вождение мотоцикла. Скийоринг.

Характеристика избранной дисциплины автомобильного и мотоциклетного спорта. Условия проведения соревнований. Трассы. Спортивная техника. Выдающиеся спортсмены.

Самостоятельная работа

Особенности техники управления в отдельных дисциплинах автомобильного и мотоциклетного спорта.

Влияние характера соревновательной деятельности и конструкций автомобиля на технику управления.

Особенности отдельных видов.

Картинг. Торможение левой ногой. Управление рычагом сцепления на картах КС. Ударное включение передач на "сближенных" КПП. Влияние "жесткой" задней оси на управление в поворотах.

Скоростное маневрирование. Основная и обратная посадка. Габаритное маневрирование. Требования к точности глазомерных оценок дистанции и

интервалов. Руление и дросселирование. Особенности выполнения отдельных фигур.

Автомногоборье. Атлетические и технические составляющие, прикладной характер. Специфика бега, стрельбы и плавания. Характер автомобильных подвидов: скоростного маневрирования, экономичного вождения, слалома, спринта, подъема на холм, "осторожного" торможения.

Трековые гонки. Групповой старт. Прохождение поворота с заносом задней оси (классические модели) и соскальзыванием передней оси (переднеприводные модели).

Автомобильные кольцевые гонки. Отличия техники управления формулы и кузовного автомобиля. Влияние специальных асфальтовых шин на устойчивость и управляемость. Характеристика стиля и способов прохождения поворотов.

Ралли. Управление автомобилем при разных коэффициентах сцепления шин с дорогой. Влияние покрытий (асфальтобетон, гравий, макадан, снег, лед).

Штурманская составляющая мастерства. Легенда, стенограмма.

Автокросс. Действия спортсмена при преодолении неровностей. Подброс, трамплин, прыжок. Стабилизация автомобиля при опрокидывании.

Влияние характера соревновательной деятельности и конструкции мотоцикла на технику управления. Характеристика конструктивных особенностей мотоциклов для кросса, ШКГ, спидвея, мотобола, триала, влияющих на управление: мощностные и динамические характеристики двигателей, посадки, конструкция ходовой части и др. Особенности отдельных видов.

Мотокросс. Разновидности посадки. Стойка. Действия корпусом, конечностями при преодолении неровностей. Поперечное и продольное равновесие. Безопорное и одноопорное положения.

Мотобол. Игровая посадка. Управление мотоциклом с помощью дублирующих систем. Повороты, развороты с блокировкой заднего тормоза. Разворот-вращение на месте. Основные приемы: удары, остановки мяча, ведение, финты. Игра вратаря.

Шоссейно-кольцевые гонки. Посадка. Аэродинамический фактор. Прохождение поворотов. Противодействие центробежной силе. Наклон системы "гонщик-мотоцикл" в повороте. Влияние конструкции шин на технику управления.

Спидвей. Особенности посадки в гонках по гравийной дорожке и в гонках по льду. Запуск двигателя. Варианты старта. Дросселирование, балансировка, торможение двигателем. Изменение наклона. Стабилизация мотоцикла при предельном наклоне, боковом соскальзывании, заносе заднего колеса.

Практические занятия

Оборудование площадки автодрома для проведения учебного соревнования по скоростному маневрированию на автомобиле. Установка створа старт-финиш, разметки соревновательных упражнений, зон безопасности, предстартовой зоны.

Стажировка на учебных соревнованиях в качестве маршала по безопасности. Контроль соревновательной зоны. Радиосвязь с руководителем гонки. Подача сигналов участникам судейскими флагами. Предупреждение об опасности на трассе. Проведение хронометража на отрезках. Ведение судейского протокола.

Раздел 2. Основы спортивной тактики в АиМС

Тема 2.1. Классификация тактики

Лекция

Современные представления о тактике. Тактика как искусство ведения спортивной борьбы. Взаимосвязь тактики с другими сторонами подготовки спортсменов: интеллектуальной, психологической, физической, технической. Особенности тактики в технических видах спорта, влияние конструктивных особенностей, вида соревновательной деятельности, трассы и т.п.

Общая структура тактики как совокупность способов ведения спортивной борьбы.

Самостоятельная работа

Тактика активная, пассивная, нейтральная. Разновидность активной тактики: атакующая, оборонительная, выжидательная. Тактика индивидуальная, групповая, командная. Компоненты спортивной тактики: тактические навыки, знания и умения. Оценка эффективности тактики.

Тема 2.2. Приемы индивидуальной тактики.

Практические занятия.

Характеристика арсенала индивидуальных тактических действий. Старт. Рывок. Лидирование. Преследование. Свободный маневр. Обгон. Блокирование. Финт.

Выбор оптимального приема для борьбы с соперником. Способы психологического воздействия. Маскировка намерений. Реализация тактического замысла. Использование оптимальной геометрии движения. Вариации тактических действий по ходу соревнования в зависимости от: положения в группе участников, технических настроек спортивного транспортного средства, изменения ситуации, форс-мажорных условий.

Цель, задачи и содержание спортивной техники, классификация тактических действий. Специфика тактики в отдельных подвидах автомобильного и мотоциклетного спорта, средства и методы индивидуальной, групповой и командной тактики. Отдельные тактические приемы.

Самостоятельная работа

Обусловленность индивидуальной тактики спецификой контактов между участниками состязания. Целесообразное использование собственных возможностей, внешних условий, конструктивных и технических особенностей спортивной техники.

Особенности индивидуальных тактических действий в зависимости от протяженности и профиля трассы, состава участников, метеорологических условий, системы зачета, индивидуальных возможностей.

Тема 2.3. Особенности тактики в отдельных дисциплинах автомобильного и мотоциклетного спорта

Лекция

Характеристика тактических действий в избранной дисциплине автомобильного и мотоциклетного спорта. Взаимосвязь техники и тактики. Выбор тактических приемов в зависимости от подготовленности спортсмена. Построение плана тактической борьбы с конкретным соперником.

Скоростное маневрирование. Точность маневра и рациональность действий при выполнении фигур скоростного маневрирования: змейка, круг, бокс, стоянка, габаритные ворота, колея, эстафета, пеньки, линия стоп.

Кросс. Характеристика, классификация, особенности тактических приемов. Взаимосвязь тактики со специальной работоспособностью спортсмена. Варианты распределения усилий на дистанции в зависимости от морфофункциональных показателей, уровня технической подготовленности и оснащенности, объективных соревновательных условий.

Самостоятельная работа

Тактика преодоления препятствий. Позиционная борьба. Мотобол. Индивидуальная тактика игрока. Основные приемы: отбор мяча, обводка, пас, наведение, подстраховка, финт. Групповая тактика. Статические комбинации: начало игры, розыгрыш из-за боковой линии, угловой, свободный, штрафной удар и спорный мяч. Игровые комбинации: "змейка" в паре, "серпантин", "коридор", "скрещивание".

Командная тактика. Системы нападения: 3-1, 2-2, 1-2-1, 1-1-2. Системы защиты: зонная, персональная опека, прессинг. Особенности тактики игры вратаря.

Шосейно-кольцевые гонки. Тактика старта, разгона. Выбор рациональной траектории в повороте. Сглаживающая траектория. Глубокий вход. Тактика движения при аэродинамическом контакте. Особенности "срочной" информации на трассе. Оперативное управление спортсменами в ходе соревнования.

Трековые гонки. Особенности индивидуальной и командной тактики. Основные тактические приемы. Значимость старта и способы рациональных тактических действий в стартовой зоне. Вариативность тактики в

соответствии с особенностями трека, техническим арсеналом соперников. Психологическое "давление" на противников. Тактические варианты на входе и при прохождении поворотов. Движение по малому и большому радиусу. Маневры на дуге поворота. Создание зоны "шприца" на пути соперников.

Многодневные и однодневные гонки.

Комплексный характер тактических действий. Дорожная и скоростная тактика.

Особенности тактики при прохождении спецучастков трассы. Тактика бесконтактной борьбы. Ориентировка на местности, выбор оптимального маршрута движения. Тактические приемы применительно к горным условиям.

Практические занятия

Обучение тактике старта и стартового разгона. Особенности предстартовой посадки. Контроль стартового сигнала периферическим зрением. Варианты работы педалью (рычагом) сцепления: резко, плавно, с задержкой, двойной выжим.

Отработка разгона на дистанциях: 5м, 10м, 20м, 50м и 100м. Хронометраж попыток. Отработка тактики фальстарта.

Обучение элементам тактических действий по преодолению типичных критических ситуаций: снос передней оси, занос разной амплитуды, вращение.

Применение опережающих и запаздывающих реакций. Тактика управления автомобилем в контролируемом скольжении.

Ознакомление с технологией «управляемый занос» при движении по дуге, по кругу, по извилистой дороге.

Анализ видеозаписи одного из этапов чемпионата мира в Ф-1. Отслеживание тактической борьбы в лидирующей группе спортсменов. Выявление характерных ошибок, приводящих к потере устойчивости и управляемости автомобиля.

Радел 3. Педагогическая система базовой подготовки

Тема 3.1. Структура базовой подготовки

Лекция

Цель, задачи, формы и средства обучения и контроля. Этапы обучения: вводный, начальный, основной, специальный, заключительный. Предмет обучения - универсальный арсенал управляющих действий, выявленный у спортсменов высшей квалификации и усовершенствованный в результате научных исследований.

Практические занятия

Разделы системы подготовки и их характеристика. Теоретическая подготовка. Тренажерная подготовка. Летняя и зимняя автодромная подготовки.

Самостоятельная работа

Тестирование технического мастерства. Система подготовительных, основных, контрольных и дополнительных заданий в сочетании с элементами теоретического обучения.

Тема 3.2. Обучение экстремному маневрированию

Лекция

Факторы, влияющие на возможность выполнения экстремного маневрирования: коэффициент сцепления шин с дорогой, прижимная сила, избыточная и недостаточная поворачиваемость, гиргоскопические моменты, тормозная и разгонная динамика, конструктивные особенности транспортного средства, характер дорожного полотна.

Технические и тактические приемы, применяемые спортсменами для выполнения экстремных маневров: загрузка управляющих колес, загрузка переднего упорного колеса, боковые и продольные разгрузки, оптимальная геометрия маневра, опережающая и последующая стабилизация для сохранения устойчивости и управляемости, выпрямление траектории при аквапланировании и при преодолении неровностей, отказ от рефлексорного торможения в экстремальных условиях.

Практические занятия

Педагогические особенности формирования навыков экстренного маневрирования. Применение раздельного метода для обучения приемам, имеющим сложные координационные связи. Закрепление навыков дозированного, силового, опережающего и скоростного руления. Изучение приемов повышения устойчивости и управляемости транспортного средства за счет перераспределения вертикальных нагрузок по осям и колесам. Приобретение умения прогнозирования и обеспечения оптимальной геометрии маневров в поворотах и ситуациях, связанных с экстренным объездом препятствий. Обучение технологиям управления при маневрировании задним ходом.

Самостоятельная работа.

Формирование начального чувства потери устойчивости и управляемости. Освоение приемов и способов самостраховки. Достижение педагогического эффекта за счет увеличения общего объема тренировочных заданий и интенсификации процесса обучения. Система контрольных упражнений.

Обучение приемам экстренного маневрирования. Освоение приема "загрузка-поворот-тяга" на модели упражнений: "змейка" (линейная, смещенная, асимметричная). Освоение приема "загрузка" торможением левой ногой на моделях упражнения "змейка" со смещением 3 - 5 м. Освоение приема "перетормаживание" на моделях упражнения "змейка" со смещением 10 и 15 м. Обучение движению задним ходом с контролем по зеркалам заднего вида. Выполнение маневрирования на ограниченной площади (разворот – восьмерка, разворот в три приема, въезд в бокс). Выполнение контрольных упражнений: "переставка", "змейка-переставка", "змейка-ловушка".

Тема 3.3. Габаритная подготовка

Лекция

Чувства статических и динамических габаритов транспортного средства как составная часть "чувства транспортного средства". Роль зрительных восприятий в оценке расстояний до препятствий. Контрольное поле зрения. 4

основных обзорных зоны: центральная, периферическая, задняя, внутренняя. «Чувство дистанции». Ограниченный обзор "Мертвая зона".

Концепция формирования чувства габаритов транспортного средства. Формы, средства и методы подготовки. Использование ТСО в учебном процессе. Метод срочной и сверхсрочной информации. Обеспечение непрерывного контакта с обучаемым с помощью языка жестов. Передача информации по радиоканалу.

Практические занятия

Педагогические особенности формирования чувства статических и динамических габаритов транспортного средства. Формы группового и индивидуального обучения. Повторный метод.

Метод контрастных заданий. Контрольный метод оценки мастерства. Структура маятникообразных упражнений для формирования чувства переднего, заднего габарита, углов автомобиля.

Поточный метод для формирования чувства боковых габаритов. Фронтальный метод для обучения приемам парковки передним и задним ходом. Карусельный метод для совершенствования мастерства.

Обучение приемам точной парковки передним и задним ходом. "Маятник" передним, задним ходом, углами автомобиля. Отработка точности остановки транспортного средства перед препятствием.

Самостоятельная работы

Изучение особенностей точной парковки задним ходом с контролем в зеркала заднего вида.

Выполнение контрольных упражнений "въезд в бокс", "параллельная парковка".

Участие в групповом обучении водителей в качестве стажера-информатора. Установка ограничителей.

Разметка учебных упражнений. Передача объективной информации обучаемым жестами и по радиоканалу. Обеспечение безопасности в зоне выполнения упражнений.

Тема 3.4. Обучение технике преодоления неровностей

Лекция

Концепция способов преодоления неровностей за счет искусственного изменения ОЦМ (общего центра масс). Виды неровностей и характер управляющих действий спортсмена. Механизмы стабилизации транспортного средства. Приемы для сохранения устойчивости и управляемости. Особенности применения в зависимости от конструктивных особенностей транспортного средства, характеристики амортизирующих устройств, характер покрытия дорожного полотна, видов неровностей.

Причины, приводящие к потере устойчивости и управляемости. Ошибки водителя, приводящие к разрушению узлов и агрегатов транспортного средства. Типичные аварийные ситуации.

Характеристика педагогических методов обучения преодолению неровностей. Выявление наиболее эффективных приемов, предназначенных для преодоления различных препятствий. Объяснение одного из способов преодоления неровностей и педагогического подхода для его реализации.

Практические занятия

Педагогические особенности обучения технике преодоления неровностей. Изучение приемов: передняя и боковая разгрузка, опережающая стабилизация, упор, зацеп, стабилизация в колее, стабилизация при продольном раскачивании, аквапланирование. Обучение с применением искусственных препятствий и энергопоглощающих устройств. Обучение в реальных условиях кроссовых трасс. Обучение в условиях бездорожья. Способы оценки мастерства. Контрольные упражнения.

Самостоятельная работа.

Обучение приемам: передняя и боковая разгрузка. Подводящие упражнения. Отработка навыков резкого торможения левой ногой перед препятствием для создания реакции передней подвески. Создание вариативного навыка для преодоления различных типов неровностей. Обучение технике рывкового руления для мгновенной боковой разгрузки. Изучение способов

самостраховки, препятствующих ритмическому раскачиванию автомобиля после экстренного маневра.

Тема 3.5. Обучение технике прохождения поворотов

Лекция

Концепции обучения, применяемые в России и за рубежом на стационарных гоночных трассах. Особенности базового автодромного обучения с системой подготовительных, подводящих, основных, дополнительных и контрольных упражнений.

Зарубежный опыт упрощенных моделей обучения с изучением конкретных поворотов стандартной трассы. Педагогическая цепочка ступенчатого обучения с последовательной реализацией учебных задач. Перенос навыков в режим скоростного движения. Последовательность изучения поворотов от "крутых" до "быстрых". Пофазное соединение общей структуры прохождения. Формирование понятий и схем оптимальной геометрии движения. Структура приемов активной безопасности.

Практические занятия

Анализ педагогических подходов при обучении в отдельном упражнении, при прохождении поворотов в учебном и скоростном режиме, при контрольном прохождении поворота на максимальной скорости. Способы выставления дополнительных ориентиров на стационарной трассе для регистрации времени прохождения. Меры безопасности при скоростном прохождении отдельной секции трассы и круговом движении в скоростном режиме.

Педагогические особенности обучения технике и тактике прохождения поворотов. Изучение способов плавного и резкого входа в поворот с загрузкой управляемых колес весом автомобиля. Варианты входа в поворот с управляемым соскальзыванием задней оси. Обучение движению по дуге с сохранением устойчивости и управляемости. Методический подход по формированию связи между рулением и дросселированием (упражнения круг, сходящаяся и расходящаяся спирали). Отработка выхода из поворота.

Выведение обучаемого на режим движения по сглаживающей траектории. Поточное обучение в поворотах 5, 4 и 6 категорий. Контрольные упражнения. Приемы самостраховки.

Обучение технике и тактике прохождения поворота 5 категории. Показ траектории за лидером.

Демонстрация способов прохождения. Прохождение поворота по внутренней, наружной и сглаживающей траектории. Изучение приема "контрсмещение". Прохождение поворота в заносе. Выполнение контрольного норматива.

Самостоятельная работа

Стажировка в качестве помощника преподавателя в групповом учебно-тренировочном занятии. Расстановка разметки и ориентиров. Организация безопасности при выпуске на трассу, при прохождении поворота, при переезде в предстартовую зону. Организация смены направления движения. Хронометраж попыток.

Тема 3.6. Обучение технике экстренного и аварийного торможения

Лекция

Трехуровневая программа обучения технике и тактике торможения. Обучение стандартным приемам: плавное непрерывное, плавное с увеличением усилия, торможение двигателем, импульсное с частотой не более 3 имп./с.

Обучение интенсивным способам замедления: резкое, прерывистое, ступенчатое, вариативное, комбинированное с перегазовками при включении пониженных передач.

Обучение экстраординарным приемам и способам: управляемый занос, силовое скольжение, вращение, контактное торможение. Особенности торможения на автомобилях, оборудованных системой ABS. Негативные явления, связанные с ошибками в торможении - неадекватность примененного приема характеру покрытия, величине коэффициента сцепления.

Самостоятельная работа

Характеристика педагогических технологий обучения технике и тактике торможения.

Особенности индивидуального и группового обучения. Типичные ошибки и методы их устранения.

Практические занятия

Использование многопоточного обучения при обеспечении высокой дисциплины занимающихся и организованности педагогического персонала. Применение повышенных мер безопасности пропорционально увеличению скорости движения и степени риска в упражнениях. Применение автодромных условий для выработки навыков торможения на максимально достижимой скорости и снятие синдрома "двигательного паралича" при экстренном торможении. Изучение нестандартных приемов торможения ("газ-тормоз", торможение в поворотах и на неровностях, торможение стояночным тормозом для выполнения экстренных разворотов). Формирование чувства блокировки колес. Применение ТСО: видеозапись динамики вращения колес, оснащенных спецразметкой, оснащение трассы визуальными ориентирами.

Обучение технике экстренного комбинированного торможения. Изучение подготовительных упражнений: доведение частоты импульсации до 4 движений/сек, изучение способов перегазовки, отработка навыков быстрого переключения передач. Отработка приема "перетормаживание".

Участие в многопоточном обучении с экспресс-информацией после каждой попытки.

Изучение подхода - обучение через ошибку с преднамеренной блокировкой колес на ранней и поздней стадии торможения. Выполнение торможения в соревновательном режиме (парный старт-финиш).

Проведение индивидуального обучения технике торможения. Показ приемов. Констатация и устранение ошибок. Рекомендации для самостоятельной работы.

Тема 3.7. Групповая (строевая) подготовка

Практические занятия

Концепция группового обучения как возможность изучения правил коллективного поведения и прогнозирования ситуаций в дорожном движении. Обучение в стандартных условиях (въезд - выезд из потока, перестроение при неполном обзоре, движение в колонне и многорядных потоках, маневры следования, лидирования, пересечения).

Обучение в сложных условиях (сокращение интервала и дистанции, наложение траекторий, объезд и обгон в потоке, встречный разъезд).

Обучение в критических ситуациях (внезапная остановка, резкий маневр участника движения, закрытый обзор, экстренное торможение в потоке, объезд в ограниченном пространстве, внезапное сокращение дистанции и интервала).

Адаптация индивидуальных приемов управления к групповому движению.

Характеристика группового способа обучения. Использование поточного, фронтального и кругового методов. Этапы обучения. Особенности обучения в экстремальных условиях движения.

Педагогические особенности группового обучения. Одновременное обучение группы из 4, 6, 8, 12 транспортных средств. Обучение без инструктора в кабине по радиоканалу.

Отказ от копирования. Трехэтапная структура обучения (формирование чувства динамических габаритов, изучение вариантов перестроения, формирование контраварийных навыков самостраховки).

Применение 4 форм автодромного обучения: строевая подготовка на сокращенной площадке 80x80м, линейная с круговым движением, скоростная на взлетно-посадочных и рулежных полосах аэродрома.

Строевая подготовка.

Движение в колоннах по одному, по два, по три и по четыре. Движение в уступах, в клине, в звеньях по два и по три, в эскорте. Перестроение в движении по командам преподавателя и лидера. Одновременные маневры:

повороты ("все вокруг"), развороты на 180° и 360° . Поточное маневрирование за лидером. Пересечение траекторий. Остановки: в линию, уступом, клином в колоннах автомобилей.

Самостоятельная работа

Разработка плана-сценария группового показательного выступления автомобилистов или мотоциклистов. Графическое изображение упражнений. Методика выполнения. Меры безопасности.

Раздел 4. Инженерно-технические особенности в АиМС

Тема 4.1. Устойчивость и управляемость спортивного транспортного средства

Лекция

Устойчивость автомобиля. Понятие силы и момента силы. Мощность и работа. Понятие равновесия сил и моментов.

Характеристика сил и моментов, действующих на автомобиль в различных режимах движения. Основы теории движения колеса, режим разгона, торможения, движения на повороте, при проезде неровностей. Коэффициент сцепления колеса с покрытием дороги и его использование в скоростном движении.

Понятие динамического коэффициента сцепления. Мощностной баланс автомобиля.

Основные законы механики, действующие при управляемом движении мотоцикла.

Определение действующих сил на колесо мотоцикла. Определение действующих сил на колесо и мотоцикл в целом.

Характеристика основных сил и точки их приложения. Моменты сил, действующих на движущийся мотоцикл; моменты сил действующих в продольной и боковой плоскостях.

Понятие о равновесии, продольной и поперечной устойчивости мотоцикла. Гироскопический момент.

Основные характеристики двигателей, определяющие технику управления мотоциклом. Диаграмма мощности и крутящего момента, редуцирование оборотов и увеличение крутящих моментов.

Основные физиологические, биомеханические и психологические особенности работы гонщика.

Главные силы и моменты, определяющие технику вождения автомобиля на предельных режимах.

Технические приемы вождения спортивного транспортного средства в различных ситуациях: старт, разгон, торможение, преодоление поворотов, использование скольжения и заносов и т.п. Оценка видоизменений технических приемов в зависимости от покрытия дороги, погодных условий, особенностей конструкции транспортного средства.

Самостоятельная работа

Анализ движения мотоцикла на границе устойчивости и управляемости на материале видеозаписей соревнований по шоссейно-кольцевым и кроссовым гонкам.

Исследование причин, приводящих к потере устойчивости и управляемости автомобиля по видеозаписям в различных видах автомобильного спорта: кольцевые и трековые гонки, ралли, автокросс.

Практические занятия

Практическое знакомство с основными типами устойчивости и управляемости. Предпосылки возникновения критических ситуаций. Приемы стабилизации транспортного средства при потере устойчивости и управляемости. Приемы, использующие уменьшение устойчивости автомобиля для повышения управляемости при прохождении поворотов.

Тема 4.2. Система пассивной безопасности

Практические занятия

Причины аварийности в скоростных дисциплинах в автомобильном и мотоциклетном спорте. Типичные ошибки в прогнозе ситуаций, пилотировании, настройке спортивной техники, выполнении

регламентирующих требований (спортивный кодекс, правила соревнований).
Внутренние и внешние условия обеспечения безопасности в системе Г-Т-ТС-У (гонщик – траса - транспортное средство - условия движения).
Характеристика условий движения по степени опасности (зоны риска, экстремальная и аварийная).

Анализ видеоматериалов по теме: «Аварии и катастрофы в автомобильном и мотоциклетном спорте».

Определение активной и пассивной безопасности. Предвидение опасных ситуаций. Опережающие и корректирующие действия. Активная и пассивная безопасность автомобиля. Экипировка спортсмена в автомобильном спорте (комбинезон, шлем, белье, система защиты головы и шеи HANS). Действия Водителя, судей и служб обеспечения безопасности в случае аварии.

Тема 4.3. Технические требования к транспортным средствам, используемым в соревнованиях

Самостоятельная работа

Карта омологации (регистрации) спортивного автомобиля, срок действия.
Завод-изготовитель. Торговая марка. Рабочий объем двигателя. Тип конструкции. Материал шасси. Число отсеков кузова. Количество мест.
Габаритные размеры (длина, ширина, колесная база, свес). Двигатель.
Токсичность. Надув. Число и расположение цилиндров. Система охлаждения.

Рабочий объем. Материал блока цилиндров. Гильза. Диаметр цилиндра. Ход поршня. Характеристика шатуна. Характеристика коленчатого вала.
Маховик. Головка блока. Система питания. Диаметр диффузора.
Распределительный вал. Впуск.

Выпуск. Система зажигания. Топливная система. Электрооборудование.
Привод. Сцепление. КПП и ее характеристики.

Главная передача. Тип шарниров трансмиссии. Характеристика подвески.
Амортизаторы. Ходовая часть (колеса, тормоза). Рулевое управление. Салон.
Внешний вид.

Самостоятельная работа

Общая характеристика классификации и технических требований к автомобилям, используемым в спортивных соревнованиях (КиТТ).

Проведение технической инспекции перед стартом. Карта омологации спортивного автомобиля. Разрешенные изменения и дополнения.

Группа N. Расточка двигателя. Изменение шестерни привода. Механическая обработка необработанных поверхностей. Замена жиклеров. Установка дополнительных фильтров. Замена материала опор двигателя. Увеличение мощности генератора. Установка электронного зажигания. Модификация главной передачи. Замена материала тормозных накладок. Замена амортизаторов. Замена болтов крепления колес шпильками. Замена места расположения запасного колеса. Установка дополнительных фар. Замена рулевого колеса. Установка защиты картера.

Группа B. Дополнительная обработка деталей (шлифовка, притирка, балансировка, облегчение, изменение), замена поршней, гильз, поршневых пальцев, подшипников, распредвалов, клапанов. Замена масляного поддона, установка масляного радиатора, дополнительная установка топливных насосов, применение любых радиаторов. Замена сцепления, КПП, главной передачи. Установка шарнирных соединений (ШС), параллелограмма Уатта, усиление узлов. Замена тормозных дисков и барабанов. Установка дополнительного топливного бака. Изменение передаточного отношения рулевого механизма. Установка дополнительных фар. Изменения кузова.

Тема 4.4. Инженерно-техническое обеспечение тренировочной и соревновательной деятельности

Лекция

Концепция инженерно-технической подготовки и настройки спортивного транспортного средства на конкретные условия соревнований. Обеспечение надежности и безотказности работы агрегатов, узлов и систем. Регулировка для получения максимальных динамических характеристик. Подбор передаточных отношений. Стендовые и дорожные испытания. Подбор

амортизаторов и шин. Инженерное обеспечение соревновательной деятельности.

Практические занятия

Проведение технического осмотра спортивной техники. Определение соответствия подготовки транспортного средства требованиям омологации. Проверка технического состояния, соответствия требованиям безопасности, внешнего вида, качества спортивных шин. Составление акта осмотра транспортного средства.

Самостоятельная работа

Организация технического обслуживания, ремонта и списания спортивного транспортного средства.

Учет аварийности. Требования по противопожарной безопасности, шумности и токсичности. Хранение, эксплуатация и транспортировка транспортного средства к местам тренировок и соревнований. Оборудование сервисных автомобилей. Подготовка технического персонала. Обеспечение ГСМ. Правила и нормативные документы по эксплуатации, хранению и ремонту спортивной техники.

Раздел 5. Основные положения правил соревнований по мотоспорту

Тема 5.1. Скоростные дисциплины мотоспорта

Лекция

Организация соревнований. Составление календаря соревнований. Положение о соревнованиях.

Программа соревнования. Безопасность. Медицинское обеспечение. Спортивные сооружения. Категории и типы мотоциклов/снегоходов. Дисциплины мотоспорта. Определение результатов.

Официальные сигналы. Требования к участникам, мотоциклам, трассам, безопасности соревнований по шоссейно-кольцевым гонкам, мотоциклетному кроссу, кроссу на снегоходах, супермото, гонкам на гаревой дорожке, гонкам на льду, гонкам на длинном треке, гонкам на травяном треке, кроссу на квадроциклах.

Практические занятия

Подготовка дополнительного регламента одного из соревнований многоэтапного чемпионата по мотокроссу. Хронометраж квалификационных тренировок.

Участие в судействе соревнований по скоростной дисциплине мотоспорта в качестве секретаря, судьи на трассе, судьи при участниках, хронометриста, технического контролёра.

Изучение судейского оборудования, инструментов.

Овладение методикой подсчёта кругов, хронометрирование, отслеживания лидера.

Участие в организации и судействе соревнований по мотокроссу. Участие в подготовке средств обеспечения безопасности при проведении соревнований.

Участие в обеспечении безопасности соревнований по мотоциклетному кроссу. Ознакомление с организационными мерами по профилактике травматизма, системой медицинского обеспечения участников и зрителей.

Самостоятельная работа

Общие требования к разработке положения о соревнованиях по скоростным дисциплинам мотоциклетного спорта. Порядок определения личных и командных результатов. Особенности отдельных скоростных дисциплин мотоциклетного спорта. Знакомство с методикой маркирования агрегатов и узлов мотоцикла, подлежащих техническому контролю.

Тема 5.2. Игровые дисциплины мотоспорта

Практические занятия

Определение мотобола. Возрастные группы участников. Медпомощь, поддержание порядка, официальные лица. Мотоциклы. Тренировка. Сыгранный матч. Определение мест команд. Матч финала. Протесты. Участники соревнования. Минимальное количество игроков в команде. Экипировка полевых игроков. Поле для игры. Судейство, задача спортивных арбитров, осуществление судейства матча, обязанности судей. Деление матча на периоды. Увеличение времени периода. Начало игры, продвижение мяча,

результат игры Начало игры, выбор и смена ворот. Мяч вне игры. Нарушения правил, наказание игрока. Наказание игрока штрафным 11-метровым ударом (пенальти). Технические требования к мотоциклу для игры в мотобол. Выдающиеся спортсмены.

Возобновление игры на боковой линии поля. Возобновление игры ударом от ворот. Возобновление игры угловым ударом. Возобновление игры «спорным мячом». Право преимущества. Обязательные жесты арбитров при проведении соревнований по мотоболу. Участие в организации и судействе соревнований по мотоболу.

Самостоятельная работа

Организация судейства соревнований по мотоболу, права и обязанности организатора соревнований. Разработка положения о соревнованиях, утверждение и рассылка предполагаемым участникам. Хронометраж соревнований.

Тема 5.3. Экстремальные дисциплины мотоспорта

Лекция

Определение фристайл-мотокросса. Календарь соревнований по фристайл-мотокроссу. Разрешение на проведение соревнований по фристайл-мотокроссу. Закрытый парк для гонщиков (паддок). Зона ожидания. Требования к трассе. Размеры рамп. Судьи на дистанции (флаг-маршалы). Место для судей. Площадка контроля. Организационный офис. Освещение трассы соревнований. Табло официальных результатов, часы. Медицинское обеспечение.

Официальные лица фристайл-мотокросса. Обязанности рефери. Судейская бригада. Лицензии, возраст спортсменов.

Приём трассы спортсменами. Остановка соревнования. Посторонняя помощь. Оценка результатов.

Практические занятия

Участие в организации и судействе соревнований по фристайл-мотокроссу. Подготовка положения о соревновании по фристайл-мотокроссу.

Самостоятельная работа

Требования к мотоциклам, участвующим во фристайл-мотокроссе. Шлем, одежда, экипировка спортсмена. Заявочные формы. Собрание спортсменов и судей (брифинг). Формат соревнования. Медицинский осмотр. Официальные сигналы. Протесты, апелляции. Рейтинг спортсменов во фристайл-мотокроссе.

Раздел 6. Система соревновательной деятельности в АиМС

Тема 6.1. Концепция спортивной тренировки

Лекция

Современные представления о спортивной тренировке в автомобильном и мотоциклетном спорте. Краткая характеристика особенностей деятельности спортсменов. Цели и задачи спортивной тренировки. Основные принципы тренировки и ее особенности: специализация, всесторонность, сознательность, постепенность, повторяемость, индивидуализация.

Практические занятия

Биологические и педагогические принципы спортивной тренировки. Значение круглогодичной подготовки гонщиков. Спортивная форма и цикличность тренировки, понятие объема и интенсивности тренировочных нагрузок. Структура многолетней тренировки.

Самостоятельная работа

Средства тренировки: общеразвивающие физические упражнения, специальные физические упражнения, средства реабилитации.

Тема 6.2. Основные средства тренировки

Самостоятельная работа

Физические упражнения как основные средства тренировки в автомобильном и мотоциклетном спорте.

Общеподготовительные упражнения для функционального развития организма спортсмена. Вспомогательные упражнения как базовые для последующего совершенствования.

Специально-подготовительные как модельные формы соревновательных упражнений.

Соревновательные упражнения как целостные действия, отражающие характер спортивной специализации.

Выделение средств тренировки для различных сторон подготовки: технической, тактической, психологической.

Практические занятия

Система подводящих упражнений, позволяющая освоить сложные композиции управляющих действий и приемы высшего уровня спортивного мастерства.

Специфика формирования защитных механизмов (приемов активной безопасности) для преодоления явлений, связанных с потерей устойчивости и управляемости транспортного средства.

Тема 6.3. Методы спортивной тренировки

Лекция

Методы строго регламентированного упражнения, направленные на углубление совершенствования двигательных навыков и развитие физических способностей, отвечающих специфическим требованиям автомобильного и мотоциклетного спорта.

Основные параметры строгой регламентации двигательных действий (содержание, нагрузка, чередование нагрузки и отдыха и др.).

Соревновательный метод. Специфические особенности соревновательного метода, сопоставление сил и способностей, занимающихся в борьбе за первенство, выполнение двигательных действий с установкой на достижение наивысших результатов и др.

Игровой метод. Специфические особенности игрового метода: активные межличностные и межгрупповые отношения.

Характеристика игрового метода: разнообразие приемов, способов достижения цели, комплексное совершенствование качеств, высокая

эмоциональность, высокая инициативность и самостоятельность занимающихся, ограниченная возможность дозирования нагрузки.

Основные методы спортивной тренировки в автомобильном и мотоциклетном спорте. Методы предварительной и основной специальной подготовки: равномерный, смешанный, "до отказа", переменный, повторный. Методы больших и максимальных усилий, изометрический и "волевой" в совершенствовании силы. Методы совершенствования быстроты: уравнивательный, повторный, соревновательный, экстремальный. Методы совершенствования выносливости: переменный, повторный, контрольный, темповый, "до отказа", повторно-максимальный, убывающий интервальный, стандартный, соревновательный.

Практические занятия

Рекомендации использования различных методов для отдельных дисциплин автомобильного и мотоциклетного спорта.

Ознакомление с вне тренировочными факторами в системе подготовки, разработанной в олимпийских видах спорта.

Средства восстановления и стимуляции работоспособности. Характеристика средств восстановления. Фармакологическое обеспечение стимуляции.

Планирование и использование средств управления работоспособностью.

Искусственная гипоксия в системе подготовки. Среднегорье и формы гипоксической тренировки. Оптимальная высота для подготовки. Срочная акклиматизация спортсменов при подготовке в горах.

Подготовка и соревновательная деятельность в условиях высоких и низких температур. Реакции спортсменов в условиях низких и высоких температур.

Адаптация организма. Особенности участия в рейдах-марафонах, соревнованиях зимнего спортивного сезона.

Самостоятельная работа

Ресинхронизация циркадных ритмов у спортсменов. Особенности проведения УТЗ и соревнований в ночное время. Перестройка и синхронизация суточного биологического ритма. Адаптация к новым

временным условиям во время соревнований, проводимых в разных временных поясах (Африка, Австралия, США).

Тема 6.4. Виды подготовки

Самостоятельная работа

Основные виды подготовки спортсмена: общая и специальная физическая, спортивно-техническая, тактическая, волевая и специальная психологическая, интеллектуальная и теоретическая, инженерно-техническая, комплексная.

Общая структура многолетней подготовки и факторы ее определяющие. Совокупность самостоятельных, но связанных этапов; макроциклы, мезоциклы, микроциклы, отдельные тренировочные дни и части тренировочных занятий. Содержание тренировочного процесса: состав средств и методов, динамика нагрузок, построение отдельных циклов, применение дополнительных факторов (тренажеры, специальное питание, восстановительные средства).

Применение отдельных видов подготовки на разных этапах спортивного совершенствования.

Характеристика видов подготовки. Особенности подготовки спортсменов разной квалификации. Планирование подготовки спортсменов высокой квалификации.

Практические занятия

Физическая подготовка. Цели и задачи подготовки. Общая и специальная физическая подготовка. Организация и проведение занятий по общей физической подготовке. Развитие физических качеств и совершенствование силовых и скоростных способностей, выносливости, ловкости и гибкости. Физическая подготовка специальной направленности для развития специфических качеств гонщика. Дополнительные виды спорта и их применение в общей структуре подготовки.

Спортивно-техническая подготовка. Формирование широкого арсенала управляющих действий. Изучение приемов технического мастерства: старт,

разгон, торможение, прохождение поворотов, преодоление неровностей. Отработка приемов активной безопасности.

Тактическая подготовка. Цели и задачи подготовки. Определение спортивно-тактической подготовки. Этапы тактической подготовки. Организация и проведение занятий по тактической подготовке, направленных на совершенствование тактических приемов и тактики в технических видах спорта (индивидуальных, групповых, командных).

Волевая и специальная психологическая подготовка. Воспитание спортивного трудолюбия, устремленности к спортивной победе, инициативности, настойчивости, смелости, самообладания и других качеств и свойств "спортивного характера"; волевая подготовка, задачи и основные методы; объективные и субъективные трудности. Специфические для автомобильного и мотоциклетного спорта трудности, требующие особых волевых проявлений.

Интеллектуальная подготовка. Цели и задачи подготовки. Органическая связь интеллектуальной подготовки с обучением спортивной технике, освоением и совершенствованием спортивной тактики, со специальной психической и физической подготовкой. Интеллектуальное образование спортсмена. Понятие закономерностей функционирования спортсмена. Понимание закономерностей функционирования и развития организма в процессе спортивной деятельности, сущности спорта, принципов, правил и конкретных методов спортивной тренировки.

Инженерно-техническая подготовка. Цели и задачи. Изучение технологического процесса подготовки спортивной техники к соревнованиям.

Приобретение технических знаний по настройке узлов и агрегатов спортивного транспортного средства, по организации ремонта и технического обслуживания, по управлению сервисной бригадой в процессе соревнований. Приобретение практических навыков по подготовке кузова, ходовой части, двигателя.

Тема 6.5. Особенности развития двигательных качеств

Лекция

Особенности проявления двигательных и психологических качеств гонщиков высшей квалификации. Общая и частные характеристики отдельных дисциплинах автомобильного и мотоциклетного спорта в свете проявления способностей спортсмена.

Быстрота. Стартовые реакции на зрительные раздражители (стартовая машина, стартовый флаг, стартовый светофор). Быстрота выполнения управляющих действий (скоростное руление, переключение передач, многоимпульсное торможение). Дистанционная скорость (скоростное прохождение элементов трассы, скоростных участков, соревновательной дистанции). Особенности реакции предвосхищения (опережающие действия для сохранения устойчивости и управляемости, для выполнения тактических приемов при контактной соревновательной борьбе).

Сила. Изометрический режим для обеспечения посадки и удержания рулевого колеса. Динамический режим при скоростном и рывковом рулении. Дозирование максимальной силы и силовой выносливости в отдельных дисциплинах автомобильного и мотоциклетного спорта, связанных с преодолением неровностей.

Ловкость. Координационные способности гонщиков (оценка статических и динамических габаритов, сохранение устойчивости в системе В-А-Д-С, координированность движения по силе, быстроте, продолжительности, согласованности). Способность к построению оптимальной геометрии движения. Способности к применению и конструированию нестандартных координаций для преодоления критических ситуаций.

Выносливость. Специальная соревновательная выносливость в отдельных дисциплинах автомобильного и мотоциклетного спорта (спринтерских, стайерских, марафонских). Повышение психологической устойчивости к преодолению тяжелых ощущений утомления, температурного дискомфорта, предельного скоростного режима.

Характеристика форм, средств и методов совершенствования двигательных и психологических качеств. Анализ эффективных подходов в избранном виде спорта.

Практические занятия

Методика совершенствования быстроты. Тренажерный метод для формирования скорости управляющих действий. Методы совершенствования стартового разгона на дистанциях от 5 до 200 м. Скоростное прохождение поворотов различных категорий (6,5,4,3). Повторный метод прохождения элементов, связок трассы. Контрольный метод прохождения СУ. Круговой метод тренировки на кольцевых трассах. Метод скоростного лидирования. Метод скоростного стенографирования.

Методы силовой подготовки. Тренажерный метод для развития силы верхних и нижних конечностей, укрепления позвоночника. Метод отягощения с помощью партнера, применяемый в мотокроссе. Изометрический метод в мотокроссе при движении на неровностях со снятым сидением. Формирование дозированных усилий при управлении рулем и педалями. Изометрический метод при движении по сыпучему или грязевому покрытию. Отработка приемов активной безопасности по силовому удержанию устойчивости в экстремальных режимах движения.

Развитие координационных способностей. Начальная координация управляющих действий. Методика обучения технике руления (хвататы, перехваты, перехват через тыльную часть кисти, взаимодействие рук при комбинированном рулении). Методика обучения скоростному педалированию. Методика совершенствования техники отдельных приемов, комбинаций. Имитационный и экстремальный метод (обучение на льду). Формирование навыков по стабилизации транспортного средства при потере устойчивости и управляемости. Методика трюковой подготовки. Методика совершенствования координационных технологий по построению оптимальных и нестандартных траекторий движения.

Развитие соревновательной выносливости. Повторный, переменный и интервальный методы. Ступенчатый метод в развитии скоростной выносливости на тренажере. Развитие психологических механизмов по преодолению утомления при продолжительной работе в предельном режиме. Определение уровня развития физических качеств методами контрольного тестирования.

Тесты для оценки быстроты, силы, выносливости, ловкости. Батареи тестов для комплексной оценки физической подготовки.

Определение общей работоспособности методами – PWC₁₇₀ , проба на задержку дыхания.

Определение специальной работоспособности с помощью контрольных упражнений на тренажере.

Раздел 7. Психологические качества гонщиков

Тема 7.1. Объективные условия, создающие психологическую нагрузку

Лекция

Требования, предъявляемые в автомобильном и мотоциклетном спорте к личности спортсмена. Процессы мышления, памяти, эмоциональная и волевая сфера, особенности двигательной деятельности.

Практические занятия

Объективные условия, создающие психологические нагрузки: высокая скорость движения, переменные ускорения, изменения дорожных и метеоусловий, большой объем информации, требования к точности и координации движения.

Самостоятельная работа

Опасная сфера деятельности. Критическая скорость, "скоростной барьер", столкновения, падения, возгорание, аварийные ситуации, травмы.

Особенности психологической деятельности в отдельных дисциплинах автомобильного и мотоциклетного спорта.

Тема 7.2. Психологические особенности тренировочной и соревновательной деятельности

Практические занятия

Психологические особенности тренировочной и соревновательной деятельности в технических видах спорта.

Индивидуальные проявления стресса. Повышение эмоционального возбуждения. Предстартовые состояния. "Скоростные барьеры". Страх.

Процессы внимания. Процессы сохранения в памяти. Процессы воспроизведения движения. Творческое конструирование сложных приемов в критических ситуациях.

Психологические черты и качества спортивного характера гонщика. Трудлюбие. Волевые качества. Дисциплинированность. Решительность и смелость. Настойчивость и упорство. Выдержка и самообладание. Самостоятельность и инициативность. Помехоустойчивость.

Самостоятельная работа.

Психологический компонент чувств, обеспечивающих деятельность системы: гонщик – транспортное средство – трасса – внешние условия.

"Чувства" разгона, торможения, продольной и поперечной устойчивости, двигателя, дороги и др.

Применение объективных методов оценки психологического состояния спортсмена.

Исследование сенсомоторных реакций у спортсменов и быстроты реагирования (простая и сложная реакция с выбором, реакция на стресс).

Тема 7.3. Психологическая подготовка

Практические занятия

Характеристика средств и методов психологической подготовки в избранном виде спорта.

Психологическая подготовка. Волевая подготовка (установка на количество выполняемой работы, установка на качество выполнения, установка на преодоление трудностей, установка на достижение результата, установка на доезды до финиша, несмотря на форс-мажорные условия). Самовоспитание (соблюдение режима жизни, самоубеждение, самопринуждение, саморегуляция эмоций и предстартовых состояний, самоконтроль и т.п.). Идеомоторная тренировка (мысленное воспроизведение управляющей деятельности, запоминание трассы и основных препятствий, способности к управляемому напряжению и расслаблению, способности к концентрации внимания и т.п.). Совершенствование реагирования (простого, сложного, дифференцированного). Реакции предвосхищения (опережения). Совершенствование специализированных умений (компенсация допущенных ошибок, прогнозирование, адекватность действий и т.п.). Регулирование психологической напряженности (регуляция предстартовых состояний, самонастройка на борьбу, поддержание работоспособности, преодоление стресса и его последствий, восстановление психологического состояния после тяжелых аварий и травм и т.п.).

Самостоятельная работа

Ознакомление с методом идеомоторной тренировки экипажа по ралли. Запоминание трассы и мысленная имитация управляющих действий при просмотре видеоматериалов, записанных экипажем во время тренировочного занятия.

Х. Зачетные требования для студентов второго курса:

- приобрести знания, умения и навыки инструктора по общей физической подготовке для работы в учебных группах младших классов общеобразовательных школ, начальных группах ДЮСШ.
- знать теоретический материал в соответствии с программой курса, сдать текущие зачеты по пройденным темам.
- выполнить требования по самостоятельной подготовке в форме письменных контрольных работ и нормативов по общей физической подготовке.
- выполнить программу кафедрального спецкурса «Основы экстремального вождения».

XI. Примерный перечень вопросов студентам для зачета в третьем семестре

1. Каким главным критериям должна отвечать посадка водителя?
2. Изменяется ли посадка в зависимости от типа привода автомобиля?
3. Изменяется ли посадка в зависимости от условия движения (движение в городском потоке, скоростное движение, движение в тумане и при плохой видимости, движение по неровной дороге)?
4. Как должны располагаться руки на рулевом колесе при движении в правом повороте? (Положение рук по циферблату часов)
5. Выберите правильное положение левой ноги.
6. При необходимости переключить последовательно несколько передач вниз или вверх, какие действия оптимальны?
7. В каких случаях необходимо применить приемы скоростного руления?
8. Каким способом остановить вращающийся руль, который вырвало из рук при ударе передним колесом о препятствие?
9. Какие дополнительные меры следует применить, чтобы удержаться при попадании одним колесом в грязь, снежный перемет, мягкую обочину, а также при разрыве покрышки или отсоединении рулевой тяги?

10. Какой способ торможения следует применять для экстренного снижения скорости на дуге поворота?
11. Какой способ торможения следует применять для экстренного снижения скорости на участке разбитой дороги или при преодолении непрерывной серии неровностей.
12. Как расценивать след на дороге, оставшийся после торможения с полной блокировкой всех колес?
13. Какая последовательность действий и связь между приемами руления и торможения обеспечит максимальную безопасность при входе в поворот на высокой скорости?
14. Какой способ работы педалью акселератора даст максимальный эффект при экстренном разгоне на льду?
15. Какой из типов автомобиля более подвержен пробуксовке тянущих колес при экстренном трогании на скользкой дороге?
16. При экстренном разгоне с последовательным переключением передач, какое условие необходимо?
17. При торможении на дуге поворота, какие колеса более подвержены блокировке?
18. При прохождении поворота с неровностями (яма, гребенка, открытый колодец (!), разбитый асфальт) и необходимости выбрать ровную дорогу либо под правыми, либо под левыми колесами, что безопаснее?
19. При боковом соскальзывании передних колес в повороте, какие действия рулем будут правильными?
20. Как среагирует переднеприводный автомобиль на резкое дросселирование с пробуксовкой ведущих (передних) колес в повороте на скользкой дороге?
21. Укажите правильное направление поворота управляемых колес при заносе задней оси автомобиля.

22. При экстренном торможении с полной блокировкой колес возник занос задней оси. Можно ли, не прекращая торможения, стабилизировать автомобиль реакцией рук на занос?
23. При движении в левом повороте автомобиль сброшен в правую обочину, накренился, и возникла угроза опрокидывания. Какие действия водителя будут оптимальны?
24. Какие действия нужно применить, чтобы замедлить вращение автомобиля в заключительной фазе «полицейского» разворота задним ходом?
25. При невозможности объезда открытого колодца или глубокой ямы правыми колесами, какие действия руками позволяет предотвратить сильный удар о препятствие?
26. Какие действия водителя помогут предотвратить сильный удар при преодолении поперечной ямы?
27. Как влияет гидроусилитель руля на стабилизацию автомобиля при заносе?
28. Какое из четырех колес автомобиля дает максимальный эффект управляемости при скоростном прохождении правого поворота?
29. Автомобиль, с каким типом привода имеет наибольшее последствие загрузки передних колес при торможении двигателем перед входом в поворот?
30. Какое из компонентов водительского мастерства имеет максимальное значение при преодолении критических ситуаций, связанных с потерей устойчивости и управляемости автомобиля?

ХII. Примерный перечень вопросов экзамена для студентов ОФО по итогам четвертого семестра

1. Посадка гонщика как базовая основа управляющей деятельности. Эргономика. Готовность к экстренным действиям. Чувство автомобиля/мотоцикла. Морфологические и функциональные особенности. Индивидуализация. Связь посадки с соматической, вегетативной и нервной деятельностью организма спортсмена.

2. Особенности техники старта и стартового разгона. Способы старта в зависимости от коэффициента сцепления и специфики вида спорта. Вариативность управляющих действий. Приемы управления педалями, рычагом КПП и рулем. Предотвращение пробуксовки колес. Ступенчатый разгон на льду. Прерывистый разгон на снежной целине и грязевых участках. Специфика стартового разгона в мотоспорте.
3. Характеристика видов, способов и приемов руления применительно к ситуациям управления автомобилем. Ошибки в технике руления и их последствия. Элементная база рациональных приемов: хват, перехват, тяга, рывок, выравнивание. Биомеханические особенности перехвата двумя руками и переката одной рукой. Способы скоростного и силового руления. Виды стопорящего руления.
4. Роль и место торможения в системе активной безопасности гонщика. Особенности импульсных способов торможения. Характер тормозных усилий по силе и продолжительности. Нетрадиционные приемы торможения: боковым соскальзыванием, заносом задней оси, вращением автомобиля. Аварийное контактное торможение в экстремальных условиях движения.
5. Классификация поворотов по геометрическим признакам. Категории поворотов: 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6 и 7. Взаимосвязь скоростного режима движения, технических приемов управления с категорией поворотов. Способы прохождения поворотов: вкатывание, силовое скольжение, с заносом задней оси. Характеристика поворотов: простые, сложные, опасные.
6. Активная безопасность гонщиков при прохождении поворотов. Комбинированное торможение в зоне подхода. Заход на сглаживающую траекторию. Особенности раннего и позднего (глубокого) входа. Срезание траектории. Распускание траектории на выходе. Механизмы загрузки управляемых колес весом автомобиля. Баланс устойчивости и

управляемости приемами руления и дросселирования. Особенности торможения и переключения передач на дуге поворота.

7. Тактика прохождения поворотов. Понятие о сглаживающей траектории. Построение оптимальной траектории поворота разных категорий. Возможности для обгона в поворотах. Ошибки в управлении, приводящие к потере устойчивости и управляемости. Блокировка последующих гонщиков. Обманные действия (финты).
8. Техника преодоления неровностей. Передняя разгрузка после приема «газ-тормоз» для преодоления ям, канав, уступов. Боковая разгрузка с помощью рывкового руления. Стабилизация автомобиля/мотоцикла при подбросе, подскоке, прыжке. Использование гироскопических моментов вращающихся колес при преодолении гребенки или серии неровностей. Особенности аквапланирования при преодолении водной поверхности. Приемы зацеп и упор для повышения боковой устойчивости. Способы преодоления колеи.
9. Современные подходы к тестированию спортивной техники. Объективный метод (хронометрия, стендовые испытания двигателей, продувка в аэродинамических трубах). Субъективный метод. Роль и место тест-пилотов профессиональных команд. Телеметрический метод комплексной оценки управляющей деятельности гонщиков и настройки узлов и агрегатов автомобиля. Классификационные заезды и контрольные тренировки на соревновательных трассах.
10. Тестирование скорости руления на этапе тренажерной подготовки. Начальное, промежуточное и конечное тестирование. Временные нормативы для спортсменов разной квалификации. Показатели высшего уровня водительского мастерства. Организация индивидуального и группового тестирования на автомобилях с вывешенной передней осью, на простейших тренажерных автоматических комплексах. Взаимосвязь скорости руления с изменениями ЧСС

11. Отбор детей, подростков, юношей и взрослых для занятий автомобильным/мотоциклетным спортом. Оценка состояния здоровья, уровня общей физической подготовки, психологических качеств. Применение контрольных упражнений для оценки силы, быстроты, ловкости и выносливости. Отбор на этапе спортивного совершенствования по уровню специальной физической подготовки (техника и тактика старта, разгона, прохождения поворотов) и результатам участия в соревнованиях. Отбор в профессиональные команды по профессиональным признакам (участие в тестах, тренировках, соревнованиях) и экономическим возможностям (обеспечение спонсорской поддержки, внешних инвестиций).
12. Обучение технике экстренного маневрирования. Применение отдельного метода для изучения сложных приемов. Закрепление навыков руления, сформированных в тренажерных условиях. Приобретение умения прогнозировать возникновение критических ситуаций. Формирование начального чувства потери устойчивости и управляемости. Освоение приемов самостраховки (реакции на снос и занос). Обучение построению оптимальной траектории.
13. Обучение приемам экстренного маневрирования. Освоение технологии «загрузка-поворот-тяга» на модели упражнения «змейка» линейная. Освоение приема «загрузка левой ногой» на моделях упражнения «змейка» смещенная. Освоение приемов перетормаживания на моделях упражнений «змейка» с максимальным смещением разметки. Обучение маневрированию задним ходом с контролем траектории через зеркало заднего вида. Выполнение маневров на ограниченной площадке (разворот, въезд в бокс). Выполнение контрольных упражнений типа «переставка», «змейка» асимметричная.
14. Формирование чувства статических и динамических габаритов автомобиля. Формы индивидуального и группового обучения. Повторный метод. Контрольный метод оценки мастерства. Структура

маятникообразных упражнений для формирования чувства переднего, заднего габаритов, углов автомобиля. Обучение приемам точной парковки передним и задним ходом. Выполнение контрольных упражнений въезд в бокс, параллельная парковка.

15. Обучение технике преодоления неровностей. Применение искусственных препятствий и энергопоглощающих устройств для освоения приемов «передняя» и «боковая» разгрузка. Обучение преодолению волн, трамплинов, колеи в реальных условиях кроссовых трасс. Изучение способов самостраховки, препятствующих ритмическому раскачиванию автомобиля/мотоцикла. Обучение технике прыжков.

ХIII. План-задание для самостоятельной подготовки студентов второго курса ОФО

Разделы подготовки	Содержание
1. Теоретическая	Сдать зачеты по темам: Структура базовой подготовки Характеристика отдельных дисциплин авто и мотоспорта Требования к безопасности соревновательной деятельности
2. Методическая	Выполнить контрольные письменные работы: Конспект беседы по одной из тем учебной программы Составить план-конспект ОФП в избранном виде спорта Составить план-конспект СФП в избранном виде спорта
3. Научная	3.1. Составить библиографические карточки по выбранной теме 3.2. Составить реферат по литературным источникам
4. Спортивная (для действующих спортсменов)	4.1. Участвовать в 3 соревнованиях по избранному виду спорта 4.2. Участвовать в подготовках по программам ЦВВМ 4.3. Участвовать в судействе соревнований
5. Инженерно-техническая	5.1. Подготовка учебной техники к занятиям 5.2. Подготовка спортивной техники к УТЗ и соревнованиям 5.3. Ознакомление с современными моделями спортивной техники

**XIV. Структура и содержание дисциплины третьего года обучения
(5-й и 6-й семестры)**

*Общая трудоемкость 11,5 з.е. или 414 час.,
ауд. – 152 час. (36 час.- лек., 116 час.- прак.), СРС - 253 час., экз. – 9
час.*

Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Итого	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Аудиторные занятия			Внеаудиторная работа		
			Лекции	Практические занятия	Экзамен			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Раздел 1. Актуальные вопросы развития и обеспечение безопасности в автомобильном и мотоциклетном спорте (АиМС)	5		4	10		16	30	
1.1. Современные конструкции гоночных и спортивных технических транспортных средств				4		4	8	Контрольная работа
1.2. Одежда и экипировка спортсменов, занимающихся АиМС			2	1		4	7	Контрольная работа
1.3. Оборудование спортивных трасс				4		4	8	Опрос по теме
1.4. Проблемы безопасности в АиМС			2	1		4	7	Контрольная работа
Раздел 2. Актуальные вопросы соревновательной деятельности в АиМС	5		4	16		18	38	
2.1. Планирование учебно-тренировочного процесса			2	2		4	8	Ролевая игра
2.2. Учебный план и программа				4		2	6	Опрос по теме
2.3. Обеспечение соревновательной деятельности				2		4	6	Семинар

2.4. Современные подходы к планированию и контролю нагрузки в АиМС			2		2	4	Контрольная работа
2.5. Виды соревновательной деятельности в АиМС		2	2		2	6	Опрос по теме
2.6. Тестирование спортивной техники			4		4	8	Контрольная работа
Раздел 3. Программно-методическое обеспечение тренировочного процесса	5	2	20		14	36	
3.1. Программы базовой подготовки		2	2		2	6	Презентация
3.2. Программы спортивной подготовки			4		4	8	Презентация
3.3. Программа штурманской подготовки 3.3.1. Функциональные обязанности штурмана в экипаже 3.3.2. Дорожная легенда 3.3.3. Скоростная стенограмма 3.3.4. Работа со штурманскими приборами			14		8	22	Контрольная работа
Раздел 4. Система профессиональной подготовки спортсменов высшей квалификации	5	4	16		16	36	
4.1. Предсезонная подготовка		2	2		4	8	Семинар
4.2. Предсоревновательная подготовка		2	2		4	8	Реферат
4.3. Система тестирования в АиМС			12		8	20	Ролевая игра
Раздел 5. Особенности проведения чемпионатов мира, Европы и России в отдельных дисциплинах АиМС	5	4	10		8	22	
5.1. Чемпионаты мира на автомобилях «Формулы 1»		2	6		4	12	Отчет по видеозаписям
5.2. Кубок мира по ралли-рейдам		2	4		4	10	Отчет по видеозаписям
Итого за 5-й семестр		18	72		72	162	Зачет
Раздел 6. Инновационные педагогические технологии в АиМС	6	4	8		16	28	
6.1. Систематизация приемов технического и тактического мастерства для формирования эффективной		2	2		4	8	Реферат

модели обучения								
6.2. Перспективы развития нетрадиционных экстремальных дисциплин в АиМС («Мотофристайл», «Мотостантрайдинг», «Дрифтинг»)			4		8	12	Контрольная работа	
6.3. Организация и планирование локальных форм интенсивной переподготовки и повышения квалификации спортсменов, специалистов по АиМС			2	2	4	8	Ролевая игра	
Раздел 7. Педагогические технологии высшей школы водительского мастерства	6		6	20		16	42	
7.1. Отличительные черты высшего мастерства			4	4		2	10	Опрос по теме
7.2. Техническое и тактическое мастерство водителей			2	4		2	8	Контрольная работа
7.3. Школа картинга				4		4	8	Ролевая игра
7.4. Школа ралли				4		4	8	Ролевая игра
7.5. Школа АКГ				4		4	8	Ролевая игра
Раздел 8. Педагогическая система профессионально-прикладной подготовки	6		4	16		16	36	
8.1. Концепция контраварийной подготовки			2	4		4	10	Семинар
8.2. Методические особенности контраварийной подготовки				4		4	8	Контрольная работа
8.3. Обучение приемам активной безопасности			2	4		4	10	Ролевая игра
8.4. Методика совершенствования профессионального мастерства водителей категорий ТС «А», «В», «С», «Д», «Е»				4		4	8	Ролевая игра
Раздел 9. Профессионально-прикладные формы в АиМС	6		2	16		16	34	
9.1. Подготовка сотрудников спецслужб				2		2	4	Коллоквиум
9.2. Особенности подготовки сотрудников специальных подразделений ДПС (авто/мотто)				4		4	8	Контрольная работа

9.3. Подготовка водителей боевых машин МО и ВВ			2		2	4	Ролевая игра	
9.4. Реабилитация водителей инвалидов			2		4	6	Семинар	
9.5. Подготовка трактористов агролицеев			2		2	4	Ролевая игра	
9.6. Подготовка педагогических кадров по контраварийной подготовке			2	4		2	8	Ролевая игра
Раздел 10. НИР и УИРС	6		2	12		17	31	
10.1. Научно-методические проблемы в АиМС			2	2		3	7	Контрольная работа
10.2. Планирование педагогического эксперимента				4		4	8	Презентация плана графика исследования
10.3. Методология проведения эксперимента в АиМС				2		4	6	Семинар
10.4. Проведение анализа литературных источников				4		6	10	Отчет
Итого за 6-й семестр			18	72	9	81	180	Экзамен
Итого за год			36	116	9	253	414	

XIV. ПРОГРАММНЫЙ МАТЕРИАЛ ТРЕТЬЕГО КУРСА

Раздел 1. Актуальные вопросы развития и обеспечение безопасности в автомобильном и мотоциклетном спорте (АиМС)

Тема 1.1. Современные конструкции гоночных и спортивных технических транспортных средств

Практические занятия

Техническая революция в мире автомобильной и мотоциклетной техники. Борьба производителей за рынки сбыта. Приоритет технологий. Роль и место автомобильного и мотоциклетного спорта в сбыте массовой и уникальной автомобильной и мотоциклетной техники. Лидирующее положение японских производителей. Спортивная продукция концернов: «Хонда», «Судзуки». «Кавасаки», «Субару», «Мицубиси», «Тойота», «Бридж-стоун»,

Спортивные традиции европейских и американских суперфирм: «Фиат», БМВ, «Мерседес», «Форд».

Модели современной спортивной техники, обеспечившие победу в чемпионатах мира, Европы, традиционных международных соревнованиях.

Характеристика спортивной продукции российских производителей и малых предприятий за рубежом, производящих доработку спортивной техники и подготовку к соревнованиям. Тюнинг-фирмы в России.

Самостоятельная работа

Знакомство с лучшими достижениями в области производства отечественной спортивной автомобильной мотоциклетной техники на выставках в Москве (ВДНХ, Крокус Сити), Санкт-Петербурге.

Тема 1.2. Одежда и экипировка спортсменов, занимающихся АиМС

Лекция

Общие гигиенические требования к экипировке спортсменов.

Практические занятия

Специальные требования к спортивной одежде в автомобильном и

мотоциклетном спорте: мотокросс, мотобол, шоссейно-кольцевые гонки, спидвеи, автомногоборье, скоростные виды автомобильного спорта. Противопожарная безопасность гонщика.

Самостоятельная работа

Современная конструкция шлемов, комбинезонов, спортивной обуви. Травмобезопасность. Специальная одежда для работы по подготовке спортивной техники. Модели зарубежной экипировки. Реклама.

Тема 1.3. Оборудование спортивных трасс

Практические занятия

Безопасность спортивных трасс. Паспорт трассы. Лицензия на трассу. Протяженность и ширина трасс. Требования к стартовому участку. Особенности финишного участка. Ограждение трасс. Защитные конструкции. Питлейн. Требования к трассам, представляющим собой дороги общего пользования.

Особенности трасс для АКГ, трековых гонок, слалома, мотокросса, картинга.

Самостоятельная работа

Разработка схемы размещения участников и зрителей соревнований. Установка ограждения опасных зон. Установка предупреждающих и указательных знаков для спортсменов. Установка на трассе автомобилей "Скорой помощи" и противопожарных постов. Расстановка дополнительного разметочного оборудования и информационных табло. Участие в практических мероприятиях по обеспечению безопасности.

Тема 1.4. Проблемы безопасности в АиМС

Лекция

Причины аварийности в скоростных дисциплинах автомобильного и мотоциклетного спорта.

Практические занятия

Типичные ошибки в прогнозе ситуаций, пилотировании, настройки спортивной техники, выполнении регламентирующих требований

(спортивный кодекс, правила соревнований). Внутренние и внешние условия обеспечения безопасности в системе Г-Т-ТС-У (гонщик-трасса-транспортное средство-условия движения). Характеристика условий движения по степени опасности (зоны риска, экстремальная и аварийная).

Самостоятельная работа

Анализ видеоматериалов по теме: «Аварии и катастрофы в автомобильном и мотоциклетном спорте».

Раздел 2. Актуальные вопросы соревновательной деятельности в АиМС

Тема 2.1. Планирование учебно-тренировочного процесса

Лекция

Требования к планированию: целеустремленность, перспективность, реальность, конкретность, научность, оптимальность, объективность, систематический контроль и др.

Практические занятия

Методы планирования: программно-целевой, моделирование (графическое, математическое, сетевое), экстраполяция, линейное программирование и др.

Виды планирования: перспективное, текущее, оперативное. Неразрывность и преемственность видов планирования.

Перспективное планирование: цели, задачи, сроки, возрастные границы динамики спортивного мастерства, главные этапы подготовки и выступления в соревнованиях, задачи этапов, структура перспективных планов.

Текущее планирование: цели, задачи, сроки, периоды подготовки и их взаимосвязь с видами подготовки, задачи каждого этапа, структура текущих планов.

Самостоятельная работа

Оперативное планирование: цели, задачи, сроки, содержание. Недельный микроцикл как основа оперативного планирования. Структура оперативных планов, виды и характеристика микроциклов (тренировочные, подводящие, соревновательные, восстановительные). Особенности

планирования для спортсменов и команд разной квалификации.

Тема 2.2. Учебный план и программа

Практические занятия

Объем и последовательность изучаемого материала. Формы и методы учебной работы. График и рабочий план.

Самостоятельная работа

Урочное, поурочное и цикловое планирование учебно-тренировочного процесса. Предварительный, текущий и итоговый учет работы. Типовые программы (начальной подготовки, базового и продвинутого курса, спортивного совершенствования).

Тема 2.3. Обеспечение соревновательной деятельности

Практические занятия

Ознакомление с работой коллегии спортивных комиссаров (КСК). Назначение КСК на официальные соревнования. Лицензирование. Проверка полномочий КСК оргкомитетом соревнований. План работы КСК. Проверка соответствия трасс требованиям правил соревнований и регламенту (положению). Проверка и оценка плана безопасности. Заслушивание докладов: руководителя гонки (главного судьи), начальника дистанции, главного секретаря, технического комиссара, офицера по связи. Контроль соревнования. Утверждение результатов. Рассмотрение протестов. Подведение итогов. Составление отчета.

Самостоятельная работа

Стажировка в качестве маршала по безопасности на официальных соревнованиях по различным дисциплинам автомобильного и мотоциклетного спорта. Ознакомление с планом организации безопасности и схемой расстановки постов. Установка разметочного оборудования, препятствующего попаданию зрителей в опасные зоны. Система оповещения об опасности. Установка на трассе защитного ограждения, тормозных зон, отбойников. Применение судейских флагов для дополнительной информации

спортсменов. Особенности действий судейского персонала при форс-мажорных условиях.

Стажировка в качестве офицера по связи со спортсменами. Участие при проведении административной проверки, технической инспекции, официальных тренировках, проводимых организатором, регруппингах, перерывах, предусмотренных регламентом, определении результатов. Доклады офицера коллегии спортивных комиссаров (КСК). Передача протестов, заявлений, апелляций, просьб участников руководителю гонки. Сообщение результатов рассмотрения спортсменам и руководителям команд. Определение морального климата соревнования (реакции спортивных делегаций, судей и зрителей). Предотвращение и нейтрализация конфликтных ситуаций.

Тема 2.4. Современные подходы к планированию и контролю нагрузки в АиМС

Практические занятия

Контроль состояния отдельных психофизиологических показателей и самочувствия до тренировок.

Планирование нагрузки на основании функционального состояния.

Самостоятельная работа

Методы оперативного контроля состояния (САН – "самочувствие – активность – настроение", частота и ритмичность пульса, ИФС, частота дыхания, артериальное и пульсовое давление крови). Углубленная оценка ФР (PWC₁₇₀, велоэргометрический тест и его модификации, динамика пульса в период восстановления после заездов, критерии функционального состояния ЧНС гонщиков – ФУС, УР и УФВ).

Тема 2.5. Виды соревновательной деятельности в АиМС

Лекция

Виды автомобильного спорта: автомногоборье (АМ), скоростное маневрирование (СМ), экономное вождение (ЭВ), автомобильный слалом (СЛ), подъем на холм (ПХ), осторожное торможение (ОТ), конкурс по ПДД,

техническое обслуживание (ТО), конкурс профессионального мастерства (КПМ), ралли (РЛ), горные гонки (ГГ), карусельные гонки (КГ), режимные гонки (РГ), регулярность движения (РД), кольцевые гонки (АКГ), трековые гонки (ТГ), автомобильный кросс (КР), картинг (КТ), заезды на установление рекордов, автотуризм (АТ).

Практические занятия

Массовые и скоростные виды. Основные признаки классификации. Типы и формы проведения соревнований. Чемпионаты, первенства, турниры, матчевые встречи, кубковые соревнования, классификационные соревнования, традиционные, товарищеские, показательные, открытые, закрытые, многоэтапные, чемпионаты мира, Европы по АКГ, РЛ, КТ, КР. Марафоны. Достижения российских спортсменов на международной арене.

Характеристика и особенности соревнований по мотоциклетному спорту. Виды соревнований: скоростное маневрирование, мотомногоборье, мотокросс, "стадион-кросс", триал, шоссейно-кольцевые гонки, трековые гонки (гонки по гаревой дорожке, льду, ипподрому), однодневные и многодневные соревнования, мотобол, рекордные заезды, соревнования на личных мотоциклах, мототуризм.

Чемпионаты мира, Европы по отдельным видам мотоциклетного спорта. Многоэтапность. Система зачета. Характеристика трасс, мотоциклов. Достижения российских спортсменов на международной арене. Система соревнований, проводимых в РФ. Чемпионаты областей, краев и республик, традиционные соревнования, матчевые встречи.

Самостоятельная работа

Участие в организации и проведении соревнований по одному из массовых видов автомобильного спорта. Познакомиться с положением, организационным планом, финансированием, обеспечением участников, подготовкой трассы и мест соревнований, материально-техническим обеспечением и мероприятиями по безопасности участников и зрителей.

Участие в обеспечении безопасности соревнования по мотоциклетному

спорту. Ознакомиться с организационными мерами, медицинским обеспечением, системой профилактики травматизма.

Тема 2.6. Тестирование спортивной техники

Практические занятия

Современный подход к тестированию спортивной техники. Объективный и субъективный методы оценки качества подготовки. Телеметрические системы, применяемые для тестирования в Ф-1. Роль и место тест-пилотов в профессиональных командах. Тестирование динамических характеристик на стационарных и временных трассах.

Стендовые испытания узлов и агрегатов спортивного транспортного средства. Двигательные стенды (моторные, колесные). Стенды для проверки топливных систем, электрооборудования, амортизаторных устройств. Предсезонное и предсоревновательное тестирование.

Самостоятельная работа

Анализ результатов тестирования (объективного, субъективного, комбинированного). Оценка разгонной и тормозной динамики, управляемости, устойчивости, маневренности. Составление протокола тестирования и статистическая обработка полученных результатов.

Проведение тестовых изысканий по устойчивости и управляемости. Контрольные упражнения: "переставка" (экстренный маневр объезда препятствия), разгон-торможение, разгон на дистанции 1 км с места и с ходу. Способы хронометража. Применение тестирующих устройств старт-финиш.

Хронометраж прохождения отдельных участков, элементов и секций трассы. Организация и проведение субъективного тестирования тест-пилотами команд.

Раздел 3. Программно-методическое обеспечение тренировочного процесса

Тема 3.1. Программы базовой подготовки

Лекция

Формирование широкого арсенала управляющих действий для

обеспечения гарантированной безопасности в стандартных, сложных и экстремальных условиях движения. Программы подготовки: тренажерная, летняя и зимняя автодромная. Особенности тренажерного метода в системе базового курса. Изучение приемов руления и основных координаций управляющей деятельности. Программа "Основы безопасности" и ее составляющие: экстренное маневрирование, габаритная подготовка, преодоление неровностей, прохождение поворотов. Программа зимней контраварийной подготовки и ее составляющие: приемы активной безопасности, приемы высшего мастерства.

Практические занятия

Состав знаний, умений и навыков, представленных в программе летней автодромной подготовки. Формирование чувства кузовных габаритов. Формирование чувства динамических габаритов. Обучение технике и тактике управления с помощью зеркал заднего вида. Экстренное маневрирование. Преодоление неровностей за счет искусственного перераспределения веса. Скоростное прохождение поворотов. Геометрия безопасного маневра. Перенос приемов руления в сферу реального управления.

Состав знаний, умений и навыков, представленных в программе зимней подготовки. Техника и тактика управления на скользкой дороге. Изучение приемов разгона. Изучение приемов маневрирования на скользкой дороге. Основы экстремального вождения. Формирование двигательных реакций на скольжение задней оси. Восстановление устойчивости и управляемости. Экстренное маневрирование при низком коэффициенте сцепления. Оценка личностных психофизиологических способностей поведения в критических ситуациях. Формирование чувства потери устойчивости и управляемости.

Самостоятельная работа

Особенности базового курса подготовки водителей и спортсменов. Основные программы и их значимость. Формы и методы проведения занятий. Требования безопасности. Состав знаний, умений и навыков, представленных в учебных программах. Способы оценки подготовленности

обучаемых. Оценка деятельности педагогического персонала.

Тема 3.2. Программы спортивной подготовки

Практические занятия

Программы спортивной подготовки для гонщиков разной квалификации. Начальная подготовка. Спортивное совершенствование. Высшее мастерство. Особенности работы школ гонщиков в России и за рубежом. Отбор перспективных спортсменов. Структура многолетней подготовки.

Формирование элементной базы спортивно-технического и тактического мастерства для участия в соревнованиях по автомобильным кольцевым гонкам, ралли, трековым гонкам, картингу и автомногоборью. Изучение точных управляющих действий для обеспечения безопасности при движении спортивного транспортного средства в предельном скоростном режиме. Освоение базовых приемов спортивного мастерства: старт, разгон, прохождение поворотов, интенсивное торможение. Изучение базовых элементов построения оптимальной геометрии движения. Оценка исходного и конечного уровня спортивного мастерства.

Самостоятельная работа

Особенности проведения учебного курса внедорожной езды (программа "Внедорожник"). Изучение приемов преодоления неровностей. Формирование навыков скоростных действий органами управления транспортного средства. Изучение приемов активной безопасности для преодоления критических ситуаций. Освоение приемов управления транспортным средством в реальных внедорожных условиях. Использование спецсредств для эвакуации застрявшего транспортного средства.

Особенности проведения тестирования спортивной техники. Тест-пилоты гоночных команд Ф-1 и их функциональные обязанности. Тестирование и настройка узлов и агрегатов спортивной техники. Особенности работы гоночных инженеров ведущих команд. Применение телеметрических устройств для предсоревновательной подготовки

спортсменов и спортивной техники. Спортивное мастерство и техническое обеспечение достижения спортивного результата.

Тема 3.3. Программа штурманской подготовки

3.3.1. Функциональные обязанности штурмана в экипаже

Практические занятия

Характеристика работы штурмана в экипаже. Роль штурмана в достижении спортивного результата: перед стартом, при движении в дорожном режиме, при скоростном прохождении трассы, при анализе результатов. Действия штурмана в критических ситуациях, при аварии экипажа. Обязанности штурмана в спортивной команде.

Самостоятельная работа

Работа с основной документацией: регламентом (положением), маршрутным листом, географической картой, корнетом (маршрутным листом).

Представление экипажа на административной проверке. Представление транспортного средства на техническую инспекцию. Работа со скоростной стенограммой: запись, проверка, обработка, диктование. Работа со штурманскими приборами. Подготовка транспортного средства к соревнованиям: получение карты омологации, изучение действующих КиТТ, составление сервисного плана на гонку, составление легенд для автомобилей сервиса.

Решение штурманских задач: расчет режима движения, экспресс-обработка информации, уточнение отклонения от графика. Работа с официальными лицами: получение отметок в контрольной карте, сверка часов на КВ, проверка результата, подача протестов. Хронометраж: прохождения СУ, обслуживания транспортного средства на трассе, регламентированного времени, результатов соперников. Действия в аварийных ситуациях: установка знака аварийной остановки, вызов "скорой помощи", оказание первой доврачебной помощи, эвакуация пострадавшего, транспортировка поврежденного транспортного средства.

3.3.2. Дорожная легенда

Практические занятия

Информационная структура дорожной легенды. Судейская символика (судейские знаки, флаги). Дорожная символика: дорожные знаки (информационные, приоритета, запрещающие, предупреждающие), ориентиры. Схемы движения (пересечения, примыкания, развилки, узлы автомобильных дорог). Элементы скоростной стенограммы (информация по скорости, покрытию, опасности).

Изучение графического содержания дорожных легенд и терминологии диктования. Движение на четырехстороннем, трехстороннем перекрестках. Круговое движение. Повороты на перекрестках и на прилегающие дороги. Ориентиры (указатели, дорожные знаки и трафареты, светофоры, строения, остановки общественного транспорта). Мосты, туннели, простые и сложные городские развязки.

Самостоятельная работа

Составление учебной легенды для движения в городских условиях. Определение расстояния между позициями. Графическое изображение перекрестков. Выбор характерных привязок. Привлечение дополнительной (уточняющей) информации. Движение по заданному маршруту (деловая игра).

3.3.3. Скоростная стенограмма

Практические занятия

Информационная структура скоростной стенограммы. Основная информация: судейские знаки, элементы (расстояния, повороты, неровности), ориентиры (реальные, приборные), предупреждения. Дополнительная информация: по профилю, по покрытию, по ширине, по скорости, по направлению, по расстоянию. Вспомогательная информация: обозначение связи между элементами, правописание, дикция. Изучение терминологического состава скоростных стенограмм. Классификация поворотов: 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7. Обозначение сложных и опасных поворотов.

Разновидности неровностей: трамплины, гребенка, колея, уступы, выступы, ямы, канавы, бугры. Направление объезда. Уклоны, подъемы, спуски. Расстояния до элемента. Обозначение ширины. Особенности дорожных условий: асфальт, щебень, макадан. Обозначение связи между элементами. Способы прохождения поворотов: снаружи, внутри, резать.

Самостоятельная работа

Запись и скорочтение учебной стенограммы. Четкое выговаривание терминов. Модулирование голосом сложных и опасных элементов. Дробление непрерывной информации на двигательные связки. Сопровождение информации повторами элементов и связок. Выведение из диктования дополнительных штурманских ориентиров. Расширение поля зрения для охвата 2-3 строк информации.

3.3.4. Работа со штурманскими приборами

Практические занятия

Основные штурманские приборы и их характеристика. Твинмастер, терратрип, бортовой компьютер, спидпилот, навигационные устройства. Обеспечение оптимального информационного баланса. Передача, прием и переработка экспресс-информации. Точность измерения расстояний. Определение средней скорости движения. Контроль за режимом движения. Возможность получения одновременной информации на двух или трех дисплеях. Установка калибровочных коэффициентов. Особенности работы спутниковой навигации (GPS, ГЛОНАС). Осреднение местоположения. Система для определения координат по карте.

Самостоятельная работа

Движение по заданному маршруту с контролем дистанции одометром серийного транспортного средства. Контроль заданного графика движения с помощью секундомера.

Выполнение контрольного упражнения на регулярность движения в условиях городского движения.

Раздел 4. Система профессиональной подготовки спортсменов

высшей квалификации

Тема 4.1. Предсезонная подготовка

Лекция

Особенности структуры предсезонной подготовки гонщиков высшей квалификации, спортивных экипажей, профессиональных команд. УТС по ОФП и СФП в условиях среднегорья. Механизмы акклиматизации. Микроциклы: втягивающий, ударный, разгрузочный. Средства подготовки: горные лыжи, плавание, спортивные игры, ОРУ. Ездовой УТС на стационарных трассах или на временных СУ. Микроциклы: вкатывание, технический, скоростной, контрольный. Средства подготовки: мобилизационные упражнения по технике и тактике старта, разгона, торможения, прохождения поворотов; прохождение отдельных элементов и связок соревновательных трасс. Тестирование боевых транспортных средств. Контрольное прохождение СУ.

Практические занятия

Характеристика форм, средств и методов предсезонной подготовки спортсменов высшей квалификации. Особенности применения средств ОФП. Подбор видов и способов индивидуальной подготовки. Групповая подготовка на УТС. Проведение тестирования ОФП и СФП.

Особенности зимней предсезонной подготовки гонщиков. Особенности предсезонной и межсезонной, индивидуальной и общей физической подготовки гонщиков высшей квалификации. Опыт пилотов Формулы-1 и призеров чемпионатов Европы и мира в отдельных дисциплинах автомобильного и мотоциклетного спорта. Применение атлетической гимнастики, силовых тренажерных устройств, средств реабилитации, фармакологии.

Самостоятельная работа

Адаптация к скользкой дороге. Комплекс специальных подготовительных упражнений: квадрат, треугольник, развороты на 180 и 360 градусов передним и задним ходом, скоростной эллипс, круг в

управляемом заносе, экстренный объезд препятствий, торможение ступенчатое комбинированное, торможение боковым соскальзыванием, скоростное прохождение поворотов. "Танцы" на автомобиле (трюковое скольжение и вращение).

Систематические занятия дополнительными видами спорта. Поддержание высокой работоспособности вегетативной системы средствами циклических видов спорта. Сохранение высокого потенциала нервной системы средствами спортивных игр.

Использование экстремальных видов подготовки: парашютный спорт, гидроциклы, снегоходы.

Участие в соревнованиях в смежных видах спорта: картинг, мотокросс, автокросс, трековые гонки.

Тема 4.2. Предсоревновательная подготовка

Лекция

Цель, задачи и методы предсоревновательной подготовки.

Практические занятия

Методика подготовки спортивного транспортного средства к соревнованиям. Подготовка кузова, ходовой части, трансмиссии, двигателя. Приведение в соответствие с требованиями КиТТ и картой омологации конструкции, средств безопасности (каркас, ремни, сидения, средства пожаротушения, средства защиты узлов и агрегатов). Подбор шин, дисков колес, моделей покрышек в зависимости с характером покрытия соревновательных трасс. Подбор шин для различных метеоусловий. Предсоревновательная настройка бортового компьютера. Тестирование транспортного средства в скоростном режиме движения.

Методика предсоревновательной штурманской подготовки. Запись и проверка скоростных стенограмм. Обработка стенограмм (выделение опасных элементов, уточнение связок, установка штурманских ориентиров и привязок, запись дополнительной цифровой информации для движения в тумане, пыли). Многократное скорочтение для запоминания текста. Запись

дополнительной информации пилота после прохождения СУ. Идеомоторная тренировка пилота при просмотре видеоматериалов прохождения СУ.

Самостоятельная работа

Особенности трассовой подготовки в отдельных дисциплинах автомобильного и мотоциклетного спорта. Специфика гоночного "уикенда" в Ф-1. Проведение свободных тренировок и контрольных заездов. Специфика ознакомления с трассой в авторалли. Запись и проверка скоростных стенограмм, индивидуальное прохождение СУ, проведение контрольных тренировок. Предварительная подготовка на аналогичных трассах. Разработка тактического плана на соревнование. Подкрепление планируемого результата объемом и интенсивностью тренировочной работы. Индивидуализация скоростной работы. Преодоление "скоростного барьера".

Тема 4.3. Система тестирования в АиМС

Практические занятия

Цель и задачи тестирования. Профессионально значимые качества. Информативность и надежность применяемых тестов, стандартизация измерительных процедур и условий проведения тестирования. Системный анализ результатов тестирования. Значение результатов тестирования в определении надежности водителя.

Знакомство с методиками тестирования. Обучение приемам использования тренажерного комплекса "Старт-99" для выполнения тестов на действия руками, ногами, взаимодействия верхних и нижних конечностей.

Обобщение и анализ данных тестирования. Использование различных математических моделей, учитывающих пол, возраст, вес, ростовые характеристики, для интерпретации данных.

Возможность применения результатов дополнительных тестов для уточнения характеристик обследуемых водителей (спортсменов).

Самостоятельная работа

Овладение методикой тестирования. Овладение методикой регистрации ЧСС разными способами (пальпации, акустическим способом с

использованием различных технических средств).

Протоколирование. Ведение результатов тестирований в память компьютера, адреса и маркировка информации. Анализ результатов проведенных исследований, методом математической статистики.

Разработка рекомендации для коррекции уровня профессиональной надежности.

Раздел 5. Особенности проведения чемпионатов мира, Европы и России в отдельных дисциплинах АиМС

Тема 5.1. Чемпионаты мира на автомобилях «Формулы 1»

Лекция

Ф-1 как вершина мировой системы автомобильного спорта. География Ф-1 (страны-организаторы этапов чемпионата мира и гонок серии "Большой приз", основные трассы: Адelaide (Австрия), Монте-Карло (Монако), Херес (Испания), Сузука (Япония), Хунгароринг (Венгрия), Сильверстоун (Великобритания), Феррари (Италия), Монца (Италия), Спа (Бельгия), Хокенхайм (Германия), Индианополис (США), (Малайзия) и другие трассы. Кубок конструкторов и наиболее результативные команды: Феррари, Лотус, Бребхем, Тиррелл, Уильямс, Мак-Ларен, Бенеттон, Хонда, Порше, Мазерати, Альфа Ромео, Рено. Болиды Ф-1 и их влияние на техническую революцию в автомобильной промышленности. Внедрение новых технологий, композитных материалов, компьютерных управляющих систем. Выдающиеся гонщики и их спортивный путь в Ф-1 (Ален Прост, Айртон Сенна, Найджел Менсел, Джек Стюарт, Ники Лауда, Нельсон Пике, Стирлинг Мосс, Михаэль Шумахер, Мики Хакинен и др.). Перспективы развития Ф-1.

Практические занятия

Особенности технического и тактического мастерства выдающихся пилотов Ф-1. Методика достижения максимального результата в квалификационных заездах (уменьшение прижимного эффекта для повышения максимальной скорости, облегчение болида за счет уменьшения

запаса топлива, движение по кратчайшему пути за счет атаки бордюров, преодоление квалификационных кругов на критической скорости, применение сверхпозднего торможения, выбор времени прохождения с учетом максимального прогрева дорожного полотна и отсутствия траффика на трассе). Составление стратегического и тактического плана на гонку (количество пит-стопов, тип покрышек, характер настроек болида, место на стартовой решетке, способы борьбы с основными соперниками, способы передачи срочной и сверхсрочной информации, оперативная работа сервисной бригады при смене колес и дозаправке автомобиля).

Самостоятельная работа

Характеристика Ф-1 как элитного вида спорта. История развития. Перспективы. Основные стационарные трассы. Команды-участники. Выдающиеся пилоты. Болиды и "конюшни". Структура чемпионата мира. География. Экономика Ф-1. Спорт и бизнес. Конкуренция автомобильных концернов. Реклама. Ф-1 и ТВ.

Проведение анализа видеозаписей чемпионата мира в гонках Ф-1. Характер позиционной борьбы в квалификационных заездах. Тактика команд и отдельных спортсменов. Техника и тактика старта в гонках. Прохождение отдельных поворотов, скоростных связок, секторов трассы. Тактика пит-стопов и работа сервисных бригад. Применение тактических приемов при лидировании, преследовании, блокировании, обгонах. Характерные ошибки, приводящие к потере устойчивости и управляемости. Аварийные ситуации.

Тема 5.2. Кубок мира по ралли-рейдам

Лекция

Характеристика ралли-рейдов и отличия от классических ралли.

Практические занятия

Регламент. Основные этапы Кубка мира: Париж-Дакар, Тунис, Марокко, Баха-Испания, Баха-Португалия, Баха-Италия, Дубаи АЭ, Австралия, Аргентина, Мастер-ралли, Шелковый путь. Короткие рейды (баха) и многодневные (марафоны). 4 категории сложности. Типы

участвующих автомобилей: Т-1 (стандартные 4x4), Т-2 (специально подготовленные), Т-3 (прототипы), Т-4 (грузовые). Конкурирующие модели автомобилей: Мицубиси, Ниссан, Тойота, Берлини, Ивеко, Мерседес, КАМАЗ. Основные модели мотоциклов: Хонда, Судзуки, Ямаха, КТМ. Выдающиеся зарубежные гонщики Ватанен А., Лартиг П., Петрансель С., Шлессер Ж., Фонтане Ж., Кинигартнер, Маньялди, Аркарон,).

Самостоятельная работа

Достижения российских спортсменов Нарышкин М. (авто), Нифонтов А. (мото) и других гонщиков в личном и командном зачетах.

Раздел 6. Инновационные педагогические технологии в АиМС

Тема 6.1. Систематизация приемов технического и тактического мастерства для формирования эффективной модели обучения

Лекция

Система контраварийного обучения как способ борьбы с аварийностью. Новые подходы к реализации программы группового тренажерного обучения. Создание универсальных автодромов. Разработка насыщенных программ базовой подготовки для спортсменов и водителей всех категорий транспортных средств. Моделирование экстремальных условий и критических ситуаций. Радиообучение как способ отказа от копирования и метод индивидуализации группового обучения.

Практические занятия

Принципы классификации: фиксация эффективных приемов ситуационного характера, раскрытие их назначения, анализ факторов, обуславливающих назначение, стандартизация приемов и вариативность исполнения.

Ступени классификации: операции, приемы, способы и фазы выполнения. Зависимость приемов и способов от конкретных факторов: механизма воздействия, особенностей внешних условий движения.

Формирование предмета обучения как интегральной модели спортивной, прикладной или трудовой деятельности. Составление перечня

начальных, базовых и специальных навыков контраварийного применения. Разработка специализированных программ для сотрудников спецподразделений, участвующих в антитеррористической деятельности, детей, инвалидов, спортсменов разного уровня подготовки.

Самостоятельная работа

Система тестовых заданий для объективной оценки уровня водительского мастерства.

Обеспечение гарантированной безопасности учебного процесса средствами ТСО.

Тема 6.2. Перспективы развития нетрадиционных экстремальных дисциплин в АиМС («Мотофрестайл», «Мотостантрайдинг», «Дрифтинг»)

Практические занятия

Мототриал - акробатика на земле, на воде, в воздухе. Шоу-программы в форме фрестайла на мотоциклах, автомобилях, снегоходах. Трюковые элементы: сверхдальние прыжки, полеты, развороты и вращения в безопорной фазе (сальто, бочки, пируэты). Мототриал в спортивной и прикладной сфере по преодолению сложных препятствий на грани возможностей человека и машины.

Самостоятельная работа

Стрит-рейсинг (городские гонки без правил) как негативное проявление опасного экстрима, противоречащего ПДД. Дрег-рейсинг как элемент начальной скоростной подготовки.

Тема 6.3. Организация и планирование локальных форм интенсивной переподготовки и повышения квалификации спортсменов, специалистов по АиМС

Лекция

Рекомендации по составлению оргплана, учебного плана и программы учебно-тренировочного или учебно-методического сборов.

Практические занятия

Определение цели и задач учебного процесса, способов реализации программного материала, педагогических технологий, контрольных заданий.

Самостоятельная работа

Анализ учебно-информационных видеоматериалов по подготовке студентов РГУФК, сотрудников ДПС ГИБДД, водителей боевых автомобилей ОДОН ВВ МВД РФ, спортсменов высшей квалификации, инвалидов.

Раздел 7. Педагогические технологии высшей школы водительского мастерства

Тема 7.1. Отличительные черты высшего мастерства

Лекция

Последовательность формирования водительского мастерства (начальная подготовка, базовая подготовка, профессиональная подготовка, специализированная спортивная подготовка, подготовка по программам высшего мастерства, элитная подготовка выдающихся пилотов). Двигательный арсенал управляющих приемов начинающих водителей, непрофессиональных и профессиональных водителей, спортсменов разной квалификации.

Практические занятия

Особенности защитных технологий и перенос опыта спортсменов высшей квалификации в практику контраварийного вождения ТС. Ранняя специализация в технических видах спорта на примере суперпилотов «Формулы – 1».

Самостоятельная работа

Профессиональное мастерство как интегральный показатель деятельности водителей высшей квалификации и гонщиков. Оценка уровня спортивного мастерства в системе ЕВСК. Достижения российских спортсменов на международной арене в автомобильном и мотоциклетном спорте. Феномен спортивных достижений «Камаз-мастер», прикладное и экономическое значение достигнутых результатов. Выдающиеся зарубежные

гонщики в скоростных дисциплинах автомобильного и мотоциклетного спорта (отличительные черты мастерства, динамика результатов, особенности управляющей деятельности, характеристика технических возможностей автомобилей/мотоциклов).

Тема 7.3. Школа картинга

Практические занятия

Ознакомление с компьютерной программой обучения управлению спортивными моделями картинга на симуляторе (компакт диск Russobit. – М 204/2002, автор программы – 12-кратный чемпион мира М. Шумахер).

Самостоятельная работа

Виртуальное прохождение трех зачетных трасс на симуляторе и выполнение контрольных заданий первого уровня водительского мастерства.

Тема 7.4. Школа ралли

Практические занятия

Ознакомление с компьютерной программой обучения гонкам авторалли на симуляторе Thrustmaster (компакт диск SCI – Бука, 2004, автор программы – Richard Burns, а/м Peugeot 206 WRC).

Виртуальное прохождение гоночных трасс Чемпионата мира на симуляторе. Приобретение начальных навыков скоростного вождения полноприводного раллийного автомобиля.

Самостоятельная работа

Оценка собственных возможностей и координационных способностей.

Тема 7.5. Школа автомобильных кольцевых гонок (АКГ)

Практические занятия

Компьютерные тренажеры-симуляторы и их прикладное значение. Приобщение молодежи к миру "Формулы-1" (трассы, болиды, траектории движения, соревнований).

Использование симуляторов пилотами АКГ как дополнительных тренировочных средств. Проведение официальных чемпионатов на симуляторах.

Самостоятельная работа

Ознакомление с компьютерной программой Need for speed – 5 (nfs-5) на автомобилях Porsche. Изучение особенностей гоночных трасс (режимы закрытый и открытый), три уровня мастерства (новичок, средний, эксперт).

Ознакомление с компьютерной программой обучения технике и тактике на болиде «Формулы 1», использование в учебном процессе компьютерного симулятора АСТ LABS (компакт диск Racing simulation – 3, Русс-бит-М, 2003).

Виртуальное прохождение гоночных трасс чемпионата мира на симуляторе. Приобретение начальных навыков управления болидом «Формулы 1». Построение сглаживающих траекторий. Стабилизация автомобиля при потере устойчивости и управляемости.

Раздел 8. Педагогическая система профессионально-прикладной подготовки

Тема 8.1. Концепция контраварийной подготовки

Лекция

Традиционная система, рассчитанная на стандартные условия, должна быть дополнена разделом по контраварийной подготовке с универсальным арсеналом контраварийных действий.

Практические занятия

Методология:

- интегральное решение педагогических задач (теоретические, методические, технические компоненты);
- единство индивидуального и группового обучения с непосредственным контактом с преподавателем;
- проведение занятий на автодроме с ледяным покрытием;
- обучение в критических условиях при гарантированной безопасности;
- моделирование типичных критических ситуаций;
- применение кругового поточного обучения на сокращенных дистанциях для создания напряженного психологического фона;

- развитие творческих способностей для конструирования контраварийных действий.

Самостоятельная работа

Оценка мастерства методами тестирования и соревновательным методом. Анализ результатов тестирования методом математической статистики.

Тема 8.2. Методические особенности контраварийной подготовки

Практические занятия

Обучение без инструктора в кабине (отказ от копирования); становление индивидуального стиля вождения; использование открытого радиоканала для расширения объема оперативной информации (учиться на чужих ошибках); использование позитивных моментов из группового и индивидуального обучения; выбор индивидуальных средств преодоления критических ситуаций; использование соревновательного метода выполнения упражнений.

Фронтальное выполнение сложных элементов с целью углубленного погружения в процессе самообучения ("сам себе тренер"); оперативная оценка качества выполнения с предпочтительной положительной стимуляцией (преодоление "комплекса неполноценности"); применение средств педагогического комфорта (доброжелательность, подчеркнутый педагогический такт, уважительное отношение к обучаемому вне зависимости от качества выполнения упражнений).

Обеспечение гарантированной безопасности при групповом обучении на льду. Четкая регламентация действий обучаемых и педагогического персонала.

Требовательность и дисциплина. Технологическое обоснование всех опасных упражнений. Регламентация учебных заданий по степени риска. Использование сверхсрочной информации по радиоканалу, сигналов опасности и орг. указаний. Распределение нумерации позывных для учеников и персонала. Обеспечение зонной и персональной опеки.

Самостоятельная работа

Деление автодрома на зоны (рабочая, предстартовая, безопасности, демонстрации). Двойная подстраховка обучаемых при переходе границ зон. Понятие о ведущем преподавателе (общая безопасность) и преподавателях в рабочих зонах (частная безопасность при выполнении упражнений).

Организация безопасности: линейная (контроль дистанции), круговая (в зоне выполнения), тормозная (при выполнении скоростных упражнений), параллельная (при многопоточном обучении), встречная (при возможности пересечения траекторий движения), аварийная (при эвакуации застрявшего автомобиля). Организация общего канала связи (прямое управление, управление с обратной связью, согласованные действия, контроль, демонстрация, эвакуация, срочная медицинская помощь).

Тема 8.3. Обучение приемам активной безопасности

Лекция

Анализ педагогической системы интенсивной контраварийной подготовки.

Практические занятия

Обучение приемам прерывистого и ступенчатого торможения. Довести частоту тормозной импульсации до 4-5 имп./с. Освоить координацию тормозных усилий, исключая резонанс передней подвески. Изучить способы растормаживания при неожиданной блокировке колес. Исключить грубые ошибки в первом импульсе. Освоить корректирующее руление при энергичном торможении. Познакомиться с особенностями торможения на автомобилях, оборудованных системой ABS. Ознакомиться с технологией "газ-тормоз".

Обучение приемам разгона на скользкой дороге. Освоить управление педалью сцепления, исключая пробуксовку ведущих колес при трогании. Освоить координацию управления педалью акселератора для выполнения ступенчатого разгона (порционная дозировочная тяга с микропаузами для оценки разгонной динамики). Освоить технику разгона на снегу с

дозированной пробуксовкой колес и получением разгонного эффекта в фазе кратковременного уменьшения тяги. Ознакомиться с технологией применения приема "фальстарт". Сформировать способности к прогнозу динамики маневра в сложных условиях (предотвращение столкновения, пересечение траекторий, уход от преследования).

Изучить приемы маневрирования на скользкой дороге. Научить определять начальную грань потери управляемости передних колес в повороте. Научиться соизмерять величину тяги с углом поворота колес. Познакомиться с приемами разворота автомобиля за счет включения – выключения стояночного тормоза. Изучить приемы, позволяющие преодолеть поворот по траектории многогранника (дробление дуги на составляющие). Освоить технологию движения в повороте на грани бокового скольжения. Познать особенности управления автомобилем с разным типом привода.

Изучение приемов активной безопасности. Сформировать двигательные реакции на: занос малой амплитуды, глубокий занос, критический занос, ритмический занос. Освоить приемы стабилизации автомобиля при соскальзывании передней оси, боковом скольжении автомобиля, вращении.

Изучить приемы экстренного маневрирования. Экстренный объезд препятствия с применением управляемого заноса. Экстренный маневр с применением контрсмещения и контрзаноса. Экстренный маневр в сочетании с экстренным торможением. Развороты скольжением на 180° передним и задним ходом. Прохождение поворотов с упором боковой поверхности колеса и с зацепом внутренней частью покрышки.

Формирование чувства автомобиля. Чувство пробуксовки ведущих колес. Чувство блокировки при торможении. Чувство сноса передних колес. Чувство заноса разной амплитуды. Ощущение тяговой и тормозной динамики, избыточной и недостаточной поворачиваемости, бокового увода при резких маневрах.

Самостоятельная работа

Проведение комплекса подготовительных упражнений "квадрат" – поворот на 90° скольжением задних колес. "Треугольник" – поворот на 120° скольжением задних колес. Разворот на 180° в заносе. "Волчек" – разворот на 360-720°. "Полицейский" разворот вращением задним ходом на 180°.

Проведение комплекса основных упражнений. Демонстрация приемов: снос передней оси – выравнивание, занос – выравнивание, стабилизация при ритмическом заносе, критический занос – выравнивание. Стабилизация автомобиля при вращении.

Проведение комплекса дополнительных упражнений. "Восьмерки" – серия разворотов в заносе "Эллипс" – управление в заносе на дуге поворота. "Круг" – управляемый занос. Разворот с ходу вращением на 360°.

Проведение контрольных упражнений. Экстренный объезд препятствия. Прохождение поворота в экстремальном режиме движения. Соревнование – гонка с преследованием на один круг.

Просмотр и анализ учебного фильма "Контраварийная подготовка гонщиков".

Тема 8.4. Методика совершенствования профессионального мастерства водителей категорий ТС «А», «В», «С», «D», «Е»

Практические занятия

Проблемы совершенствования профессионального мастерства. Прикладной характер автомобильного и мотоциклетного спорта. Передача спортсменами профессиональных знаний, умений и навыков вождения водителям народного хозяйства и Вооруженных сил. Повышение безопасности дорожного движения за счет совершенствования уровня водительского мастерства.

Задачи подготовки. Структура и организация подготовки. Индивидуальное и групповое обучение. Начальное, промежуточное и конечное определение времени выполнения контрольных заданий. Система оценочных показателей.

Самостоятельная работа

Организация и техническое обеспечение занятий на автодроме. Индивидуальная и групповая подготовка водителей. Меры безопасности при проведении групповых занятий.

Виды подготовки. Структура основных комплексов базовой подготовки. Групповая подготовка для действий в транспортных потоках городского движения. Специальная контраварийная подготовка водителей категории "В", "С", "Д", "Е".

Конкурсы профессионального мастерства. Содержание. Организация. Практическая значимость. Хозрасчетные формы подготовки и переподготовки водительских кадров.

Раздел 9. Профессионально-прикладные формы в АиМС

Тема 9.1. Подготовка сотрудников спецслужб

Практические занятия

Особенности профессиональной деятельности сотрудников спецслужб. Служебные обязанности. Система отбора. Требования к совершенствованию мастерства. Формы, средства и методы подготовки. Объективная и субъективная оценки водительского мастерства.

Самостоятельная работа

Изучение учебных планов и программ по повышению квалификации и переподготовки сотрудников спецслужб и спецподразделений, разработанных кафедрой ТиМ прикладных видов спорта и экстремальной деятельности РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК). Ознакомление с научными отчетами специализации ТиМ автомобильного и мотоциклетного спорта.

Учебно-информационные видеофильмы 9 Управления КГБ СССР, ГЦОЛИФК и НИИАТ. Специальная подготовка водителей (лимузины, охрана, сопровождение), специальная подготовка мотоциклистов «Почетный эскорт» (часть 1 – летняя, часть 2 – зимняя).

Тема 9.2. Особенности подготовки сотрудников спецподразделений ДПС (авто/мото)

Практические занятия

Комплекс общеразвивающих упражнений специальной направленности на неподвижном мотоцикле-тренажере. Разновидности посадки и стойки (передняя, средняя, задняя, с боковым смещением таза, амазонка, обратная посадка). Наклоны и повороты туловища, сгибание и разгибание конечностей, рывки руками, махи и перемахи ногами. Упражнения на координацию. Упражнения по самостраховке. Упражнения по созданию полного контакта с мотоциклом. Баланс на неподвижном мотоцикле в положении сидя на сидении и стоя на подножках.

Видеокomплекс специальной физической подготовки на мотоцикле в движении. Смена стоек и посадок. Движение в стойке на одной ноге, в амазонке, на коленях, лежа на сидении, верхом на баке, «без рук» (руки в стороны, руки за голову). Отработка профессиональных жестов полицейских (внимание – рука вверх, торможение потока справа, слева, сзади). Баланс на мотоцикле в упражнениях «медленная езда».

Видеокomплекс строевой подготовки группы мотоциклистов (4, 6, 8, 12, 24 чел.). Движение в колоннах по одному, по два, по три, по четыре. Звеньевой строй. Клин. Уступ вправо, влево. Перестроения через середину, через центр, по диагонали. Разведение и сведение колонн, смена интервалов и дистанций. Встречное движение, скрещивания, слияние и дробление группы. Движение в обход (по кругу), противходом, змейкой, остановка в линию, колонну, уступом.

Видеокomплекс групповых упражнений для совершенствования профессионального мастерства сотрудников ДПС (мото). Змейка линейная, смещенная, асимметричная (отработка технологий: «загрузка-поворот-тяга», способов наклона корпуса и мотоцикла в поворотах разной крутизны и разного коэффициента сцепления, критического наклона, способов руления и

дросселирования). Разгон-торможение (интенсивный, форсированный, с отдельным и комбинированным торможением). Развороты вкатыванием и скольжением. «Волчек» – разворот вращением на 360° и 720°. Синхронные маневры.

Программы подготовки зачетных практических занятий групп автомобилистов и мотоциклистов по разделу высшего водительского мастерства. Проведение показательных выступлений на смотрах, праздниках, массовых соревнованиях. Сценарный план выступлений. Композиция перестроений. Логика выступления: экспозиция, завязка, развитие действия, финал. Продолжительность упражнений (эпизодов), темы, контрастность действий, монтаж (соединение элементов в смысловую цепочку). Скоростная смена разметки.

Особенности подготовки «пилотажных групп» высшего мастерства. Демонстрация трюковых элементов. Логика скоростного движения на ограниченных площадях. Система самостраховки.

Самостоятельная работа

Учебно-информационные видеофильмы кафедры ТиМ прикладных видов спорта и экстремальной деятельности РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК) «Контраварийная подготовка подразделений сопровождения ДПС и «Специальная подготовка мотоциклистов ДПС УГИБДД ГУВД МО».

Разработка методического обеспечения проведения УТС сотрудников ДПС ГИБДД.

Составление организационного плана подготовительных мероприятий (проект приказа, список участников и должностных лиц, расписание занятий, учебный план, планы-конспекты занятий, зачетные требования, программа зачетного занятия).

Тема 9.3. Подготовка водителей боевых автомобилей МО И ВВ

Практические занятия

Изучение учебных планов и программ подготовки сотрудников спецподразделений на автомобилях «Урал» и «БТР-80». Ознакомление с научными отчетами кафедры.

Самостоятельная работа

Видеосюжет учебного курса для подготовки отряда специального назначения «Витязь» на автомобилях «Урал» и «БТР-80». Особенности подготовки: теоретический курс по управлению автомобилем в условиях, приближающихся к боевым действиям, курс по разделам тренажерного обучения скоростного и силового руления, курс автодромной подготовки контраварийной направленности, курс группового взаимодействия, курс боевой слаженности подразделения.

Тема 9.4. Базовая подготовка профессиональных водителей

Практические занятия

Аварийность на дорогах России. Социальные и экономические проблемы. Статистика аварийности по вине водителей и причинно-следственные связи с низким качеством подготовки. Особенности профессиональной подготовки водителей категорий ТС «В», «С», «Д», «Е». Учебные планы, программы. Формы проведения занятий: теоретическая, тренажерная, автодромная. Объективная оценка профессионального мастерства.

Демонстрация учебно-информационных видеофильмов ГЦОЛИФК – НИИАТ Минтранса РФ: «Профессиональная подготовка водителей автобусов», «Контраварийная подготовка водителей автопоездов» (автор методики – профессор Цыганков Э.С.) Анализ видеоматериалов. Содержание учебных курсов. Результаты обучения.

Самостоятельная работа

Формирование чувства кузовных габаритов автомобиля. Отработка навыков дозированного торможения и остановки у препятствия передним

бампером (3 – 5 см.), задним бампером (5 – 10 см), правым передним углом (5 +5 см), левым передним углом (3+3 см). Отработка точности косвенной оценки при проезде колеи правыми и левыми колесами (поочередно и со сменой колеи по ходу движения). Формирование чувства переднего свеса автомобиля при объезде препятствия, при движении по минимальному радиусу. Формирование чувства боковых габаритов.

Формирование навыков экстренного маневрирования. Изучение технологии высшего мастерства, повышающей прижимную силу передних колес («загрузка-поворот-тяга»). Изучение композиций работы акселератором при экстренном разгоне на разных коэффициентах сцепления, при маневрировании разной степени сложности, при прохождении поворотов различного радиуса. Обучение элементам технического мастерства, повышающих безопасность при экстренном торможении, экстренных маневрах при объезде препятствий, скоростном прохождении поворотов.

Геометрия безопасного маневра. Обучение построению сглаживающей траектории с элементами фазовых действий («заход», «срезание», «распускание»).

Изучение траектории «глубокий вход» как элемента скоростного прохождения поворотов с применением различных вариантов загрузки (прекращение тяги, торможение правой или левой ногой, включение пониженных передач, комбинированное торможение с применением «перегазовки»).

Изучение траектории «свернутая» и «развернутая» спираль для создания баланса совместных операций по рулению, торможению и дросселированию. Отработка навыков построения траекторий в поворотах постоянного и переменного радиуса, при движении по ломаной траектории.

Изучение информационных видеоматериалов по базовой контраварийной подготовке водителей и спортсменов в рубрике «Уроки профессора Цыганкова Э.С.»

Тема 9.4. Реабилитация водителей инвалидов

Практические занятия

Анализ видеоматериалов по подготовке водителей-инвалидов. Подбор конкретных средств обучения применительно к характеру травм или увечий. Особенности психологической реабилитации. Дополнительные средства реабилитации (тренажеры, фиксирующие устройства, компенсационные механизмы).

Самостоятельная работа

Ознакомление с передовым опытом НОУ «НМУ ЦВВМ», фонда реабилитации инвалидов и автоклуба "Рось" по профессиональной реабилитации водителей-инвалидов. Педагогические подходы. Средства и методы подготовки. Организация индивидуального и группового обучения.

Тема 9.5. Подготовка трактористов агролицеев

Практические занятия

Изучение инновационной программы, разработанной на кафедре ТиМ прикладных видов спорта и экстремальной деятельности.

Самостоятельная работа

Просмотр видеоматериалов по теме занятия. Реализация нового подхода в подготовке выпускников агролицеев для дальнейшего прохождения воинской службы в качестве водителей боевых автомобилей.

Тема 9.6. Подготовка педагогических кадров по контраварийной подготовке

Лекция

Опыт кафедры ТиМ прикладных видов спорта и экстремальной деятельности, специализации ТиМ автомобильного и мотоциклетного спорта, Научно-методического учебного центра высшего водительского мастерства в подготовке педагогических кадров для регионов России.

Практические занятия

Программы подготовки. Формы, средства и методы подготовки. Изучение педагогических технологий обучения на автомобилях с разным типом привода.

Особенности работы с сотрудниками спецслужб, профессиональными водителями, сотрудниками инофирм. Требования к эрудиции педагога, владению педагогическим мастерством, мастерством управления автомобилем. Узкая специализация в отдельных разделах контраварийного обучения. Владение компьютерными технологиями и ТСО. Экстремальное обучение и обеспечение гарантированной безопасности. Система стажировки.

Самостоятельная работа

Система профессиональной подготовки водителей. Цель. Задачи. Учебный план. Программа. Условия проведения. Контингент обучаемых. Требования к автодромам и учебным площадкам. Разметочное оборудование. ТСО. Средства обеспечения безопасности.

Педагогические концепции построения учебных программ. Структура комплексов учебных упражнений. Формы и методы проведения индивидуальных и групповых занятий. Система оценки мастерства.

Раздел 10. НИР и УИРС

Тема 10.1. Научно-методические проблемы в автомобильном и мотоциклетном спорте

Лекции

Методология оптимизации построения траектории движения по спортивной трассе.

Практические занятия

Изучение и анализ внешней структуры действий лучших гонщиков при управлении спортивным транспортным средством. Современные подходы к

организации и проведению учебно - тренировочной работы.

Самостоятельная работа

Контроль уровня спортивно-технического мастерства.

Тема 10.2. Планирование педагогического эксперимента

Практические занятия

Методика проведения эксперимента. Выбор валидных характеристик.

Представительность выборки. Равенство прочих условий в экспериментальной и контрольной группах.

Самостоятельная работа

Математические модели для оценки достоверности различий.

Тема 10.3. Методология проведения эксперимента в автомобильном и мотоциклетном спорте

Практические занятия

Определение предмета и объекта исследования. Подбор методов исследования, овладение их применением. Разработка протокола предстоящих исследований. Планирование и разработка графика проведения контрольных замеров.

Самостоятельная работа

Формирование подхода к планированию и написанию главы выпускной квалификационной работы "Методы исследования".

Тема 10.4. Проведение анализа литературных источников

Практические занятия

Изучение литературных источников, относящихся по тематике к подготовке водителей автомобиля, мотоцикла, квадроцикла, снегохода.

Самостоятельная работа

Просмотр научных и научно-популярных работ по подготовке автогонщиков, мотогонщиков, изданных в России и за рубежом.

XV. Примерный перечень вопросов для студентов к зачету по итогам пятого семестра ОФО

1. Влияют ли морфологические особенности водителя (длина рук, ног, туловища) на характеристики посадки?
2. Какое положение головы водителя вы выберете при движении на высокой скорости или при низком коэффициенте сцепления?
3. При необходимости переключить последовательно несколько передач вниз или вверх, какие действия оптимальны?
4. При скоростном вращении рулевого колеса двумя руками, например, вправо, как распределяется роль рук?
5. При круговом вращении рулевого колеса одной рукой, где следует выполнить перехват?
6. При круговом вращении рулевого колеса на легковом автомобиле какой прием следует применить для перехвата?
7. Каким способом остановить вращающийся руль, который вырвало из рук при ударе передним колесом о препятствие?
8. Какие дополнительные меры следует применить, чтобы удержать при попадании одним колесом в грязь, снежный перемет, мягкую обочину, а также при разрыве покрышки или отсоединении рулевой тяги?
9. Как правильно удержать рулевое колесо при движении на высокой скорости?
2. При маневрировании задним ходом на легковом автомобиле, в какую сторону следует развернуть корпус?
3. При маневрировании задним ходом в развернутой посадке, какой способ руления следует применить?
4. Какой способ будет самым эффективным при экстренном торможении на скользкой дороге (МКПП)?
5. В каких ситуациях следует применять экстренное прерывистое торможение?

6. В каких ситуациях на скользкой дороге следует применить экстренное прерывистое торможение?
7. На каких типах автомобилей торможение левой ногой поможет улучшить управляемость в сложных условиях скользкой дороги?
8. Как ускорить время стартовой реакции при экстренном трогании на сигнал светофора (при переключении с красного сигнала на зеленый)?
9. Какая траектория прохождения поворота в скоростном режиме менее опасна?
10. Как поступить, когда не удастся полностью погасить скорость перед поворотом?
11. Чем отличается сложный поворот от простого?
12. Какие действия водителя провоцируют перерастания критической ситуации занос задней оси в ритмический занос?
13. Какие действия водителя уменьшат возможность возникновения заноса или серии ритмического раскачивания задней оси при экстренном торможении на скользкой дороге?
14. При движении в левом повороте автомобиль сброшен в правую обочину, накренился, и возникла угроза опрокидывания. Какие действия водителя будут оптимальны?
15. Какой тип автомобилей подвержен рысканью при скоростном движении задним ходом?
16. При выполнении скоростного разворота задним ходом (полицейский разворот) какие действия провоцируют опрокидывание автомобиля?

XVI. Примерный перечень вопросов экзамена по итогам шестого семестра ОФО

1. Обучение технике прохождения поворотов. Плавный и резкий вход в поворот с загрузкой управляющих колес. Выведение на сглаживающую траекторию в фазах: подход, вход, срезание, выход. Поточное обучение в поворотах 5 и 6 категорий. Демонстрация способов прохождения вкатыванием и с заносом задней оси. Лидирование группы. Расстановка

разметки и ориентиров. Организация безопасности при скоростном прохождении поворотов.

2. Обучение приемам экстренного и аварийного торможения.
3. Трехуровневая структура: стандартные приемы (плавное торможение двигателем, интенсивные (импульсивные, «газ-тормоз», резкое). Экстремальные (боковым соскальзыванием, заносом, вращением, стояночным тормозом в повороте). Индивидуальное и групповое многопоточное выполнение. Применение ТСО (видеосъемка, радиосвязь). Доведение частоты импульсации на педали тормоза до 4-8 импульсов в сек.
4. Педагогические особенности группового обучения. Движение в колоннах, строях: уступ, клин, звенья, эскорт. Одновременные маневры с разворотом на 180°, на 360°. Поточное маневрирование за лидером. Остановка по команде в колонне автомобилей/мотоциклов. Проведение групповых показательных выступлений. Графическое изображение перестроений. Методика выполнения. Меры безопасности.
5. Обучение в экстремальных условиях. Проведение занятий на ледовом и скоростном автодромах, на опасных элементах учебных и соревновательных трасс. Последовательное усложнение заданий. Предварительное изучение контраварийных действий. Комплексы упражнений по стабилизации автомобиля/мотоцикла при потере устойчивости и управляемости. Скоростной режим как фактор регуляции уровня стресса. Меры обеспечения безопасности. Экстренная медицинская помощь.
6. Особенности контраварийного обучения. Обучение без инструктора (отказ от копирования). Использование радиоканала для срочной и сверхсрочной информации. Фронтальный, поточный и круговой метод обучения. Регламентация учебных заданий по степени риска. Тренажерная и автодромная подготовка. Обеспечение гарантированной безопасности. Зонная и персональная оценка обучаемых педагогическим

персоналом. Показ, лидирование, самостоятельное выполнение учебных заданий. Система контрольных упражнений.

7. Обучение приемам активной безопасности. Формирование двигательных реакций на однонаправленный занос и ритмический занос. Освоение приемов по стабилизации автомобиля при сносе передней оси, боковом скольжении, вращении. Изучение приемов интенсивного торможения. Формирование чувства потери устойчивости и управляемости. Комплекс подготовительных упражнений на льду.
8. Методика преподавания тренажерного курса. Последовательность обучения. Демонстрация приемов. Методы регулирования тренировочных нагрузок. Ступенчатое повышение скоростного режима. Оценка выполнения методами тестирования. Анализ типичных ошибок. ЧСС как индикатор нагрузки. Обучение приемам скоростного руления. Имитация контраварийных действий.
9. Особенности психологической подготовки. Регуляция психологической напряженности (предстартовых состояний, преодоление стресса, поддержание работоспособности в соревновательных условиях). Волевая подготовка (установка на количество и качество выполняемой работы, преодоление трудностей, достижение результата). Идеомоторная тренировка (запоминание трасс, мысленное воспроизведение управляющих действий). Совершенствование двигательных реакций. Преодоление «скоростного барьера». Прогнозирование критических ситуаций.
10. Основные виды подготовки гонщика: общая и специальная физическая, спортивно-техническая, тактическая, психологическая, теоретическая, инженерно-техническая, комплексная. Значимость каждого вида в общей структуре многолетней подготовки: на начальном этапе, на этапе спортивного совершенствования, системы высшего мастерства. Специфика инженерно-технической подготовки в достижении высоких спортивных результатов.

11. Общая структура многолетней подготовки и факторы ее определяющие. Совокупность самостоятельных, не связанных этапов: макроциклы, мезоциклы, микроциклы, отдельные тренировочные дни и части тренировочных занятий. Особенности предсоревновательной подготовки и ее микроциклы: вкатывание (запоминание трассы), технический (отработка элементов и связок), скоростной (повышение максимальной скорости), контрольный (оценка функциональной кондиции пилота и качества подготовки автомобиля/мотоцикла).
12. Современная концепция тренировки в автомобильном и мотоциклетном спорте.
13. Методика формирования у гонщиков «чувства колес» (пробуксовка ведущих колес, блокировка при торможении, сила сцепления колес с дорогой).
14. Реализация основных принципов спортивной педагогики при подготовке гонщиков.
15. Методика обучения приемам импульсного торможения (прерывистое и ступенчатое).
16. Роль и место физических упражнений в процессе подготовки автогонщиков и мотогонщиков.
17. Формирование чувства сноса передних и заноса задних колес.
18. Значение вспомогательных и специально-подготовительных упражнений в формировании модели соревновательных действий.
19. Формы и методы обучения приемам активной безопасности гонщика.
20. Единство во времени разных сторон подготовки гонщиков: спортивной, технической, тактической и психологической.
21. Формирование у спортсменов «чувств» тяговой и тормозной динамики, избыточной и недостаточной поворачиваемости автомобиля, бокового увода при резких маневрах.
22. Характеристика метода строгой регламентации в подготовке автогонщиков.

23. Концепция контраварийной подготовки автогонщиков.
24. Существо и особенности применения соревновательного метода при подготовке автоспортсменов.
25. Методика обучения приемам маневрирования на скользкой дороге.
26. Сочетанное применение методов спортивной тренировки в подготовке автогонщиков.
27. Определение и характеристика зон безопасности на спортивных трассах.
28. Внутренировочные методы подготовки спортсменов в автомобильном и мотоциклетном спорте.
29. Характеристика «зоны относительной безопасности» в автомобильном и мотоциклетном спорте.
30. Учет суточной динамики работоспособности спортсменов при планировании нагрузки (циркадные ритмы).
31. Правила поведения гонщика на трассе, лицензирование спортивной деятельности в автомобильном и мотоциклетном спорте.
32. Характеристика «идеального» гонщика по уровню развития физических качеств.
33. Критерии и условия индивидуальной безопасности спортсменов в кольцевых гонках.
34. Структура и содержание многолетней подготовки гонщиков.
35. Существо понятий активная и пассивная безопасность гонщика.
36. Цель и задачи общей и специальной физической подготовки авто- и мотогонщиков.
37. Виды и назначение спортивных лицензий.
38. Цель и задачи инженерно-технической подготовки гонщиков.
39. Основные параметры и содержание плана безопасности при проведении спортивных соревнований.
40. Особенности формирования специальных физических качеств гонщиков.
41. Формы и методы планирования учебно-тренировочной работы в автомобильном и мотоциклетном спорте.

42. Значение и необходимый уровень развития координационных способностей при занятиях автомобильным и мотоциклетным спортом.
43. Урочное и цикловое планирование учебно-тренировочного процесса.
44. Характеристика эффективности применения современных тренажеров для формирования способности к адекватным действиям в сложных ситуациях.
45. Требования к планированию учебно-тренировочного процесса в автоспорте.
46. Вариативность применения методов отдельного и комплексного выполнения отдельных элементов (старт и разгон, прохождение поворотов и других сложных участков).
47. Типовые программы для юношеских школ (начальная подготовка, базовый и продвинутый курс, спортивное совершенство).
48. Возможность непосредственного применения умений и навыков, полученных при занятиях автомобильным и мотоциклетным спортом, в интересах общества.
49. Спортивно-тренировочная и воспитательная работа в переходный период.
50. Особенности применения тренажеров для развития координационных способностей спортсменов.
51. Автомобильное и мотоциклетное многоборье как наиболее общественно значимые подвиды автоспорта.
52. Методика подготовки гонщиков скоростных видов автоспорта.
53. Особенности техники безопасности при проведении занятий в комплексных видах спорта, предусматривающих стрелковую подготовку.
54. Методы, организация и контроль учебно-тренировочной работы.
55. Автомобильный и мотоциклетный туризм как форма совершенствования мастерства и повышения культуры поведения водителей на дороге.
56. Особенности планирования учебно-тренировочной нагрузки для

спортсменов и команд высокой квалификации.

57. Организация дополнительных состязаний и культурного досуга участников туристических слетов.
58. Особенности работы физиологических систем организма при занятиях автомобильным и мотоциклетным спортом.
59. Организация и проведение конкурсов профессионального мастерства среди водителей транспортных средств.
60. Физиолого-психологический контроль функционального состояния организма гонщиков.
61. Прикладные формы автоспорта как основа для формирования гармонично развитого члена общества.

**XVII. Структура и содержание дисциплины четвёртого года
обучения (7-й и 8-й семестры)**

Общая трудоемкость - 9,5 з.е. или 342 ч.

Ауд. - 180ч. (36ч. - лек., 144ч. - пр.), СРС – 153ч., экз. – 9 ч.

Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)					Итого	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Аудиторные занятия			СРС	Итого		
			Лекции	Практические занятия	Экзамен				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Раздел 1. Управление развитием избранного вида спорта в Российской Федерации	7	1-3	14	34		32	84		
Тема 1.1. Структура управления физической культурой и спортом в РФ на федеральном уровне, уровне субъекта федерации и муниципальном уровне			2	2		2	6	Опрос	
Тема 1.2. Стратегия и тактика государственной политики в сфере физической культуры и спорта в России			2	2		2	6	Опрос	
Тема 1.3. Государственный, негосударственный (некоммерческий) и коммерческий секторы в физической культуре и спорте			2	2		2	6	Опрос	
Тема 1.4. Развитие форм государственно-частного				2		4	6	Опрос	

партнерства в сфере физической культуры и спорта								
Тема 1.5. Нормативно-правовое и законодательное обеспечение развития спортивной отрасли			2	2		2	6	Опрос
Тема 1.6. Экономические механизмы развития спортивной отрасли				2		2	4	Опрос
Тема 1.7. Сущность и особенности управленческой деятельности в спортивной отрасли			2	2		2	6	Опрос
Тема 1.8. Управление развитием спорта высших достижений			2	4		2	8	Опрос
Тема 1.9. Управление развитием массового спорта			2	4		2	8	Опрос
Тема 1.10. Предпринимательство в спортивной отрасли				2		2	4	Опрос
Тема 1.11. Программно-целевое планирование в физической культуре и спорте				2		2	4	Семинар
Тема 1.12. Тенденции развития спортивной отрасли				2		2	4	Контрольная работа
Тема 1.13. Место и роль избранного вида спорта в эволюционном развитии спортивной отрасли России				2		2	4	Семинар
Тема 1.14. Программы развития избранного вида спорта на федеральном уровне, уровне субъекта федерации и муниципальном уровне				2		2	4	Опрос
Тема 1.15. Служебно-прикладное и военно-прикладное значение избранного вида спорта				2		2	4	Реферат
Раздел 2. Менеджмент спортивной организации в избранном виде спорта	7	4-6	4	24		26	50	
Тема 2.1. Классификация спортивных организаций			2			2	4	Опрос

Тема 2.2. Организационно-правовые формы спортивных организаций				2		2	4	Семинар
Тема 2.3. Нормативно-правовое обеспечение деятельности спортивных организаций				2		2	4	Опрос
Тема 2.4. Кадры спортивной организации их подготовка			2	2		2	6	Семинар
Тема 2.5. Целеполагание и планирование в управлении спортивной организацией				2		2	4	Опрос
Тема 2.6. Технология подготовки и принятия управленческих решений в спортивной организации				2		2	4	Контрольная работа
Тема 2.7. Финансово-экономические и хозяйственные аспекты деятельности физкультурно-спортивных организаций				2		2	4	Контрольная работа
Тема 2.8. Методы управления конфликтом в спортивной организации				2		2	4	Ролевая игра
Тема 2.9. Риск-менеджмент спортивных организаций				2		2	4	Контрольная работа
Тема 2.10. Антикризисное управление в спортивных организациях				2		2	4	Семинар
Тема 2.11. Организационно-методические особенности деятельности различных организаций спортивной направленности (спортивной федерации, спортивного клуба, ДЮСШ, СДЮСШОР, ЦСП)				2		2	4	Семинар
Тема 2.12. Маркетинг коммерческих и некоммерческих спортивных организаций				2		2	4	Контрольная работа
Тема 2.13. Ответственность руководителей и специалистов спортивной организации				2		2	4	Реферат
Раздел 3. Менеджмент оказания спортивно-оздоровительных услуг в избранном виде спорта	7	7-9		14		14	34	

Тема 3.1. Стандарты и качество оказания спортивно-оздоровительных услуг				2		2	4	Опрос
Тема 3.2. Допуск к занятиям и медицинское сопровождение оказания спортивно-оздоровительных услуг				2		2	4	Контрольная работа
Тема 3.3. Требования к специалистам, непосредственно оказывающим физкультурно-оздоровительной услуги				2			2	Контрольная работа
Тема 3.4. Требования к помещениям и спортивному инвентарю				2		2	4	Контрольная работа
Тема 3.5. Маркетинг спортивно-оздоровительных услуг						2	2	Контрольная работа
Тема 3.6. Организация, планирование, контроль и учет учебно-тренировочной работы				2		2	4	Семинар
Тема 3.7. Обеспечение безопасности занимающихся в учебно-тренировочном процессе				2		2	4	Контрольная работа
Тема 3.8. Ответственность руководителей и специалистов за безопасность и качество оказания спортивно-оздоровительных услуг				2		2	4	Реферат
Всего за 7 семестр			18	72		72	162	
Раздел 4. Менеджмент спортивного мероприятия в избранном виде спорта	7	10-11	6	16		32	46	
Тема 4.1. Классификация и условия проведения спортивных мероприятий				2		4	6	Опрос
Тема 4.2. Организация и проведение учебно-тренировочных сборов				2		4	6	Контрольная работа
Тема 4.3. Организация и проведение спортивных соревнований				2		4	6	Контрольная работа
Тема 4.4. Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий			4	2		4	10	Контрольная работа

Тема 4.5. Финансирование спортивных мероприятий				2		4	6	Контрольная работа
Тема 4.6. Освещение спортивных мероприятий в средствах массовой информации				2		4	6	Опрос
Тема 4.7. Обеспечение безопасности участников спортивных мероприятий			2	2		6	10	Контрольная работа
Тема 4.8. Ответственность организаторов спортивных мероприятий				2		2	4	Реферат
Раздел 5. Организационно-управленческие компетенции специалиста в избранном виде спорта и их формирование	7	17-19	2	14		4	20	
Тема 1.1. Требования работодателя к специалисту в сфере физической культуры и спорта				2			2	Опрос
Тема 5.2. Компетентностная модель специалиста в сфере физической культуры и спорта				2			2	Опрос
Тема 5.3. Проектировочная компетенция (анализ, планирование, прогнозирование деятельности)			2	2		4	8	Контрольная работа
Тема 5.4. Организаторская компетенция (организация, координирование, контроль деятельности)				2			2	Реферат
Тема 5.5. Конструктивная компетенция (разработка и принятие разнообразных управленческих решений)				2			2	Опрос
Тема 5.6. Мобилизационная компетенция (мотивация и стимулирование деятельности подчиненных)				2			2	Ролевая игра
Тема 5.7. Коммуникативная компетенция (конструирование деловых взаимоотношений, организация связи с внешней средой)				2			2	Реферат

Раздел 6. Проектный менеджмент в избранном виде спорта	7	12-16	6	10		20	36	
Тема 6.1. Основы управления проектами в спортивной отрасли 6.1.1. Понятие и сущность проекта в спорте 6.1.2. Методическое обеспечение деятельности по управлению проектами в спорте 6.1.3. Нормативно-правовое обеспечение деятельности по управлению проектами в спорте 6.1.4. Стандарты управления проектами 6.1.5. Жизненный цикл проекта			4	4		4	12	Семинар
			2	2		4	8	
				2		4	6	
				2		4	6	
						4	4	
Тема 6.2. Инициирование и обоснование проекта 6.2.1. Генерация идеи проекта 6.2.2. Формирование целей проекта 6.2.3. Разработка концепции проекта 6.2.4. Анализ внешней и внутренней среды реализации проекта 6.2.5. Технико-экономическое обоснование проекта 6.2.6. Критерии эффективности реализации проекта 6.2.7. Источники финансирования и формы инвестирования проекта 6.2.8. План реализации проекта 6.2.9. Подготовка презентации и представление проекта 6.2.10. Защита проекта				20		12	32	Презентация общего плана проекта
				2		4	6	
				2			2	
				2		4	6	
				2			2	
				2		4	6	
				2			2	
				2			2	
				2			2	
				2			2	

Тема 6.3. Управление реализацией проекта			4	12		12	26	Презентация финансовой стоимости проекта
6.3.1. Управление расписанием проекта			4	2		4	10	
6.3.2. Управление стоимостью проекта				2			2	
6.3.3. Управление качеством проекта				2		4	6	
6.3.4. Управление рисками проекта						4	4	
6.3.5. Кризисные ситуации в процессе реализации проекта и их преодоление				2			2	
6.3.6. Окончание проекта				2			2	
6.3.7. Оценка эффективности реализации проекта				2			2	Защита проекта
Экзамен					9		9	
Итого за 8 семестр			18	72		81	171	
Раздел 7. НИР и УИРС	8							
7.1. Подготовка выпускной квалификационной работы			6					
7.2. Предзащита ВКР на кафедре						4		Апробация ВКР
Итого за год			36	144	9	153	342	

XVIII. ПРОГРАММНЫЙ МАТЕРИАЛ, ЧЕТВЁРТЫЙ КУРС

Раздел 1. Управление развитием избранного вида спорта в Российской Федерации

Тема 1.1. Структура управления физической культурой и спортом в РФ на федеральном уровне, уровне субъекта федерации и муниципальном уровне

Лекция

Государственные органы управления физической культурой и спортом в РФ.
Совет при Президенте РФ по физической культуре и спорту.
Министерство спорта РФ.

Практические занятия

Профильные комитеты Государственной Думы и Федерального собрания,
Общественной палаты.

Самостоятельная работа

Общественные органы управления физической культурой и спортом.
Национальный Олимпийский комитет. Федерации по видам спорта.
Масштабирование органов

Тема 1.2. Стратегия и тактика государственной политики в сфере физической культуры и спорта в России

Лекция

Стратегия развития физической культурой и спортом в РФ до 2020 года и ее основные положения.

Самостоятельная работа

Стратегические документы развития спорта в субъектах РФ и видов спорта.

Тема 1.3. Государственный, негосударственный (некоммерческий) и коммерческий секторы в физической культуре и спорте

Лекция

Государственные организации, бюджетные и казенные учреждения.

Практические занятия

Некоммерческие организации. Спортивные федерации и клубы.
Некоммерческие партнерства и ассоциации в спортивной отрасли.

Самостоятельная работа

Акционерные общества и индивидуальное предпринимательство в сфере спорта.

Тема 1.4. Развитие форм государственно-частного партнерства в сфере физической культуры и спорта

Практические занятия

Основные формы государственно-частного партнерства в области физической культуры и спорта.

Самостоятельная работа

Взаимодействие государственного, общественного и коммерческого секторов в целях развития спорта.

Тема 1.5. Нормативно-правовое и законодательное обеспечение развития спортивной отрасли

Лекция

Федеральное законодательство в области физической культуры и спорта. ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ».

Практические занятия

Избранные главы Трудового кодекса. ФЗ «Об общественных объединениях».

Самостоятельная работа

ФЗ «О некоммерческих организациях». Основные положения.

Тема 1.6. Экономические механизмы развития спортивной отрасли

Практические занятия

Целевые программы развития. Налоговые льготы для предприятий спортивной отрасли. Целевая программа развития физической культуры и спорта в РФ и ее реализация.

Самостоятельная работа

Целевые программы на региональном и местном уровне.

Тема 1.7. Сущность и особенности управленческой деятельности в спортивной отрасли

Лекция

Понятия и принципы управленческой деятельности в спортивной отрасли.

Практические занятия

Управление региональным отделением общероссийской общественной организации по избранному виду спорта.

Самостоятельная работа

Управление региональным отделением общероссийской общественной организации по избранному виду спорта в условиях наличия в стране двух и более общероссийских общественных организаций по избранному виду спорта.

Тема 1.8. Управление развитием спорта высших достижений

Лекция

Совершенствование подготовки спортсменов на этапах отбора, профессионализации и подготовки к ответственным соревнованиям.

Практические занятия

Научно-методическое и медико-биологическое обеспечение подготовки спортсменов.

Самостоятельная работа

Управление спортивной подготовкой на этапе высшего спортивного мастерства.

Тема 1.9. Управление развитием массового спорта

Лекция

Создание условий для занятий физической культурой и спортом в регионе. Финансирование отрасли.

Практические занятия

Развитие инфраструктуры и строительство временных и постоянных спортивных сооружений для проведения соревнований по избранному виду спорта.

Самостоятельная работа

Подготовка, переподготовка и повышение квалификации кадров.
Организация спортивно-массовых мероприятий.

Тема 1.10. Предпринимательство в спортивной отрасли

Практические занятия

Основные организационно-правовые формы коммерческих организаций.
Коммерческая деятельность в спорте.

Самостоятельная работа

Программы развития малого предпринимательства в спортивной отрасли.
Основные направления деятельности в спортивной отрасли.

Тема 1.11. Программно-целевое планирование в физической культуре и спорте

Практические занятия

Основные принципы программно-целевого планирования.

Самостоятельная работа

Примеры целевых программ развития видов спорта и спортивной отрасли в регионах РФ. Целевая программа развития спортивной организации.

Тема 1.12. Тенденции развития спортивной отрасли

Практические занятия

Циклы развития спортивной отрасли. Эволюция государственных органов управления спортивной отраслью. Рост финансирования спортивной отрасли.

Самостоятельная работа

Реализация целевых программ развития на федеральном, региональном и местном уровнях.

Тема 1.13. Место и роль избранного вида спорта в эволюционном развитии спортивной отрасли России

Практические занятия

Оценка количества занимающихся видом спорта и его популярности.

Самостоятельная работа

Перспективный расчет уровня развития вида спорта на период.

Тема 1.14. Программы развития избранного вида спорта на федеральном уровне, уровне субъекта федерации и муниципальном уровне

Практические занятия

Реальная оценка внешних и внутренних факторов развития вида спорта. Разработка мер по развитию вида спорта на федеральном, региональном и местном уровнях.

Самостоятельная работа

Роль спортивной федерации в реализации целевых программ.

Тема 1.15. Служебно-прикладное и военно-прикладное значение избранного вида спорта

Лекция

Основные направления прикладного применения навыков вида спорта. Военно-спортивные и служебно-прикладные номинации.

Практические занятия

Профессионально-прикладные дисциплины мотоциклетного спорта.

Самостоятельная работа

Мотоциклетное многоборье, авто ралли, рейды марафоны как инструмент подготовки высококлассных военных водителей для Вооруженных сил РФ, водителей для МЧС, МВД, ФСБ.

Раздел 2. Менеджмент спортивной организации в избранном виде спорта

Тема 2.1. Классификация спортивных организаций

Лекция

Спортивные секции, кружки, клубы, школы, другие общества и организации по автомобильному и мотоциклетному спорту, работающие в стране под управлением общественных кадров

Самостоятельная работа

Автомобильные и мотоциклетные федерации, союзы, объединения, лиги, комиссии, комитеты и т.п.

Тема 2.2. Организационно-правовые формы спортивных организаций

Самостоятельная работа

Государственные, общественные и некоммерческие организации различных форм собственности.

Тема 2.3. Нормативно-правовое обеспечение деятельности спортивных организаций

Практические занятия

Основные положения законодательства в отношении спортивных организаций.

Самостоятельная работа

Основные положения ФЗ «Об общественных организациях», ФЗ «Об акционерных обществах», ФЗ «Об автономных учреждениях».

Тема 2.4. Кадры спортивной организации их подготовка

Лекция

Подготовка, переподготовка и повышение квалификации кадров для избранного вида спорта.

Практические занятия

ФЗ «Об образовании» и его применение в спортивной отрасли.

Самостоятельная работа

Основные категории специалистов, их профессиональная характеристика и должностные обязанности.

Тема 2.5. Целеполагание и планирование в управлении спортивной организацией

Практические занятия

Характеристика требований, предъявляемых к формулировке целей.

Самостоятельная работа

Планирование работы спортивной организации.

Тема 2.6. Технология подготовки и принятия управленческих решений в спортивной организации

Практические занятия

Сбор и анализ информации. Консультации и анализ информации. Формирование альтернатив.

Самостоятельная работа

Критерии наилучшего выбора из множества альтернатив. Подготовка управленческого решения. Реализация управленческого решения.

Тема 2.7. Финансово-экономические и хозяйственные аспекты деятельности физкультурно-спортивных организаций

Практические занятия

Финансовое и хозяйственное планирование на отчетный период.

Самостоятельная работа

Текущая финансово-хозяйственная деятельность спортивной организации.

Тема 2.8. Методы управления конфликтом в спортивной организации

Практические занятия

Понятие и природа конфликта. Конфликтующие стороны и их характеристики.

Самостоятельная работа

Методы обнаружения конфликта и управления им.

Тема 2.9. Риск-менеджмент спортивных организаций

Практические занятия

Понятие риска. Природа рисков событий. Классификация рисков. Меры предотвращения рисков.

Самостоятельная работа

Управление рисками в спортивных организациях.

Тема 2.10. Антикризисное управление в спортивных организациях

Практические занятия

Понятие кризиса. Признаки кризиса на предприятии спортивной отрасли.

Самостоятельная работа

Оценка кризиса. Концепция антикризисного управления.

Тема 2.11. Организационно-методические особенности деятельности различных организаций спортивной направленности (спортивной федерации, спортивного клуба, ДЮСШ, СДЮСШОР, ЦСП)

Практические занятия

Структура и функции спортивной организации в зависимости от организационно-правовой формы. Особенности деятельности государственных и муниципальных спортивных организаций.

Самостоятельная работа

Нормативно-правовое обеспечение деятельности ДЮСШ и СДЮСШОР. Требования при работе с детьми.

Тема 2.12. Маркетинг коммерческих и некоммерческих спортивных организаций

Практические занятия

Сущность и содержание маркетинга в спорте.

Виды маркетинга в сфере физической культуры и спорта.

Инструментарий маркетинга в сфере физической культуры и спорта.

Реклама и PR в сфере физической культуры и спорта.

Товарные знаки в спорте и спортивной индустрии.

Управление спортивными брендами.

Самостоятельная работа

Имидж как часть спортивного маркетинга. Поведение потребителей на рынке спортивных товаров и услуг.

Сегментация и позиционирование в спорте.

Тема 2.13. Ответственность руководителей и специалистов спортивной организации

Практические занятия

Полное, своевременное и результативное выполнение возложенных обязанностей и полномочий.

Соблюдение правил внутреннего распорядка и трудовой дисциплины, порядка обращения со служебной документацией в муниципалитете.

Самостоятельная работа

Обеспечение сохранности и поддержание в надлежащем состоянии закрепленного оборудования и имущества.

Соблюдение правил пожарной безопасности, производственной санитарии и техники безопасности.

Раздел 3. Менеджмент оказания спортивно-оздоровительных услуг в избранном виде спорта

Тема 3.1. Стандарты и качество оказания спортивно-оздоровительных услуг

Практические занятия

- обучение потребителей услуг рациональной технике двигательных действий, формирование умений, навыков и связанных с этим знаний, в избранной спортивной дисциплине;
- педагогическое воздействие, направленное на развитие и совершенствование двигательных способностей, соответствующих требованиям спортивной деятельности, в области которой ведется подготовка.

Самостоятельная работа

- педагогическое воздействие, направленное на компенсацию у потребителя услуг недостающих компонентов тактической, технической, физической и др. видов готовности к потреблению услуги;
- организацию комплексного контроля за уровнем разносторонней подготовленности и состоянием здоровья потребителя услуг;
- консультативную помощь по различным направлениям построения и содержания учебно-тренировочного процесса.

Тема 3.2. Допуск к занятиям и медицинское сопровождение оказания спортивно-оздоровительных услуг

Практические занятия

Допуск к учебно-тренировочным занятиям и соревнованиям занимающихся физической культурой и спортом, не прошедших врачебного диспансерного обследования, не выполнивших назначенные лечебно-профилактические мероприятия.

Самостоятельная работа

Обеспечение медицинского обслуживания и безопасности участников. Возрастные и социальные категории и группы, составы команд, перечень требований по медицинскому допуску. Ограничения по здоровью в различных видах спорта.

Тема 3.3. Требования к специалистам, непосредственно оказывающим физкультурно-оздоровительной услуги

Практические занятия

Лица, занимающиеся физкультурно-оздоровительной и спортивно-педагогической работой и имеющие установленную законодательством спортивную и профессиональную квалификацию.

Тема 3.4. Требования к помещениям и спортивному инвентарю

Практические занятия

Требования безопасности и санитарии, предъявляемые к местам проведения занятий по физической культуре и спортивному инвентарю.

Санитарные правила и нормы (СанПиН 2.4.2.-1178-02).

Стандарты спортивного инвентаря.

Требования к крытым спортивным сооружениям (спортивным залам)

Требования к открытым спортивным площадкам.

Самостоятельная работа

Состояние охраны труда в спортивном зале. Наличие инструкций по охране труда. Наличие акта-разрешения на проведение занятий в спортивном зале.

Наличие и заполнение журнала регистрации инструктажа учащихся по охране труда, носилок и укомплектованность медицинской аптечки.

Тема 3.5. Маркетинг спортивно-оздоровительных услуг

Практические занятия

Рынок спортивно – оздоровительных услуг и его основные характеристики.

Предпосылки формирования рынка спортивно-оздоровительных услуг.

Основные понятия фитнес-индустрии.

Рынок спортивно-оздоровительных услуг России: специфика, проблемы, тенденции.

Обзор рынка оздоровительных и спортивных услуг.

Самостоятельная работа

Разработка стратегии вывода новой фирмы на рынок спортивно оздоровительных услуг.

Тема 3.6. Организация, планирование, контроль и учет учебно-тренировочной работы

Практические занятия

Зависимость формы и организации занятий и их содержания от педагогических задач, уровня подготовленности занимающихся и тренера (инструктора).

Урочные формы занятий, их особенности и признаки (постоянный состав, твердое расписание, коллективная и индивидуальная работа с занимающимися, фиксированная продолжительность).

Разновидности урочных форм организации занятий: теоретические и практические. Теоретические занятия: лекции, семинары, методические, зачеты, экзамены, их задачи и содержание.

Практические занятия: учебные, учебно-тренировочные, тренировочные, контрольные, методические, учебная практика, лабораторные, их задачи и содержание.

Внеурочные занятия: теоретические, практические, самостоятельные занятия.

Педагогическая и организационная практика.

Структура урока. Содержание частей урока. Конспект урока, его форма и содержание.

Самостоятельная работа

Организация внеурочных занятий, их структура и содержание.

По заданию преподавателя студенты составляют конспект урока, план лекции, беседы, учебного, учебно-тренировочного и тренировочного занятия, задание для самостоятельных занятий. План проведения наблюдений в соревнованиях.

Тема 3.7. Обеспечение безопасности занимающихся в учебно-тренировочном процессе

Практические занятия

Предупреждение травм, заболеваний, несчастных случаев при проведении спортивных мероприятий.

Самостоятельная работа

Санитарные правила содержания мест размещения и занятий физической культурой и спортом, утвержденными Главной государственной санитарной инспекцией Министерства здравоохранения Российской Федерации, и правила соревнований по видам спорта.

Тема 3.8. Ответственность руководителей и специалистов за безопасность качество оказания спортивно-оздоровительных услуг

Практические занятия

Руководство и непосредственная ответственность по проведению тренировок соревнований.

Несчастные случаи в спорте.

Должностные инструкции и их соблюдение.

Самостоятельная работа

Статьи УК РФ «Халатность», «Причинение вреда здоровью по неосторожности».

Раздел 4. Менеджмент спортивного мероприятия в избранном виде спорта

Тема 4.1. Классификация и условия проведения спортивных мероприятий

Практические занятия

Спортивные и оздоровительные мероприятия для участников турниров, кроссов, марафонов, турниров по спортивным играм;
Спортивные праздники;
Спортивно-зрелищные вечера и концерты;
Встречи с выдающимися спортсменами.

Самостоятельная работа

Показательные выступления ведущих спортсменов и представителей спортивных учреждений.
Учебно-тренировочные сборы (УТС).

Тема 4.2. Организация и проведение учебно-тренировочных сборов

Практические занятия

Цель, задачи и место проведения УТС. Положение об УТС.
Организационные компоненты УТС.

Самостоятельная работа

Составление сметы УТС. Составление итогового отчета.

Тема 4.3. Организация и проведение спортивных соревнований

Практические занятия

Причины и обоснование проведения физкультурно-спортивного мероприятия - решение организатора спортивного мероприятия. Цели и задачи проведения физкультурного мероприятия.

Самостоятельная работа

Разработка и утверждение положения о спортивном мероприятии.
Взаимодействие организаторов с государственными органами и СМИ.

Тема 4.4. Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий

Лекция

Цели и задачи проведения физкультурно-массового мероприятия.

Практические занятия

Разработка и утверждение Программы спортивно-массового мероприятия.

Самостоятельная работа

План проведения спортивно-массового мероприятия.

Тема 4.5. Финансирование спортивных мероприятий

Практические занятия

Бюджет спортивного мероприятия. Источники финансирования мероприятия. Методика работы со спонсорами. Стартовые взносы.

Самостоятельная работа

Расходы по организации, проведению и награждению.

Тема 4.6. Освещение спортивных мероприятий в средствах массовой информации

Практические занятия

План освещения спортивного мероприятия в СМИ.

Самостоятельная работа

Взаимодействие с различными видами СМИ: газеты, журналы, телевидение, интернет.

Тема 4.7. Обеспечение безопасности участников спортивных мероприятий

Лекция

Составление плана безопасности мероприятия и его согласование.

Медицинское сопровождение мероприятий.

Практические занятия

Действия организаторов при несчастных случаях и чрезвычайных ситуациях.

Взаимодействие организаторов с правоохранительными органами и обеспечение правопорядка.

Самостоятельная работа

Страхование участников.

Тема 4.8. Ответственность организаторов спортивных мероприятий

Практические занятия

Ответственность за причиненный вред участникам мероприятия.

Самостоятельная работа

Основные положения УК РФ, касающиеся причинения непредумышленного вреда здоровью и халатности.

Раздел 5. Организационно-управленческие компетенции специалиста в избранном виде спорта и их формирование

Тема 5.1. Требования работодателя к специалисту в сфере физической культуры и спорта

Практические занятия

Изучение запросов рынка труда.

Мониторинг качества профессионального образования.

Анализ содержания учебных программ.

Анализ тенденций развития сферы физической культуры и спорта;

Разработка моделей специалиста.

Построение системы управления качеством профессионального образования в сфере физической культуры и спорта с учетом требований рынка труда.

Тема 5.2. Компетентностная модель специалиста в сфере физической культуры и спорта

Практические занятия

Компетентностная модель специалиста по физической культуре и спорту содержит:

- социально-личностную компетенцию (характеризует общегражданские качества взрослого человека, его культурный уровень и дееспособность);
- общенаучную компетенцию (профессионально ориентирована на все основные группы направлений подготовки; связана с решением познавательных задач, поиском нестандартных решений, определяет фундаментальность образования);

- общепрофессиональную компетенцию (обеспечивает готовность к решению общепрофессиональных задач - той их совокупности, которую должен уметь решать специалист с высшим образованием);
- специальную компетенцию (обеспечивают привязку подготовки специалиста к конкретным для данного направления объектам и предметам труда; предполагает овладение алгоритмами деятельности по моделированию, проектированию, научным исследованиям);
- экономическую и организационно-управленческую компетенцию (относятся к организации работы коллектива, планированию работы персонала и ресурсов, системе менеджмента качества).

Тема 5.3. Проектировочная компетенция (анализ, планирование, прогнозирование деятельности)

Лекция

Знания в области делопроизводства, теории целеполагания, основ организации физкультурно-спортивных мероприятий.

Практические занятия

Умения планировать деятельность (собственную, подчиненных, команды), планировать систему соревнования, выстраивать иерархию целей организации и определять необходимые для ее достижения ресурсы; оформлять управленческие решения в адекватной форме.

Самостоятельная работа

Навыки владения методами планирования деятельности организации, анализа состояния внешней и внутренней среды, проведения маркетинговых исследований.

Тема 5.4. Организаторская компетенция (организация, координирование, контроль деятельности)

Практические занятия

Знания в области теории научной организации труда, психологии подбора и расстановки персонала.

Умения в области распределения производственных и непроизводственных ресурсов организации, делегирования полномочий, сбора и анализа информации о состоянии внутренней и внешней среды организации.

Навыки владения методами оптимизации труда и приемами контроля деятельности.

Тема 5.5. Конструктивная компетенция (разработка и принятие разнообразных управленческих решений)

Практические занятия

Знания в области теории решений и способов подбора критериев оценки решений, владение технологией (алгоритмом) принятия управленческих решений, знаний и умений в области организации и регулирования спонсорских отношений, осведомленности о существующих в сфере управления физической культурой и спортом проблемах и способах их решения.

Умения по организации и руководству проведением соревнований, созданию позитивного имиджа спортсменам и организациям, разработке и обеспечению заключения контрактов о спортивной деятельности.

Навыки разработки управленческих решений, оценки их эффективности.

Тема 5.6. Мобилизационная компетенция (мотивация и стимулирование деятельности подчиненных)

Практические занятия

Знания в области стилей руководства, делового поведения, управления группой, теории мотивации, технологий управления командой.

Умения выбирать и применять адекватные, эффективные методы мотивации подчиненных.

Навыки владения методами стимулирования деятельности и мотивационного воздействия, приемами управления персоналом.

Тема 5.7. Коммуникативная компетенция (конструирование деловых взаимоотношений, организация связи с внешней средой)

Практические занятия

Знания в области психологии личности и группы, группового поведения, конфликтологии, социологии (теории общественных отношений).

Умения предвосхищать, констатировать и регулировать, разрешать межличностные конфликты, вести переговоры, устанавливать деловые контакты с внешними организациями, организовывать связи со СМИ.

Раздел 6. Проектный менеджмент в избранном виде спорта

Тема 6.1. Основы управления проектами в спортивной отрасли

6.1.1. Понятие и сущность проекта в спорте

Лекция

Современное состояние управления проектами в России; Понятие проекта, классификация проектов; Проекты, бизнес-процессы: отличительные особенности

Практические занятия

Программы и проекты. Стандарты управления проектами. Проекты в сфере спорта.

Самостоятельная работа

Особенности проектов в области прикладных видов, спорта и экстремальной деятельности; Знания и навыки менеджеров проекта.

6.1.2. Методическое обеспечение деятельности по управлению проектами в спорте

Лекция

Фазы и жизненный цикл проекта. Проект - как механизм решения проблемы.

Практические занятия

Выбор проблемы для инициации проектов. Логико-структурный подход (ЛСП). Анализ проблемного поля.

Самостоятельная работа

Анализ окружения проекта. Критерии отбора проектов. Управление рисками на стадии инициации: риск и доходность. Цели проекта (ЗМАКТ-анализ) и критерии успеха-неудач. Причины неуспешных проектов.

6.1.3. Нормативно-правовое обеспечение деятельности по управлению проектами в спорте

Практические занятия

Документы проекта, Устав проекта.

Самостоятельная работа

Содержание проекта.

6.1.4. Стандарты управления проектами

Практические занятия

Международный стандарт управления проектами ISO 21500:2012.

Самостоятельная работа

Процедуры управления проектом по традиционной методологии. *Методология PMI*, сформулированная в виде стандарта PMBOK.

6.1.5. Жизненный цикл проекта

Самостоятельная работа

Фазы и этапы развития проекта.

Тема 6.2. Инициирование и обоснование проекта

6.2.1. Генерация идеи проекта

Практические занятия

Выбор и инициация учебного проекта в области прикладных видов спорта.

Самостоятельная работа

Разработка Устава учебного проекта и содержания проекта.

6.2.2. Формирование целей проекта

Практические занятия

Анализ проблемы и формирование целей собственного проекта

6.2.3. Разработка концепции проекта

Практические занятия

От дерева проблем - к дереву работ; структуры проекта; иерархическая структура работ. Распределение работ между членами рабочей группы; Матрица ответственности; Календарный план; Распределение ресурсов;

Самостоятельная работа

Последовательность работ типового учебного проекта; Диаграммы Ганта.

6.2.4. Анализ внешней и внутренней среды реализации проекта

Практические занятия

Определение среды проекта. Определение факторов способствующих и препятствующих реализации проекта.

6.2.5. Техничко-экономическое обоснование проекта

Практические занятия

Ресурсы проекта; Оценка трудоемкости работ; Принципы оптимизации по ресурсам; Бюджетирование проекта.

6.2.6. Критерии эффективности реализации проекта

Практические занятия

Уровень достижения целей проекта. Экономический критерий. Критерий сроков.

Самостоятельная работа

Интегральные критерии эффективности и успешности реализации проекта.

6.2.7. Источники финансирования и формы инвестирования проекта

Практические занятия

Финансирование из внутренних источников.

Финансирование из привлеченных средств.

Финансирование из заемных средств.

Смешанное (комплексное, комбинированное) финансирование.

Реинвестирование прибыли.

6.2.8. План реализации проекта

Практические занятия

Разработка иерархической структуры работ Календарного плана работ и матрицы ответственности собственного проекта.

6.2.9. Подготовка презентации и представление проекта

Практические занятия

Разработка презентации учебного проекта и рекламной компании учебного проекта.

6.2.10. Защита проекта

Практические занятия

Порядок представления на защиту и процесс защиты проекта. Возвращение проекта на доработку. Критерии оценивания проекта. Презентация и защита собственных проектов.

Тема 6.3. Управление реализацией проекта

6.3.1. Управление расписанием проекта

Лекция

Проблемы реализации проектов. Технология ведения проекта.

Практические занятия

План коммуникаций. Разработка плана коммуникаций.

Самостоятельная работа

Роль и компетенции менеджера проекта.

6.3.2. Управление стоимостью проекта

Практические занятия

Подготовка и проработка стоимостных решений по этапам и компонентам проекта.

6.3.3. Управление качеством проекта

Практические занятия

Критерии качества выполнения проекта. Управление качеством на базе стандартов ISO 9000-2000.

Самостоятельная работа

Надзор за качеством работ по проекту.

6.3.4. Управление рисками проекта

Самостоятельная работа

Анализ и идентификация рисков проекта. Бюджетные и временные риски.

6.3.5. Кризисные ситуации в процессе реализации проекта и их преодоление

Практические занятия

Реализация рисков проекта. Основные разновидности кризисных ситуаций в процессе реализации проекта.

6.3.6. Окончание проекта

Практические занятия

Подходы к мотивации участников; Маркетинг проекта: технологии презентации; Разработка рекламной компании; Завершение проекта: разбор полетов.

6.3.7. Оценка эффективности реализации проекта

Практические занятия

Критерии успеха-неудачи. Анализ эффективности выполненных работ. Составление отчета по проекту. Извлечение уроков.

XIX. Образовательные технологии

Формирующаяся педагогика компетенций, основываясь на традиционных видах учебной работы, предусматривает широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий (компьютерных симуляций, деловых и ролевых игр, разбор конкретных ситуаций, педагогические и иные тренинги) в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся. Кроме этого в рамках учебной дисциплины предусмотрены встречи с представителями российских и зарубежных организаций, государственных и общественных учреждений, мастер-классы экспертов и специалистов. Удельный вес занятий,

проводимых в интерактивных формах, в целом в учебном процессе составит не менее 20% аудиторных занятий.

Основными формами организации аудиторных занятий являются лекции и практические занятия, рационально сочетающиеся в течение всего изучаемого курса.

На занятиях лекционного типа закладывают знания по разделам и темам учебного материала, формируют фундамент для его последующего самостоятельного усвоения и овладения общекультурными и профессиональными компетенциями, контролируют самостоятельную работу студентов.

Практические занятия, включая семинарские, методические, лабораторные, учебную практику, преобладают в изучении данного курса. Они направлены на овладение общекультурными и профессиональными компетенциями по дальнейшему развитию автомобильного и мотоциклетного спорта в России как эффективного средства оздоровления населения, проведению занятий тренировочно-спортивной и оздоровительной направленности, организации и судейству соревнований, анализу соревновательной и тренировочной деятельности. На практических занятиях происходит углубление знаний и формирование компетенций их применения в реальной практике, проводят коллективное обсуждение и индивидуальное творческое осмысление теоретического материала на базе самостоятельного изучения рекомендованной литературы, консультируют, обсуждают и оценивают самостоятельную работу студентов, что обеспечивает подготовку выпускника к самостоятельной профессиональной деятельности.

Внеаудиторная самостоятельная работа занимают особое место в овладении изучаемым курсом. Самостоятельная работа проводится по каждому разделу дисциплины и включает самостоятельное выполнение расчетно-графических работ, контрольно-тестовых практических заданий, подготовку к проведению контрольных тренировок и зачетных занятий,

решение конкретных профессионально-ориентированных задач, подготовку к судейству соревнований, выполнение курсовой и выпускной квалификационной работы. Аудиторную самостоятельную работу проводят, как правило, в форме отчетов-консультаций по каждому самостоятельно выполненному заданию на аудиторных занятиях (не более 10% аудиторного времени).

XX. Формы оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Виды контроля и отчетности студентов дифференцированы с таким расчетом, чтобы оценивать не столько степень механического запоминания учебного материала, сколько уровень его усвоения, понимания, осмысления и способности в итоге к практической реализации. Главной составной частью зачётно-экзаменационных требований, обязательным условиям допуска студента к зачету/экзамену являются результаты текущей отчетности по каждому самостоятельно выполненному заданию.

Изучение курса завершается зачетами в каждом нечетном семестре (1, 3, 5, 7, 9) и сдачей экзаменов во всех четных семестрах (2, 4, 6, 8, 10), т.е. в конце каждого года обучения.

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

Набранные баллы	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по 5-ти бальной шкале	2	3	4	5	
Оценка по шкале ECTS	F	D	C	B	A
	неудовлетворительно	удовлетворительно	Хорошо	очень хорошо	отлично

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

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

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

Наряду с этим по изучаемой дисциплине студенты защищают курсовую работу в 6-м семестре и выпускную квалификационную работу при итоговой Государственной аттестации. Курсовую и выпускную квалификационную работы выполняют на актуальные в АиМС темы, они должны носить творческий, исследовательский, по возможности, экспериментальный характер.

Текущий контроль успеваемости представляет собой проверку усвоения учебного материала, регулярно осуществляемую на протяжении семестра, а также дает возможность для балльно-рейтинговой оценки успеваемости студента.

Применяемые формы текущего контроля:

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

соревнований;

- контроль этапов выполнения курсовой и выпускной квалификационной работы.

Промежуточная аттестация осуществляется в конце семестра и может завершать изучение, как отдельной части дисциплины, так и ее разделов. Подобный контроль помогает оценить более крупные совокупности знаний и умений, в некоторых случаях – даже формирование определенных профессиональных компетенций. Промежуточная аттестация проводится по результатам текущего контроля. Формами промежуточной аттестации являются – зачет, экзамен, курсовая работа, апробация ВКР.

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

Контрольные вопросы и задания для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины, а также для контроля самостоятельной работы обучающегося по отдельным разделам дисциплины, темы рефератов и курсовых работ указаны в восьмом разделе.

XXI. План-задание

по самостоятельной подготовке студентов третьего курса

Раздел подготовки	Содержание
1	2
1. Теоретическая	Сдать зачеты по темам: 1.1. Система профессиональной подготовки спортсменов высшей квалификации 1.2. Система профессионально-прикладной подготовки
2. Методическая	2.1. Подготовить методику исследования для ВКР 2.2. Изучить программу базовой контраварийной тренажерной подготовки

3. Научная	3.1. Провести математическую обработку экспериментальных данных 3.2. Составить литературный обзор по теме курсовой, дипломной работы
4. Спортивная	4.1. Участвовать в подготовках по программам ЦВВМ 4.2. Участвовать в подготовке спортивных трасс и площадок к соревнованиям и тренировкам 4.3. Выполнить квалификационные нормативы по самостоятельному ведению учебно-тренировочного процесса
5. Инженерно-техническая	5.1. Ознакомиться с технологическими процессами по подготовке спортивной техники на авто (мото) заводах, полигонах, спортивных лабораториях 5.2. Ознакомиться с конструктивными особенностями зарубежной спортивной техники
6. Морально-нравственная	6.1. Определиться с направлением и местом будущей самостоятельной работы по месту распределения

XXII. Примерный перечень тем рефератов, курсовых и выпускных квалификационных работ

1. Рефераты

1. Требования к экипировки гонщиков в автомобильном и мотоциклетном спорте.
2. Техника преодоления неровностей.
3. Классификация приемов руления.
4. Техника скоростного прохождения поворотов.
5. Классификация экстремальных дисциплин в автомобильном и мотоциклетном спорте.
6. Особенности соревновательной деятельности в избранном виде спорта.
7. Структура автодромной подготовки.
8. Оборудование соревновательных трасс.
9. План безопасности в автомобильных гонках ралли.

2. Курсовые работы

1. История возникновения и развитие гонок ралли-рейдов.

2. История возникновения и развитие соревнований в избранном виде спорта.
3. Безопасность и профилактика травматизма в избранном виде спорта.
4. Спортивные кодексы федераций в избранном виде спорта.
5. Приемы групповой и индивидуальной тактики в избранном виде спорта.
6. Обучение элементам техники и тактики в избранном виде спорта.
7. Особенности техники и тактики вождения ТС в кроссовых дисциплинах автомобильного и мотоциклетного спорта.
8. Педагогические особенности группового метода обучения.

3. Выпускные квалификационные работы

1. Аналитические

- Эволюция автомобильного и мотоциклетного спорта.
- Классификация приемов активной безопасности в автомобильном и мотоциклетном спорте.
- Инновационные педагогические технологии в системе контраварийной подготовки.
- Динамика спортивных достижений российских спортсменов в чемпионатах мира и Европы.
- Спортивная ранняя специализация в отдельных дисциплинах авто и мотоспорта.
- Перспективы развития экстремальных и прикладных дисциплин автомобильного и мотоциклетного спорта.
- Обеспечение безопасности спортсменов и зрителей в скоростных видах автомобильного и мотоциклетного спорта.

2. Экспериментальные

- Динамика ЧСС в отдельных дисциплинах автомобильного и мотоциклетного спорта.
- Оценка спортивной кондиции гонщиков методами тестирования.
- Повышение психологической устойчивости к стрессу.
- Характеристика личностных качеств спортсменов.

- Повышение результативности гонщиков средствами тактической подготовки.
- Особенности морфологических признаков спортсменов в автомобильном и мотоциклетном спорте.
- Новые формы, средства и методы для повышения профессиональной надежности водителей силовых структур.
- **Методические**
- Повышение эффективности предсезонной и предсоревновательной подготовки гонщиков.
- Систематизация средств и методов специальной физической подготовки в экстремальных дисциплинах автомобильного и мотоциклетного спорта.
- Формирование предмета и метода контраварийного обучения водителей.
- Профессионально-прикладная подготовка водителей категорий «А», «В», «С», «Д», «Е».
- Особенности развития скоростно-силовых качеств гонщиков.
- Применение БАД в системе соревновательной подготовки гонщиков высшей квалификации.

XXIII. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

1. Основная литература

Учебник

1. Цыганков Э. С. Высшая школа водительского мастерства: учебник для студентов вузов и профессионального образования водителей. – 2-е изд., перераб.и доп. / Э. С. Цыганков. – М.: ИКЦ Академкнига, 2008. – 400 с.: ил.

Учебные пособия

1. Ушаков С.В. Руководство для судей на трассе. – М., РАФ, 2009.
2. Франчук Д.Н. Управляемость карта: теория и практика /Д.Н. Франчук. – К. : ООО «Иван Федоров», 2007. – 320 с.; ил.
3. Цыганков Э.С. Школа профессионального мастерства военного водителя: учеб. – метод. пособие для дополнительного профессионального образования военных водителей. ООО «Альди-Принт» М., 2011

2. Дополнительная литература

- 1 Сингуринди Э. Г. Автомобильный спорт: Ч. 1 / Э. Г. Сингуринди. – М.: ДОСААФ, 1982.
- 2 Сингуринди Э. Г. Автомобильный спорт: Ч. 2 / Э. Г. Сингуринди. – М.: ДОСААФ, 1986.
- 3 Трофимец Ю. И. Мотокросс (подготовка гонщиков) / Ю. И. Трофимец. – М.: Патриот, 1990. – 142 с.
- 4 Автомобильный спорт: правила соревнований. – М., ДОСААФ, 1987.
5. Банников А.М. Управление развитием физической культуры и спорта в субъекте Российской Федерации (на примере Краснодарского края)// Теория и практика физической культуры. – 2002. - № 2. – С. 62-63.
6. Бариеников Е. М. Контраварийная тренажерная подготовка в автомобильном спорте: пособие для спортсменов и тренеров СТК ДОСААФ / Е. М. Бариеников, Э. С. Цыганков. – М.: ЦАМК ДОСААФ СССР, 1988.
7. Бариеников Е. М. Обучение техники скоростного руления в автомобильном спорте для самостоятельной подготовки студентов ГЦОЛИФКа / Е. М. Бариеников [и др.]. – М.: ГЦОЛИФК, 1989.
8. Блеер А. Н. Защитное вождение автомобиля: (активная безопасность водителя): учеб. пособие для студентов по специальности 13.00.08 (теория и методика профессионального образования

автоспортсменов и водителей) / А. Н. Блеер, Э. С. Цыганков. – М., 2003.

9. Боуш Р. Л. Особенности подготовки юных спортсменов в ДЮСТШ ДОСААФ по мотоциклетному спорту: метод. разработка для студентов ГЦОЛИФКа / Р. Л. Боуш. – М.: РИО ГЦОЛИФК, 1990.

10. Боуш Р. Л. Прогнозирование спортивных результатов в мотоциклетном спорте: метод. разработка ГЦОЛИФКа / Р. Л. Боуш. – М.: РИО ГЦОЛИФК, 1992.

11. Ваганов В.И., Пинт А.А. Езжу без аварий. – М.: «Патриот», 1991. – 191с., ил.

12. Всероссийские спортивные федерации: вчера, сегодня, завтра: Материалы пленарного заседания «круглого стола». – М., 2008. – 54 с.

13. Галкин В.В. Экономика спорта и спортивный бизнес. – М.: Кнорус, 2006.

14. Галкин В.В. Экономика и управление физической культурой и спортом: учебное пособие для вузов . – Ростов н/Д: Феникс, 2006 – 448 с.

15. Градусов В. А. Общая физическая подготовка в тренировочном процессе мотокроссмана: метод. разработка для студентов спортивного факультета ГЦОЛИФКа / В. А. Градусов, А. М. Федоткин. – М.: РИО ГЦОЛИФК, 1985.

16. Джексон Р. Руководство по спортивному администрированию. – Минск: НОК Белоруссии, 2006. – 339 с.

17. Жолдак В.И. Основы менеджмента в спорте и туризме: учебник для общеобразовательных учреждений / РМАТ – Туристский университет. – в 2-х томах. – М.: Советский спорт, 2002.

18. Коноплянко В.И., Рыжков С.В., Воробьев Ю.В. Основы управления автомобилем и безопасности движения. – М., ДОССАФ, 1989. – 224 с.: ил.

19. Кузьмичева Е.В., Зозуля С.Н., Золотов М.И. Экономика физической культуры и спорта. – М.: Физкультура и спорт, 2008.

20. Мазур И. И., Шапиро В. Д., Ольдерогге Н. Г. Управление проектами. Издательство: Омега-Л, 2010 г.
21. Макарова Е.А. Профессиональный спорт: государство, менеджмент, право (футбол – бокс – теннис): монография / под общ. ред. д.э.н., проф. . академика РАЕН А.В. Орлова . – М.: Изд-во «Палеотип», 2007. – 236 с.
22. Маркетинг спорта / Под ред. Джона Бича и Саймона Чедвика: пер с англ. – М.: Альпина Паблишерз, 2010. – 706 с.
23. Муртазина Г.Х. Связи с общественностью в физической культуре, рекреации и спорте: метод. Казания/ Под ред. С.И. Росенко. – СПб.: СПбГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2007. – 54 с.
24. Огарко К. Н. Теоретические основы устойчивого и управляемого движения автомобиля: учеб. пособие для студентов и слушателей РГАФК / К. Н. Огарко, П. Г. Розанцев, Е. Б. Пахалуева. – М.: РГАФК, 1995.
25. Организация судейства соревнований по автомобильному спорту: общие принципы и методические рекомендации. – М., РАФ, 2010.
26. Переверзин И.И. Менеджмент спортивной организации: учеб. Пособие – 3-е изд., перераб. и доп.. – М.: Физкультура и спорт, 2006. – 464 с.
27. Побыванец В.С. Спортивный менеджмент: учеб. Пособие . – М.: Физическая культура, 2009. – 129 с.
28. Починкин А.В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта: учеб пособие. – 2-е изд., доп. и перераб. – М.: Советский спорт, 2010. – 264 с.
29. Руководство к Своду знаний по управлению проектами Третье издание (Руководство РМВОК) Американский национальный стандарт ANSI/PMI 99-001-2004
30. Рихтер Т. Картинг. – М.: Машиностроение, 1988. – 400 с.: ил.
31. Сабинин А.А. Автодромы и специальные трассы. – М., ДОССАФ, 1978. 160 с. с ил.

32. Степанова О. Н. Маркетинг в сфере физической культуры и спорта. - 2-е изд. стереотип. - М.: Советский спорт, 2005. - 256 с.
33. Степанова О.Н. Маркетинг в физкультурно-спортивной деятельности. – М.: Советский спорт, 2008.
34. Томич М. Основы менеджмента в спорте. – М., 2005. – 352 с.
35. Физическая культура и спорт в Российской Федерации: нормативное, правовое, организационно-управленческое, научно-методическое, материально-техническое и информационное обеспечение. Документы и материалы (2002 – 2008 годы) / авт – сост.: Фетисов В.А.,
36. Фетисов В.А., Орлов А.В., Макарова Е.А. Государственное управление в спорте: учебное пособие. – М.: ГОУ ВПО «РЭА им. Г.В. Плеханова», 2010. – 108 с.
37. Цыганков Э. С. Контраварийная подготовка в автомобильном спорте: учеб. пособие для студентов базового, тренерского и заочного факультетов ГЦОЛИФКа / Э. С. Цыганков. – М.: РИО ГЦОЛИФК, 1990.
38. Цыганков Э. С. Контраварийная подготовка водителей автотранспортных средств: учеб.- метод. пособие РГАФК. – Ч. 1. Контраварийная подготовка водителей категории «Д» / Э. С. Цыганков, Е. М. Бариеников. – М., 1994.
39. Цыганков Э. С. Контраварийная подготовка водителей автотранспортных средств: учеб.- метод. пособие РГАФК. – Ч. 2. Контраварийная подготовка водителей категории «Е» / Э. С. Цыганков, Е. М. Бариеников. – М., 1995.
40. Цыганков Э. С. Контраварийная подготовка водителей автотранспортных средств: учеб.- метод. пособие РГАФК. – Ч. 3. Контраварийная подготовка водителей категории «В» / Э. С. Цыганков, Е. М. Бариеников. – М., 1995.
41. Шулик, Г.И. «Классификация дисциплин мотоциклетного спорта» - методические рекомендации по дисциплине ТиМ избранного вида спорта (автомобильный и мотоциклетный спорт) для студентов,

обучающихся по направлению 034300.62 «Физическая культура» / Г.И. Шулик - М. : НРМФ, 2013. – 95 с.

3. Электронные учебные ресурсы

RICHARD BURNS., «RALLY» PC CD-ROM - раллийный симулятор. – Компания «BUKA ENTERTAINMENT», 2003.

1. Атлас автомобильных дорог с маршрутизатором и поддержкой GPS. – ООО «ФИРМА «ИНГИТ», 2005.

2. Самоучитель вождения по городу на мотоцикле. ООО «Комульти», Россия. 2005 г., ООО «Бизнессофт», Россия, 2005.

3. Самоучитель вождения по городу на легковом автомобиле. ООО «Комульти», Россия. 2005 г., ООО «Бизнессофт», Россия, 2005.

4. Контраварийная подготовка подразделений сопровождения ДПС ГИБДД [Информационно-методический фильм] / А. Н. Блеер, Э. С. Цыганков, А. Е. Зажмицкий. – М.: РГУФК, 2005.

5. Филатов С. И. Orbita – PS 1 Программа по психодиагностике / С. И. Филатов, М. А. Новоселов. – М., 2003.

6. Цыганков Э. С. Уроки профессора Цыганкова: управление заднеприводным автомобилем: электронное учеб. пособие (DVD) / Э. С. Цыганков, С. В. Пушкарев; НОУ «НМУ Центр высшего водительского мастерства». – М., 2005.

7. Цыганков Э. С. Уроки профессора Цыганкова: твоя безопасность на дороге : электронное учеб. пособие (DVD): в 2 ч. / Э. С. Цыганков, С. В. Пушкарев; НОУ «НМУ Центр высшего водительского мастерства». – М., 2005.

8. Цыганков Э. С. Заочные уроки профессора Цыганкова: электронное учеб. пособие (CD): в 2 ч. / Э. С. Цыганков, А. Холод ; НОУ «НМУ Центр высшего водительского мастерства». – М., 2005.

4. Интернет сайты

1. www.cvvvm.ru – Негосударственное образовательное учреждение «Научно-методический центр Высшего водительского мастерства» НОУ

НМУ ЦВВМ г. Москва.

2. www.Auto-classi.ru – ЦВВМ г. СПб.
3. www.bmvclub.ru – Школа водительского мастерства BMW.
4. www.traintech.ru – Научно-техническая литература.
5. www.disser.biz – Каталог диссертаций по педагогике.
6. www.iforeg.ru – Уроки профессора Цыганкова Э.С.
7. www.akkc.ru – Автомобильные Комплектующие Компоненты 8. www.avtosport.ru – Последние новости автоспорта, ф-1, ралли, картинг, 4x4. Обзоры трасс, команд отечественных и зарубежных чемпионатов.
8. www.auto.mossport.ru – Автоспорт в Москве. Новости, результаты, календарь соревнований. Официальный сайт информационного портала Москомспорта.
9. www.autoracer.ru – Новости автоспорта, обзор автомобильных новинок, раздел тюнинг.
10. www.worldrally.ru – Чемпионат мира по ралли. Подробная история команд, последние новости с этапов мирового чемпионата. Календарь предстоящих этапов.
11. www.raf.su – Официальный сайт Российской Автомобильной Федерации.
12. www.rallyfan.ru – Большой FAQ по ралли, от любительского до спортивного. Статьи и книги о приемах и технике управления.
13. www.streetfire.net – Огромный видеоархив на автомобильную тематику.
14. www.motoxtreme.ru – Квадроциклы, аквабайки, снегоходы – каталог моделей. Новости и календарь соревнований.
15. www.motogonki.ru – Мир мотогонок, новости, календари соревнований. Шоссейно-кольцевые, эндуро, кросс, спидвей.
16. www.f-1.ru – История Ф-1. Последние новости, обзоры, статистика чемпионата, схемы и описания трасс.
17. www.ngsa.ru – Официальный сайт Национальной Гоночной

Серии АвтоВАЗ. Все о кубках: Lada, Kalina, Lada Revolution. Новости с трасс, календарь соревнований, характеристики автомобилей.

18. www.formularus.ru – «Формула Русь». Новости, технические характеристики автомобилей, стоимость и порядок участия в тестах и соревнованиях.

19. www.gokarting.ru – Картинг в России. История, устройство, типы картов. Картодромы в Москве и в регионах, школы картинга, соревнования. Техника и правила управления.

20. www.dragrace.ru – Российская Федерация Дрэгрейсинга. Авто и мото дрэг, правила, классы.

21. www.gokart.ru – Новости картинга и автоспорта. Обзоры картодромов Москвы. Школы картинга.

22. www.motoball.ru – Сайт мотобольной команды «Металлург». История мотобола в России и за рубежом. Правила, расписание и результаты игр.

23. www.offroad.ru – Внедорожное движение в России. Новости, календари соревнований, история соревнований, подготовка техники, полезные советы.

24. www.asport.ru – Сайт журнала автоспорт. Новости, тесты спортивных автомобилей, тюнинг.

25. www.sportline.ru – Экипировка для автоспорта и картинга, запчасти и комплектующие для подготовки спортивных автомобилей.

26. www.sprintrally.narod.ru – Любительские ралли-спринты (организаторы). Автомногоборье.

27. www.nrmf.ru – Официальный сайт Национальной Российской Мотоциклетной Федерации.

5. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение дисциплины

Материально-техническое обеспечение дисциплины предполагает наличие компьютерной техники с целью презентации материалов и принтеров для распечатки тестовых и практических заданий для студентов.

Наличие транспортных средств для проведения практических занятий, специальных тренажерных устройств для отработки технических приемов, формирования умений и навыков. Разметочное оборудование и радиосвязь, секундомеры, сигнальные флаги. Видео-фото оборудование.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теории и методики гимнастики

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта (спортивная
акробатика)»**

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 «Физическая культура»

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная/заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики гимнастики
Протокол № 23 от «26» апреля 2017 г.

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:

Попов Юрий Алексеевич, к.п.н., профессор кафедры ТиМ гимнастики
Козлов Валерий Владимирович, к.п.н., доцент кафедры ТиМ гимнастики

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика)» является – обеспечение освоения учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), училищах олимпийского резерва (УОР), и средних специальных учебных заведениях, владеющих теоретическими знаниями научных достижений в нашей стране и за рубежом и умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата

Учебная дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика)» относится к профессиональному циклу базовой части основной образовательной программы (ООП) бакалавриата. Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра, обусловлено необходимостью формирования у выпускников современных взглядов, при решении сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в области спортивной акробатики.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как спортивно-педагогическое совершенствование, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология, Интернет-технологии в спорте, безопасность жизнедеятельности, восстановление в спорте, врачебный контроль, аналогичные спортивной акробатике.

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 и ускоренная формы обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ОПК-3	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – принципы и методы обучения в акробатике; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся в группах начальной подготовки; – требования стандартов спортивной подготовки в спортивной акробатике к проведению занятий с данным контингентом. 	4	6

ОПК-3	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в спортивной акробатике с учетом особенностей занимающихся в группах начальной подготовки и требований образовательных стандартов по спортивной акробатике. 	4	6
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы теории и методики физической культуры и спорта; – принципы и методы обучения в спортивной акробатике; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки акробатов; – требования стандартов спортивной подготовки в спортивной акробатике к проведению занятий с данным контингентом. 	6	8
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в спортивной акробатике с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов. 	6	8
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы теории и методики физической культуры и спорта; – принципы и методы обучения; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся; – требования стандартов спортивной подготовки в спортивной акробатике. 	7	9
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в спортивной акробатике с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов. 	7	9
ОПК-6	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы разностороннего развития занимающихся средствами акробатики; - принципы построения занятий по акробатике 	1	1

ОПК-6	оздоровительной направленности; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе подготовки спортсменов в спортивной акробатике; – особенности протекания восстановления при занятиях спортивной акробатикой.	1	1
	<i>Уметь:</i> – подбирать восстановительные средства, используемые после тренировочных нагрузок в видах акробатического многоборья; – использовать восстановительные средства, при повышенных тренировочных нагрузках в акробатике.	8	10
	<i>Владеть:</i> – планированием восстановительных мероприятий в тренировочном процессе акробатов	8	10
ОПК-8	<i>Знать:</i> – эволюцию правил соревнований по спортивной акробатике; – судейскую терминологию при проведении соревнований по видам акробатического многоборья; – основные требования к оборудованию мест соревнований.	1	1
	<i>Знать:</i> – правила соревнований по спортивной акробатике; – документы планирования и проведения соревнований; – особенности организации и проведения соревнований различного уровня; – обязанности организаторов и судей; – основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований	3	5
	<i>Уметь:</i> – организовывать и проводить соревнования различного уровня; – осуществлять объективное судейство соревнований; – обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований	3	5
ОПК-11	<i>Знать:</i> – основы научно-методической деятельности в спортивной акробатике; – апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта.	2	4
	<i>Уметь:</i> выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта	1	2
	<i>Знать:</i> – методы научного анализа и обработки результатов исследований	4	6

	<p><i>Уметь:</i></p> <p>применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта;</p> <p>- применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований;</p> <p>– интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности</p> <p>– проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы</p>	4	4
ПК-8	<p><i>Владеть:</i></p> <p>– методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.</p>	6	8
	<p><i>Знать:</i></p> <p>– истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки;</p> <p>– санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта.</p>	1	3
	<p><i>Уметь:</i></p> <p>– использовать на занятиях по спортивной акробатике знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки;</p> <p>– соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования в профессиональной деятельности.</p>	1	3
	<p><i>Владеть:</i></p> <p>– умениями осуществлять тренерскую деятельность в спортивной акробатике с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки;</p> <p>– современными технологиями тренировки в спортивной акробатике;</p> <p>умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности.</p>	1	2
ПК-9	<p><i>Знать:</i></p> <p>психологическую характеристику двигательной деятельности в спортивной акробатике</p> <p>– методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции</p>	5	7
	<p><i>Уметь:</i></p> <p>– использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции</p>	5	7
	<p><i>Владеть:</i></p> <p>– методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции</p>	5	7

	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – формирования мотивации к занятиям спортивной акробатике 	8	10
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям спортивной акробатикой 	8	10
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – умением формировать мотивацию к занятиям спортивной акробатикой 	8	10
ПК-10	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; – методики отбора и спортивной ориентации в спортивной акробатике; – современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 	6	8
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; – определять предрасположенность к занятиями определенными видами спорта; – анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; <p>использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в спортивной акробатике.</p>	6	8
ПК-11	<p><i>Знать:</i></p> <p>теоретические основы программирования процесса обучения в спортивной акробатике</p>	3	5
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - составлять обучающие программы по видам акробатического многоборья составлять типовые недельные циклы подготовки по видам акробатического многоборья в соответствии с тренировочным этапом многолетней подготовки акробатов – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по видам акробатического многоборья в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства акробатов. 	4	6
ПК-13	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> содержание и организацию педагогического контроля в спортивной акробатике; – актуальные технологии управления состоянием спортсмена; 	7	9
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать батареи тестов для различных видов 	7	9

	<ul style="list-style-type: none"> – педагогического контроля и организовывать их проведение; – фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; – находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся. 		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – актуальными для спортивной акробатики технологиями управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию. 	7	9
ПК-14	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы теории и методики спортивной тренировки в спортивной акробатике; – средства и методы физической, технической и тактической подготовки в спортивной акробатике 	5	7
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; – в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия 	5	7
ПК-15	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; – эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки. 	7	9
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; – сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности 	7	9
ПК-26	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – санитарно-гигиенические нормы; – функции и основные принципы подбора экипировки 	1	1
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять качественный уход за применяемым в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем; – выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги 	1	1
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками безопасной и эффективной работы, качественного ухода за оборудованием и инвентарем 	1	1
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – технологии составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем. 	4	6
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивной 	4	6

	– экипировки, инвентаря, оборудования		
	<i>Владеть:</i> – навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки	4	6
ПК-28	<i>Знать:</i> – основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; – принципы организации и проведения научно-исследовательских работ	2	4
	<i>Уметь:</i> – планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в спортивной гимнастике с использованием апробированных методик	2	4
	<i>Владеть:</i> – навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в спортивной акробатике.	2	4
ПК-30	<i>Знать:</i> – методологии исследовательской деятельности в спортивной акробатике	4	6
	<i>Уметь:</i> – проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов исследования; – использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся.	6	8
	<i>Владеть:</i> – опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности	8	10

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

Очное обучение

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 664 часа, самостоятельная работа студентов – 992 часа.

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

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (спортивная	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
---	---	---------	--	---

	акробатика)»		Л	П	СРС	Контроль	
I курс	Всего:243 часа (6,75 зачетных единиц)	1	14	66	163		Зачет
1.1	Модуль 1 (1 зачетная единица – 36 часов) Введение в дисциплину «Теория и методика спортивной акробатики»		2	14	20		
1.2	Модуль 2 (1,5 зачетные единицы - 54 часа) «Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в спортивной акробатике»		4	14	36		
1.3	Модуль 3 (1 зачетная единица – 36 часов) «Терминология в спортивной акробатике»		4	14	18		
1.4	Модуль 4 (1,5 зачетные единицы – 54 часа) «Тренировочное занятие в спортивной акробатике»		2	14	38		
1.5	Модуль 5 (1,75 зачетных единиц – 63 часа) «Оздоровительная направленность акробатики»		2	10	51		
I курс	Всего:279 часов (7,75 зачетных единиц)	2	22	78	170	9	Экзамен
1.6	Модуль 6 (1,5 зачетные единицы – 54 часа) «Основы техники парных упражнений»		4	8	42		
1.7	Модуль 7 (1 зачетная единица – 36 часов) «Основы техники групповых упражнений»		2	8	26		

1.8	Модуль 8 (0,75 зачетных единиц – 32 часа) «Основы техники упражнений на батуте»		4	12	16		
1.9	Модуль 9 (1 зачетная единица – 36 часов) «Основы техники акробатических упражнений»		4	16	16		
1.10	Модуль 10 (1 зачетная единица – 36 часов) «Основы техники упражнений на минитрампе»		4	18	14		
1.11	Модуль 11 (1,5 зачетные единицы – 54 часов) «Задачи и организация НИР и УИРС по спортивной акробатике»		4	16	34		
1.12	Модуль 12 (1 зачетная единица – 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов первого курса»				27	9	Экзамен
Всего за I курс: 522 часа (15 зачетных единиц)			36	144	333	9	
II курс	Всего:153 часа (4,25 зачетных единиц)	3	18	72	63		Зачет
2.1	Модуль 13 (1 зачетная единица – 36 часов) «Методика обучения элементам женских акробатических видов»		4	18	14		
2.2	Модуль 14 (1,25 зачетные единицы – 45 часов) «Методика обучения элементам мужских акробатических видов»		6	18	21		
2.3	Модуль 15 (1 зачетная единица – 36 часов) «Программирование процесса обучения акробатов»		4	18	14		

2.4	Модуль 16 (1 зачетная единица - 36 часов) «Организация и проведение соревнований»		4	18	14		
II курс	Всего:153 часа (4,25 зачетных единиц)	4	14	72	58	9	Экзамен
2.5	Модуль 17 (1 зачетная единица - 36 часов) «Тренировочный процесс в группах начальной подготовки»		6	12	18		
2.6	Модуль 18 (0,5 зачетных единицы - 18 часов) «Применение технических средств в тренировке акробатов»		2	12	4		
2.7	Модуль 19 (1 зачетная единица - 36 часов) «Характеристика проявлений двигательных и психических качеств в спортивной акробатике»		4	28	4		
2.8	Модуль 20 (0,75 зачетных единиц - 27 часов) «Методики исследования в спортивной акробатике»		2	20	5		
2.9	Модуль 21 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов второго курса»				27	9	Экзамен
Всего за II курс: 306 часа (9 зачетных единиц)			32	144	121	9	
III курс	Всего:252 часа (7 зачетных единиц)	5	28	64	160		Зачет
3.1	Модуль 22 (1 зачетная единица - 36 часов) «Музыкальное сопровождение занятий»		4	4	28		
3.2	Модуль 23 (2 зачетные единицы – 72 часа) «Средства и методы спортивной		8	12	52		

	тренировки в спортивной акробатике»						
3.3	Модуль 24 (2,25 зачетные единицы – 81 час) «Виды подготовки акробатов»		10	36	35		
3.4	Модуль 25 (1,75 зачетные единицы – 63 часа) «Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки акробатов»		6	12	45		
III курс	Всего:162 часа (4,5 зачетные единицы)	6	8	52	93	9	Экзамен
3.5	Модуль 26 (0,5 зачетных единиц – 18 часов) «Объективные условия спортивной деятельности в спортивной акробатике»			10	8		
3.6	Модуль 27 (0,75 зачетных единиц - 27 часов) «Отбор в процессе многолетней подготовки юных акробатов»		4	14	9		
3.7	Модуль 28 (0,75 зачетная единица – 27 часов) «Тренировочной этап (углубленная специализация) многолетней подготовки акробатов»		2	14	11		
3.8	Модуль 29 (1,5 зачетные единицы – 54 часа) «Подготовка выпускной квалификационной работы»		2	14	38		
3.9	Модуль 30 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов третьего курса»				27	9	Экзамен
Всего за III курс: 414 часов (12 зачетных единиц)			36	116	253	9	

IV курс	Всего: 252 часа (7 зачетных единиц)	7	18	62	172		Зачет
4.1	Модуль 31 (1,5 зачетные единицы – 54 часа) «Управление подготовкой акробатов»		4	10	40		
4.2	Модуль 32 (1,5 зачетные единицы – 54 часа) «Прогнозирование спортивных результатов акробатов»		4	10	40		
4.3	Модуль 33 (1 зачетная единица – 36 часов) «Тренировочный процесс на этапе совершенствования спортивного мастерства»		4	12	20		
4.4	Модуль 34 (1,5 зачетные единицы – 54 часа) «Моделирование спортивной деятельности акробата»		2	16	36		
4.5	Модуль 35 (1,5 зачетные единицы - 54 часа) «Профессионально-педагогическая деятельность тренера по спортивной акробатике»		4	14	36		
IV курс	Всего:198 часов (6 зачетных единиц)	8	18	58	113	9	Экзамен
4.6	Модуль 36 (1 зачетная единица – 36 часов) «Рекреация акробатов»		6	20	10		
4.7	Модуль 37 (1 зачетная единица – 36 часов) «Агитация и пропаганда»		6	12	18		
4.8	Модуль 38 (1 зачетная единица – 36 часов) «Фармакология в спортивной акробатике»		6	10	20		
4.9	Модуль 39 (1,5 зачетные единицы - 54 часа) «Подготовка и			16	38		

	апробация выпускной квалификационной работы»						
4.10	Модуль 40 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»				27	9	Экзамен
Всего за IV курс: 450 часов (13 зачетных единиц)			36	120	285	9	
Всего за курс: 1692 часа			140	664	992	36	

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

Заочное обучение

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, экзамены – 45 часов, аудиторных занятий – 188 часов, самостоятельная работа студентов – 1459 часов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС	Контроль	
I курс	Всего:4 часа	1 семестр					
1.1	Раздел 1 Введение в дисциплину «Теория и методика спортивной акробатики»		4				
I курс	Всего:194 часа (5 зачетных единиц)	1 семестр	2	8	184		Зачет
1.2	Раздел 2 (0,5 зачетных единиц – 18 часов) «Терминология в спортивной акробатике»		2	2	14		

1.3	Раздел 3 (1 зачетная единица – 36 часов) «Оздоровительная направленность акробатики»			2	34		
1.4	Раздел 4 (1 зачетная единица – 36 часов) «Основы техники парных упражнений»			2	34		
1.5	Раздел 5 (0,5 зачетных единиц – 18 часов) «Основы техники групповых упражнений»			2	16		
1.6	Раздел 6 (1 зачетная единица – 36 часов) «Основы техники акробатических упражнений»				36		
1.7	Раздел 7 (1 зачетная единица – 36 часов) «Основы техники упражнений на батуте»				36		
I курс	Всего: 126 часов (4 зачетные единицы)	2 семестр	4	14	99	9	
1.8	Раздел 8 (0,75 зачетных единиц – 27 часов) «Основы техники упражнений на минитрампе»		2	2	23		
1.9	Раздел 9 (0,5 зачетных единиц – 18 часов) «Основы техники упражнений на двойном минитрампе»			4	14		
1.10	Раздел 10 (1,25 зачетных единиц – 45 часов) «Основы техники пирамидковых упражнений»			4	41		
1.11	Раздел 11 (1,5 зачетных единиц – 54 часа) «Основы техники акробатических прыжков»		2	4	48		

1.12	Раздел 12 «Семестровый экзамен для студентов первого курса»					9	Экзамен
Всего за I курс: 324 часа (9 зачетных единиц)			6	26	283	9	
II курс	Всего: 162 часа (5 зачетных единиц)	3 семестр	4	16	142		Зачет
2.1.	Раздел 13 (2 зачетные единицы - 72 часа) «Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в спортивной акробатике»		2	6	64		
2.2	Раздел 14 (1 зачетная единица - 36 часов) «Тренировочное занятие в спортивной акробатике»		2	6	28		
2.3	Раздел 15 (1 зачетная единица – 36 часов) «Методика обучения элементам женских акробатических видов»			4	32		
2.4	Раздел 16 (1 зачетная единица - 36 часов) «Методика обучения элементам мужских акробатических видов»			4	32		
II курс	Всего: 198 часов (6 зачетных единиц)	4 семестр	2	16	171	9	
2.5	Раздел 17 (2 зачетные единицы - 72 часа) «Программирование процесса обучения акробатов»		2	4	66		
2.6	Раздел 18 (1 зачетные единицы – 36 часов) «Задачи и организация НИР и УИРС по спортивной акробатике»			4	32		
2.7	Раздел 19 (1,25 зачетных единиц – 45 часов) «Методики исследования в спортивной акробатике»			4	41		

2.8	Раздел 20 (1,75 зачетных единиц - 63 часа) «Организация и проведение соревнований»			4	59		
2.9	Раздел 21 «Семестровый экзамен для студентов второго курса»					9	Экзамен
Всего за II курс: 360 часов (10 зачетных единиц)			6	32	313	9	
III курс	Всего: 162 часа (5 зачетных единиц)	5 семестр	2	16	144		Зачет
3.1	Раздел 22 (1,5 зачетные единицы -54 часа) «Применение технических средств в тренировке акробатов»		2	6	46		
3.2	Раздел 23 (2 зачетные единицы - 72 часа) «Прогнозирование спортивных результатов акробатов»			6	66		
3.3	Раздел 24 (1,5 зачетные единицы – 54 часа) «Средства и методы спортивной тренировки в спортивной акробатике»			4	48		
III курс	Всего: 126 часов (4 зачетные единицы)	6 семестр	4	14	99	9	
3.4	Раздел 25 (1 зачетная единица – 36 часов) «Виды подготовки акробатов»		2	4	30		
3.5	Раздел 26 (1 зачетная единица – 36 часов) «Тренировочный процесс в группах начальной подготовки»		2	4	30		
3.6	Раздел 27 (1,25 зачетных единиц – 45 часов) «Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки акробатов»		2	4	39		
3.7	Раздел 28 (1 зачетная единица – 36			2	34		

	часов) «Подготовка курсовой работы»						
3.8	Модуль 30 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов третьего курса»					9	Экзамен
Всего за III курс: 288 часов (8 зачетных единиц)			6	30	243	9	
IV курс	Всего: 180 часов (5 зачетные единицы)	7 семестр	2	14	164		Зачет
4.1	Раздел 29 (1,5 зачетных единиц – 54 часа) «Объективные условия спортивной деятельности в спортивной акробатике»		2	6	46		
4.2	Раздел 30 (1,5 зачетных единиц – 54 часа) «Характеристика проявлений двигательных и психических качеств в спортивной акробатике»			4	50		
4.3	Раздел 31 (2 зачетные единицы - 72 часа) «Отбор в процессе многолетней подготовки юных акробатов»			4	68		
IV курс	Всего: 180 часов (5 зачетных единиц)	8 семестр	4	16	151	9	
4.4	Раздел 32 (1,5 зачетные единицы – 54 часа) «Тренировочной этап (углубленная специализация) многолетней подготовки акробатов»		2	6	46		
4.5	Раздел 33 (1,5 зачетные единицы – 54 часа) «Тренировочный процесс на этапе совершенствования спортивного мастерства»			4	50		
4.6	Раздел 34 (2 зачетные единицы – 72 часа) «Подготовка выпускной		2	6	64		

	квалификационной работы»						
4.7	Раздел 35 «Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»					9	Экзамен
Всего за IV курс: 360 часов (10 зачетных единиц)			6	30	315	9	
У курс	Всего: 180 часов (5 зачетных единиц)	9 семестр	4	18	158		Зачет
5.1	Раздел 36 (2 зачетные единицы – 72 часа) «Управление подготовкой акробатов»		2	4	66		
5.2	Раздел 37 (1 зачетная единица – 36 часов) «Моделирование спортивной деятельности акробата»		2	4	30		
5.3	Раздел 38 (1 зачетная единица – 36 часов) «Профессионально-педагогическая деятельность тренера по спортивной акробатике»			6	30		
5.4	Раздел 39 (1 зачетная единица – 36 часов) «Апробация выпускной квалификационной работы»			4	32		
V курс	Всего: 180 часов (5 зачетных единиц)	10 семестр	4	20	147	9	
5.5	Раздел 40 (1 зачетная единица – 36 часов) «Рекреация акробатов»		2	5	12		
5.6	Раздел 41 (1 зачетная единица – 36 часов) «Агитация и пропаганда»		2	5	30		
5.7	Раздел 42 (1 зачетная единица – 36 часов) «Фармакология в спортивной акробатике»			5	14		
5.8	Раздел 43 (2 зачетные единицы – 72			5	67		

	часа) «Подготовка выпускной квалификационной работы к защите»						
5.9	Раздел 44 «Семестровый экзамен для студентов пятого курса»					9	Экзамен
Всего за V курс: 360 часов (10 зачетных единиц)			8	38	305	9	
Всего за курс: 1368 часов (40 зачетных единиц)			38	188	1459	45	

Ускоренное обучение

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 112 часов, самостоятельная работа студентов – 1692 часа.

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС	Контроль	
I курс	Всего: 44 часа (1 зачетная единица)	1 семестр	4		40		
1.1	Раздел 1 (1 зачетная единица – 44 часа) Введение в дисциплину «Теория и методика спортивной акробатики»		4		40		
I курс	Всего: 214 часов (6 зачетных единиц)	1 семестр	2	12	200		Зачет
1.2	Раздел 2 1 зачетная единица – 36 часов) «Терминология в спортивной акробатики»		2	2	32		

1.3	Раздел 3 (1 зачетная единица – 36 часов) «Оздоровительная направленность акробатики»			2	34		
1.4	Раздел 4 (1 зачетная единица – 36 часов) «Основы техники парных упражнений»			2	34		
1.5	Раздел 5 (1 зачетная единица – 36 часов) «Основы техники групповых упражнений»			2	34		
1.6	Раздел 6 (1 зачетная единица – 36 часов) «Основы техники акробатических упражнений»			2	34		
1.7	Раздел 7 (1 зачетная единица – 36 часов) «Основы техники упражнений на батуте»			2	34		
I курс	Всего: 228 часов (6 зачетных единиц)	2 семестр		12	207	9	
1.8	Раздел 8 (1,5 зачетных единиц – 54 часа) «Основы техники на минитрампе»			2	52		
1.9	Раздел 9 (1,5 зачетных единиц – 54 часа) «Основы техники упражнений на двойном минитрампе»			2	52		
1.10	Раздел 10 (1,5 зачетных единиц – 54 часа) «Основы техники пирамидковых упражнений»			2	52		
1.11	Раздел 11 (1,5 зачетных единиц – 54 часа) «Основы техники акробатических прыжков»			2	52		

1.12	Раздел 12 «Семестровый экзамен для студентов первого курса»					9	Экзамен
Всего за I курс: 486 часов (14 зачетных единиц)			6	24	447	9	
II курс	Всего: 214 часов (6 зачетных единиц)	3 семестр	4	10	200		Зачет
2.1.	Раздел 13 (1 зачетная единица - 36 часов) «Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в спортивной акробатике»		2	2	32		
2.2	Раздел 14 (1 зачетная единица - 36 часов) «Тренировочное занятие в спортивной акробатике»		2		34		
2.3	Раздел 15 (2 зачетные единицы - 72 часа) «Методика обучения элементам женских акробатических видов»			4	68		
2.4	Раздел 16 (2 зачетные единицы - 72 часа) «Методика обучения элементам мужских акробатических видов»			4	68		
II курс	Всего: 272 часа (8 зачетных единиц)	4 семестр	2	10	251	9	
2.5	Раздел 17 (2 зачетные единицы - 72 часа) «Программирование процесса обучения акробатов»		2	2	66		
2.6	Раздел 18 (2 зачетные единицы - 72 часа) «Задачи и организация НИР и УИРС по спортивной акробатике»			2	66		
2.7	Раздел 19 (1,5 зачетные единицы – 54 часа) «Методики исследования в спортивной акробатике»			2	52		

2.8	Раздел 20 (1,5 зачетные единицы – 54 часа) «Организация и проведение соревнований»			4	50		
2.9	Раздел 21 «Семестровый экзамен для студентов второго курса»					9	Экзамен
Всего за II курс: 486 часов (14 зачетных единиц)			6	20	451	9	
III курс	Всего: 111 часов (3 зачетные единицы)	5 семестр	4	14	85		Зачет
3.1	Раздел 22 (1 зачетная единица - 36 часов) «Применение технических средств в тренировке акробатов»		2	6	28		
3.2	Раздел 23 (1 зачетная единица - 36 часов) «Прогнозирование спортивных результатов акробатов»			4	32		
3.3	Раздел 24 (1 зачетная единица - 36 часов) «Средства и методы спортивной тренировки в спортивной акробатике»		2	4	30		
III курс	Всего: 177 часов (5 зачетных единиц)	6 семестр	4	10	154	9	
3.4	Раздел 25 (1 зачетная единица – 36 часов) «Виды подготовки акробатов»		2	2	32		
3.5	Раздел 26 (1 зачетная единица – 36 часов) «Тренировочный процесс в группах начальной подготовки»		2	2	32		
3.6	Раздел 27 (1 зачетная единица – 36 часов) «Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки акробатов»		2	4	30		
3.7	Раздел 28 (2 зачетные единицы – 72			2	70		

	часа) «Подготовка курсовой работы»						
3.8	Раздел 29 «Семестровый экзамен для студентов третьего курса»					9	Экзамен
Всего за III курс: 288 часов (8 зачетных единиц)			8	20	251	9	
IV курс	Всего: 432 часа (12 зачетных единиц)	7 семестр	8	20	395		
4.1	Раздел 30 (1 зачетная единица – 36 часов) «Музыкальное сопровождение в акробатике»		2	4	30		
4.2	Раздел 31 (1 зачетная единица – 36 часов) «Профессионально-педагогическая деятельность тренера по спортивной акробатике»		2	4	30		
4.3	Раздел 32 (2 зачетные единицы – 72 часа) «Система восстановительных мероприятий после повышенных нагрузок»		2	4	66		
4.4	Раздел 33 (2 зачетные единицы – 72 часа) «Отбор в процессе многолетней подготовки юных акробатов»		2	2	68		
4.5	Раздел 34 (2 зачетные единицы – 72 часа) «Управление подготовкой акробатов»			2	70		
4.6	Раздел 35 (1 зачетная единица – 36 часов) «Медико-биологическое обеспечение занятий акробатикой»			2	34		
4.7	Раздел 36 (1 зачетная единица – 36 часов) «Подготовка и апробация выпускной		2	2	32		

	квалификационной работы»						
4.8	Раздел 37 «Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»					9	Экзамен
Всего за IV курс: 432 часа (12 зачетных единиц)			8	20	395	9	
Всего за курс: 1692 часа (40 зачетных единиц)				112	1544	36	

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).

Содержание зачетных требований для студентов 1 курса

1. Характеристика акробатики как комплексного вида спорта и средства разносторонней физической подготовки.
2. Прикладное и воспитательное значение акробатики.
3. Место акробатики и его видов в массовых формах физической культуры и в программе олимпийских видов спорта(батут).
4. Система управления развитием акробатикой в стране.
5. Сочетание государственных и общественных форм работы по развитию акробатики Источники финансирования подготовки спортсменов.
6. Федерация по спортивной акробатике РФ: задачи, устав, структура, планирование и организация работы, международные связи.
7. Тренерский совет: состав тренерского совета, функциональные обязанности членов тренерского совета, задачи и организация работы.

8. Управление развитием акробатики в субъектах РФ: федерация, тренерский совет, ведомственные спортивные организации, клубы.
9. Возникновение спортивной акробатики.
10. Этапы развития спортивной акробатики в нашей стране.
11. Подготовка специалистов по акробатике в институтах физической культуры.
12. Участие и достижения отечественных акробатов на чемпионатах мира и Олимпийских играх(батут).
13. Выдающиеся спортсмены, тренеры и специалисты акробатики нашей страны.
14. Изменения в программе акробатики и правилах соревнований и их влияние на подготовку спортсменов.
15. Состояние акробатики в настоящее время в нашей стране и за рубежом и перспективы его дальнейшего развития.
16. Организация для проведения соревнований по акробатике.
17. Организация проведения разминки перед соревнованием
18. Оборудование для проведения соревнований по спортивной акробатике.
19. Требования к опорному прыжку.
20. Технические требования к личному спортивному инвентарю на соревнованиях по акробатике в парно-групповых видах.
21. Требования к личному инвентарю для участия в соревнованиях по акробатике в прыжках на акробатической дорожке.
22. Санитарно-гигиенические нормы и требования к местам проведения соревнований по акробатике.
23. Эффективное и безопасное использование оборудования в тренировочном процессе акробатов.
24. Основные принципы подбора инвентаря и экипировки для занятий акробатикой.

25. Содержание понятий «классификация», «систематика» и «терминология» в акробатике.
26. Классификация технических действий в акробатике.
27. Характеристика упражнений в видах акробатики.
28. Теоретические, методические и судейские понятия и термины в акробатике и её видах.
29. Соблюдение терминологии в тренировочной, организационно-управленческой и судейской работе по акробатике.
30. Международная судейская терминология, ее применение и связь с отечественной терминологией.
31. Санитарно-гигиенические нормы и требования к раздевалкам.
32. Правила эксплуатации и ухода за применяемым в акробатике оборудованием и инвентарем.
33. Эффективное и безопасное использование инвентаря и оборудования в тренировочном процессе акробатов.
34. Основные принципы подбора инвентаря для ОРУ.
35. Правила эксплуатации и ухода за применяемым в акробатике оборудованием и инвентарем.
36. Санитарно-гигиенические нормы к душевым.
37. Санитарно-гигиенические нормы и требования к местам проведения занятий по акробатике.
38. Эффективное и безопасное использование инвентаря и оборудования в тренировочном процессе акробатов на занятиях по прыжкам на батуте.
39. Санитарно-гигиенические нормы и требования к хореографическому залу.
40. Основные принципы подбора инвентаря и экипировки для хореографии.

41. Эффективное и безопасное использование инвентаря и оборудования в тренировочном процессе акробатов на занятиях по хореографии.

42. Основные элементы содержания занятий по спортивной акробатике.

43. Особенности воздействия на функциональные структуры организма спортсмена занятиями видами акробатики и отражение данного воздействия на структуре учебно-тренировочного занятия.

44. Специфика содержания подготовительной, основной и заключительной частей учебно-тренировочных занятий в спортивной акробатике.

45. Планирование рабочего дня, соблюдение режима тренировок и отдыха. Самодисциплина, настойчивость, привычка ценить и рационально использовать время.

46. Значение волевых качеств в достижении высоких результатов в соревновательной деятельности. Способность противостоять первым неудачам и компенсировать их успешным выступлением в оставшихся видах.

47. Способность переносить большие нагрузки, имеющие разнонаправленное воздействие.

48. Основы разностороннего развития занимающихся средствами акробатики.

49. Принципы построения занятий по акробатике оздоровительной направленности.

50. Разносторонние физические и психические нагрузки в процессе тренировок и выступления на соревнованиях. Высокие показатели функциональных возможностей основных систем организма. Длительное сохранение высокой работоспособности.

51. Результаты врачебных и педагогических наблюдений за воздействиями занятий акробатикой на организм спортсменов

Содержание экзаменационных требований для студентов 1 курса

1. Особенности выполнения вольных упражнений.
2. Классификация акробатических упражнений.
3. Взаимосвязь техники и тактики при выполнении вольных упражнений.
4. Прыжки и соединения в вольных упражнениях.
5. Хореография в вольных упражнениях.
6. Характеристика выполнения силовых статических движений.
7. Характеристика специальных требований на вольных упражнениях.
8. Выполнение танцевальных движений в вольных упражнениях.
9. Особенности упражнений на батуте.
10. Техника прыжков при выполнении упражнений на бревне.
11. Хореографические движения в акробатике.
12. Акробатические элементы на бревне.
13. Основные компоненты техники выполнения поворотов.
14. Основы техники полетных движений.
15. Движение телом при выполнении больших оборотов.
16. Сочетание движений руками, ногами в безопорном положении.
17. Техника силовых элементов.
18. Техника маховых элементов .
19. Особенности техники бега при выполнении разбега.
20. Сформулировать актуальность одного из направлений исследований.
21. Значение УИРС в подготовке бакалавров по гимнастике в ИФК.
22. Методология научной деятельности.
23. Наиболее распространенные схемы исследований в спортивной гимнастике.
24. Популярные методы сбора научных данных о различных сторонах деятельности в акробатике.
25. Применение методов математической статистики для обработки полученных данных о различных сторонах деятельности в акробатике.

Содержание зачетных требований для студентов 2 курса

1. Предмет и задачи обучения в спортивной акробатике.
2. Применение дидактических принципов при обучении в акробатике.
3. Отличительные черты двигательных умений и навыков в акробатике.
4. Дополнительный и отрицательный перенос навыков и его учет при построении обучения.
5. Зависимость методов и особенностей построения процесса обучения видам многоборья от структуры и сложности формируемых двигательных действий, от специфики проявляемых при этом физических качеств.
6. Характеристика основных методов обучения в видах акробатики.
7. Определение готовности к обучению в видах акробатики: физической, координационной, психической.
8. Этап начального разучивания: цели и задачи; методы и методические приемы разучивания упражнений в видах акробатики; разучивание по частям и в целом (слитно).
9. Этап закрепления и совершенствования навыков: цели и задачи.
10. Элементы программирования обучения в видах акробатики.
11. Построение структур линейной и разветвлённой программ обучения.
12. Особенности программирования процесса обучения в видах акробатики.
13. Организационные основы спортивной школы.
14. Основные формы учебно-тренировочного процесса.
15. Особенности проведения занятий по акробатике.
16. Организация и проведение соревнований различного уровня.
17. Содержание положения о соревнованиях по спортивной акробатике.

18. Основные пункты сметы на проведение соревнований по акробатике.

19. Техника безопасности при проведении соревнований по акробатике.

20. Техника безопасности при проведении соревнований (дети).

21. Функции медицинского обеспечения во время проведения соревнований по акробатике.

22. Главная судейская коллегия соревнований по спортивной акробатике и ее функции.

23. Организация и проведение соревнований по акробатике.

24. Организация и проведение соревнований по СФП.

25. Сценарий открытия и закрытия соревнований.

26. Содержание отчета о соревнованиях.

Содержание экзаменационных требований для студентов 2 курса

1. Предмет и задачи обучения в спортивной акробатике.

2. Применение дидактических принципов при обучении в акробатике

3. Отличительные черты двигательных умений и навыков в акробатике.

4. Дополнительный и отрицательный перенос навыков и его учет при построении обучения.

5. Зависимость методов и особенностей построения процесса обучения видам акробатики от структуры и сложности формируемых двигательных действий, от специфики проявляемых при этом физических качеств.

6. Характеристика основных методов обучения в видах акробатики.

7. Определение готовности к обучению: физической, координационной, психической.

8. Этап начального разучивания: цели и задачи; методы и методические приемы разучивания упражнений; разучивание по частям и в целом (слитно).

9. Этап закрепления и совершенствования навыков: цели и задачи.

10. Элементы программирования обучения.
11. Построение структур линейной и разветвлённой программ обучения.
12. Особенности программирования процесса обучения.
13. Организационные основы спортивной школы.
14. Основные формы учебно-тренировочного процесса.
15. Особенности проведения занятий по акробатике
16. Организация и проведение соревнований различного уровня.
17. Содержание положения о соревнованиях по спортивной акробатике
18. Основные пункты сметы на проведение соревнований по акробатике.
19. Техника безопасности при проведении соревнований по парно-групповой акробатике.
20. Техника безопасности при проведении соревнований по прыжковой акробатике.
21. Техника безопасности при проведении соревнований (дети).
22. Функции медицинского обеспечения во время проведения соревнований по акробатике.
23. Главная судейская коллегия соревнований по спортивной акробатике и ее функции.
24. Организация и проведение соревнований по парно-групповой акробатике.
25. Организация и проведение соревнований по прыжковой акробатике.
26. Организация и проведение соревнований по акробатике (дети).
27. Организация и проведение соревнований по СФП.
28. Сценарий открытия и закрытия соревнований.
29. Содержание отчета о соревнованиях.
30. Содержание и формы воспитательной работы с юными акробатами.
31. Организация и проведение тренировочного процесса в группах начальной подготовки.

32. Содержание и направленность тренировочного процесса в группах начальной подготовки.

33. Тренировочные нагрузки и особенности методики проведения тренировочных занятий по акробатике в группах начальной подготовки.

34. Переводные и контрольных нормативы по физической и специальной подготовке в группах начальной подготовки.

35. Применение технических средств в различных направлениях подготовки спортсменов.

36. Использование технических средств при подготовке в различных видах акробатики.

37. Изменения функциональной направленности применения технических средств по ходу многолетней подготовки спортсмена занимающегося акробатикой.

38. Значение технических средств для оценки комплексного воздействия тренировочных нагрузок в акробатике на организм спортсменов.

39. Общая характеристика основных физических качеств: силы, быстроты (скорости), выносливости, гибкости и ловкости (координационных способностей).

40. Разновидности проявления силы: абсолютная максимальная, общая и относительная сила, динамическая и статическая силовая выносливость.

41. Проявление силы в видах спортивной акробатики.

42. Проявление быстроты в видах спортивной акробатики.

43. Разновидности выносливости: общая и специальная, силовая, скоростная, статическая, координационная, эмоциональная и т.д.

44. Энергетическое обеспечение выносливости.

45. Проявление выносливости в видах спортивной акробатики.

46. Факторы, определяющие гибкость.

47. Измерение гибкости.

48. Активная и пассивная гибкость.

49. Проявление гибкости в видах спортивной акробатики.

50. Факторы, обеспечивающие проявление координационных способностей: развитие нервно-двигательного аппарата и органов управления движениями, уровень физических качеств, технико-тактическая подготовленность, морфофункциональные свойства организма.

51. Основные формы проявления координационных способностей: соизмерение и регулирование пространственных, временных и динамических параметров движений; поддержание статического и динамического равновесия; выполнение двигательных действий без излишней мышечной напряженности.

52. Координационные способности в акробатике.

53. Ведущие ощущения и восприятия в видах спортивной акробатики: зрительные, пространственные, временные, силовые, тактильные, кинестетические.

54. Двигательные представления (идеомоторика) акробата.

55. Процессы мышления: сравнение, анализ, синтез, абстракция, конкретизация, логическое заключение, выводы и т.д.

56. Характер мышлительных задач.

57. Эмоциональные процессы и состояния.

58. Длительность и степень эмоциональных напряжений, динамика эмоциональных состояний.

59. Характеристика эмоций, причины, вызывающие их, влияние на выступление в соревнованиях.

60. Виды и качественные особенности волевых усилий. Особенности процессов реагирования.

61. Внешнее и внутреннее внимание, его объем, интенсивность, концентрация, распределение, устойчивость, переключение.

62. Ориентирование в соревновательных ситуациях в акробатике.

63. Характеристика основных методов исследования, используемых в акробатике.

64. Особенности организации и проведения НИР в акробатике.

65. Естественный, модельный и лабораторный эксперименты.

66. Применение методов обработки результатов исследований и проведение научного анализа результатов исследований.

67. Применение апробированных методик проведения научных исследований в акробатике.

68. Технология составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем.

69. Составление служебной документации и технической заявки на приобретение физкультурно-спортивной экипировки, инвентаря, оборудования.

70. Составить планово-финансовый документ по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки.

Содержание зачетных требований для студентов 3 курса

1. Проведение ритм-блоков подготовительной части тренировочного занятия.

2. Составить композицию вольных упражнений с музыкальным сопровождением.

3. Музыкальное сопровождение хореографии гимнастов.

4. Техническое мастерство в акробатике.

5. Специально-подготовительные упражнения в акробатике.

6. Упражнения общей и специальной физической подготовки, упражнения с применением тренажерных устройств.

7. Ходьба различными видами; упражнения для укрепления осанки, совершенствования телом.

8. Силовые динамические упражнения различной интенсивности.

9. Вспомогательные и специально-подготовительные упражнения для совершенствования техники упражнений на батуте.

10. Особенности применения бега с различной интенсивностью и длительностью.

11. Дополнительные средства в системе спортивной тренировки акробатов

12. Характеристика и применение словесных методов в тренировке акробатов.

13. Специфика применения наглядных методов при обучении видам акробатики.

14. Методы овладения техникой упражнений на видах многоборья .

15. Методы развития двигательных качеств, технико-тактической и психологической подготовки: строго регламентированных упражнений (равномерный, переменный, интервальный), игровой, соревновательный.

16. Цели и задачи физической подготовки в акробатике.

17. Значение уровня развития физических качеств и двигательных способностей для достижения высокого спортивного мастерства.

18. Основные формы, средства и методы общей и специальной физической подготовки в акробатике. Содержание и особенности физической подготовки в видах многоборья.

19. Роль и значение технической подготовки в видах акробатики для достижения высоких спортивных результатов по всему комплексу.

20. Совершенствование индивидуальной техники спортсменов в процессе тренировочных занятий видами акробатического многоборья.

21. Техническая подготовка в годичном тренировочном цикле.

22. Особенности применения средств и методов технической подготовки в различных видах акробатики, применение технических средств и специальной аппаратуры.

23. Понятие о тактической подготовке. Роль и значение тактической подготовки в видах акробатики. Связь тактической подготовкой с другими сторонами подготовки: технической, физической и психологической.

24. Цель и задачи психологической подготовки в акробатике и её видах. Связь психологической подготовки с другими сторонами подготовки .

25. Использование основных направлений психологической подготовки: общая психологическая подготовка, подготовка к выступлениям в соревнованиях, подготовка к конкретному соревнованию, управление психическим состоянием при выступлении в соревнованиях.

26. Применение средств и методов психологической подготовки в видах акробатики.

27. Методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции в спортивной акробатике.

28. Использование методов воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции с учетом специфики видов акробатики.

29. Цели и задачи интеллектуальной подготовки. Связь их с другими видами подготовки.

30. Содержание специальной теоретической подготовленности: овладение определенным объемом знаний основ теории и методики спортивной акробатики; получение специальной научной информации и овладение знаниями общих научных основ о спортивной деятельности и подготовке спортсмена; получение информации о состоянии и развитии гимнастики в стране и мире.

31. Средства и методы интеллектуальной подготовки.

32. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе начальной специализации.

33. Значение и виды соревнований в акробатике.

34. Компоненты соревновательной деятельности и оценка их параметров в видах акробатики.

35. Характеристика тренировочных нагрузок в акробатике.

36. Основные пути отбора в спортивной акробатике.

37. Содержание тренировочного процесса в тренировочных группах ДЮСШ по акробатике.

Содержание экзаменационных требований для студентов 3 курса

1. Значение музыкального сопровождения при проведении хореографии у акробатов.
2. Значение музыкального сопровождения при проведении хореографии в упражнениях на ковре.
3. Техническое мастерство в акробатике.
4. Специально-подготовительные упражнения в акробатике.
5. Упражнения общей и специальной физической подготовки, для совершенствования техники упражнений с применением тренажерных устройств.
6. Ходьба различными видами; упражнения для укрепления осанки, совершенствования телом.
7. Специально-подготовительные упражнения на минитрампе.
8. Силовые динамические упражнения различной интенсивности.
9. Вспомогательные и специально-подготовительные упражнения для совершенствования техники прыжковых упражнений.
10. Особенности применения бега с различной интенсивностью и длительностью.
11. Дополнительные средства в системе спортивной тренировки акробатов.
12. Характеристика и применение словесных методов в тренировке акробатов.
13. Специфика применения наглядных методов при обучении видам спортивной акробатики.
14. Методы овладения техникой упражнений на батуте .
15. Методы развития двигательных качеств, технико-тактической и психологической подготовки: строго регламентированных упражнений (равномерный, переменный, интервальный), игровой, соревновательный.
16. Цели и задачи физической подготовки в акробатике.
17. Значение уровня развития физических качеств и двигательных способностей для достижения высокого спортивного мастерства.

18. Основные формы, средства и методы общей и специальной физической подготовки в акробатике. Содержание и особенности физической подготовки.

19. Роль и значение технической подготовки для достижения высоких спортивных результатов по всему комплексу.

20. Совершенствование индивидуальной техники спортсменов в процессе тренировочных занятий видами акробатического многоборья.

21. Техническая подготовка в годичном тренировочном цикле.

22. Особенности применения средств и методов технической подготовки в различных видах акробатики, применение технических средств и специальной аппаратуры.

23. Цель и задачи психологической подготовки в акробатике и её видах. Связь психологической подготовки с другими сторонами подготовки .

24. Использование основных направлений психологической подготовки: общая психологическая подготовка, подготовка к выступлениям в соревнованиях, подготовка к конкретному соревнованию, управление психическим состоянием при выступлении в соревнованиях.

25. Применение средств и методов психологической подготовки в видах акробатики.

26. Методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции в спортивной акробатике.

27. Использование методов воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции с учетом специфики видов акробатики.

28. Цели и задачи интеллектуальной подготовки. Связь их с другими видами подготовки.

29. Содержание специальной теоретической подготовленности: овладение определенным объемом знаний основ теории и методики спортивной акробатики; получение специальной научной информации и овладение знаниями общих научных основ о спортивной деятельности и

подготовке спортсмена; получение информации о состоянии и развитии гимнастики в стране и мире.

30. Средства и методы интеллектуальной подготовки.

31. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе начальной специализации.

32. Значение и виды соревнований в акробатике.

33. Компоненты соревновательной деятельности и оценка их параметров в видах акробатики.

34. Характеристика тренировочных нагрузок в акробатике.

35. Основные пути отбора в спортивной акробатике.

36. Содержание тренировочного процесса в тренировочных группах ДЮСШ по акробатике.

37. Значение и виды соревнований в спортивной акробатике.

38. Структура соревновательной деятельности в спортивной акробатике и его видах.

39. Характеристика тренировочных нагрузок в акробатике.

40. Взаимовлияние тренировочных нагрузок в видах акробатики и принципы их построения и планирования в дневных, недельных, мезо- и макроциклах.

41. Система отбора как составная часть общей системы подготовки спортсмена.

42. Виды спортивного отбора: первичный, на этапах овладения спортивным мастерством, отбор при комплектовании сборных команд.

43. Основные пути отбора в акробатике.

44. Средства и методы отбора: педагогические, медико-биологические, психологические.

45. Эффективное применение педагогических методов (тестов) при отборе.

46. Определение предрасположенности к занятиям спортивной акробатикой.

47. Анализ и прогноз спортивной одаренности (способности) ребенка к занятиям спортивной акробатикой.

48. Использование антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в спортивной акробатике.

49. Содержание и направленность тренировочного этапа многолетней подготовки акробатов.

50. Принципы и методы обучения в спортивной акробатике.

51. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки акробатов.

52. Требования стандартов спортивной подготовки в акробатике к проведению занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки.

53. Применение положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта при проведении занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки акробатов.

54. Разработка и реализация тренировочных и соревновательных программ спортивной подготовки в акробатике с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе.

55. Составление типовых недельных и дневных циклов подготовки по видам акробатики в соответствии с тренировочным этапом многолетней подготовки акробатов.

56. Интеграция научных знаний путем обобщения концепций, теорий и учений об одном и том же объекте исследования в целостную, упорядоченную систему знаний.

57. Логическое осмысление соревновательного упражнения: 1) видовой состав (*особенное*), 2) способ повторения (*всеобщее*), 3) эффект воздействия (*единичное*).

58. Использование общеметодологических подходов в исследовательской деятельности в области спортивной акробатике.

59. Проведение научно-обоснованной оценки имеющихся результатов исследования

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

61. Научные методы формулирования представлений и обобщений.

62. Значение музыкального сопровождения в акробатике.

Содержание зачетных требований для студентов для студентов 4 курса

1. Спортивная тренировка как процесс управления.
2. Значение и задачи педагогического контроля за подготовкой и состоянием спортсменов в спортивной акробатике.
3. Учет тренировочный нагрузок по видам акробатического многоборья.
4. Виды контроля за состоянием акробатов во время тренировок и соревнований.
5. Управление процессом спортивного совершенствования на основе данных контроля.
6. Разработка батареи тестов для педагогического контроля и организация их проведения.
7. Фиксирование, анализ и обобщение результатов педагогического контроля.
8. Поиск организационных решений для коррекции состояния занимающихся.
9. Применение актуальных для спортивной акробатики технологий управления состоянием спортсмена, включая педагогический контроль и коррекцию.
10. Значение и задачи планирования подготовки в спортивной акробатике.
11. Виды планирования: перспективное, текущее, оперативное.

12. Годовое планирование.
13. Особенности сочетания тренировочных нагрузок в акробатике с учетом их взаимовлияния.
14. Средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности.
15. Эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.
16. Осуществление самоконтроля, оценивания процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности.
17. Сохранение и поддержание определенного уровня спортивной подготовленности.
18. Значение и задачи прогнозирования спортивных результатов в спортивной акробатике.
19. Методы прогнозирования спортивных результатов и достижений: метод экспертных оценок, анализ динамики результатов, экстраполяция, их использование в спортивной акробатике.
20. Динамика личных и командных результатов по спортивной акробатике и по отдельным его видам за последние десятилетия на российских соревнованиях, чемпионатах мира.
21. Основная задача тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства.
22. Принципы формирования групп спортивного совершенствования.
23. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.
24. Различная степень подготовленности спортсмена в отдельных видах акробатики («ведущие», «отстающие» виды).

Содержание экзаменационных требований студентов 4 курса

1. Спортивная тренировка как процесс управления.
2. Значение и задачи педагогического контроля за подготовкой и состоянием спортсменов в спортивной акробатике.

3. Учет тренировочных нагрузок по видам акробатического многоборья.
4. Виды контроля за состоянием акробатов во время тренировок и соревнований.
5. Управление процессом спортивного совершенствования на основе данных контроля.
6. Разработка батареи тестов для педагогического контроля и организация их проведения.
7. Фиксирование, анализ и обобщение результатов педагогического контроля.
 8. Поиск организационных решений для коррекции состояния занимающихся.
 9. Оперативное, текущее, этапное управление.
 10. Применение актуальных для спортивной акробатики технологий управления состоянием спортсмена, включая педагогический контроль и коррекцию.
 11. Значение и задачи планирования подготовки в спортивной акробатике..
 12. Виды планирования: перспективное, текущее, оперативное.
 13. Четырехлетнее перспективное планирование акробатов старших разрядов.
 14. Годовое планирование.
 15. Особенности сочетания тренировочных нагрузок в акробатике с учетом их взаимовлияния.
 16. Средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности.
 17. Эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.
 18. Осуществление самоконтроля, оценивания процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности.

19. Сохранение и поддержание определенного уровня спортивной подготовленности.
20. Значение и задачи прогнозирования спортивных результатов в спортивной акробатике и в отдельных её видах.
21. Методы прогнозирования спортивных результатов и достижений: метод экспертных оценок, анализ динамики результатов, экстраполяция, их использование в спортивной акробатике.
22. Динамика личных и командных результатов по спортивной акробатике и по отдельным его видам за последние десятилетия на российских соревнованиях, чемпионатах мира.
23. Основная задача тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства.
24. Принципы формирования групп спортивного совершенствования.
25. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.
26. Различная степень подготовленности спортсмена в отдельных видах многоборья («ведущие», «отстающие» виды).
27. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.
28. Требования стандарта спортивной подготовки в спортивной акробатике для этапа совершенствования спортивного мастерства.
29. Особенности организации и проведения занятий акробатикой на этапе совершенствования спортивного мастерства.
30. Организация и проведение занятий по СФП у акробатике на этапе совершенствования спортивного мастерства.
31. Интеграция тренировочного процесса в хореографии с учетом задач этапа совершенствования спортивного мастерства.
32. Составление типовых недельных и дневных циклов подготовки по видам многоборья в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства .

33. Значение и задачи моделирования спортивной деятельности. Особенности моделирования в спортивной акробатике.

34. Блок-схема модели сильнейшего спортсмена.

34. Морфологические особенности, возраст и спортивный стаж сильнейших акробатов России и мира.

Примерная тематика курсовых работ студентов 3 курса очной и ускоренной форм обучения и студентов 4 курса заочной формы обучения

1. Прогнозирование спортивных достижений в спортивной акробатике.
2. Содержание учебно-тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки акробатов.
3. Модели соревновательной деятельности в спортивной акробатике.
4. Методики повышения уровня подготовленности акробатов.
5. Модельные характеристики спортсмена.
6. Планирование тренировочных нагрузок в видах многоборья и их взаимовлияние.
7. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в различных группах ДЮСШ по спортивной акробатике.
8. Внедрение путей решения анатомо-физиологических, биохимических, биомеханических и других актуальных проблем акробатики.
9. Инновации в методике обучения видам акробатики.
10. Тренажерные технологии и их использование в тренировочном процессе акробатов.
11. Система фармакологической поддержки акробатов в тренировочном процессе и соревнованиях.
12. Рационализация питания спортсменов занимающихся спортивной акробатикой.
13. Укрепление пассивной части опорно-двигательного аппарата спортсменов занимающихся спортивной акробатикой.

14. Содержание периодов и этапов годового цикла тренировочного процесса спортсменов на различных этапах многолетней подготовки.

15. Система соревнований как составной части многолетней подготовки акробатов.

Содержание зачетных требований для студентов 5 курса

1. Анкетирование и опросы как метод исследования.
2. Метод видеорегистрации движений.
3. Современные методы компьютерной обработки данных исследования.
4. Компьютерная технология адаптивного обучения в спорте.
5. Комплексные методы обследования функционального состояния акробатов.
6. Этапность выполнения квалификационной работы.
7. Рабочая гипотеза и задачи исследования.
8. Проблема адекватности задачи и методов исследования.
9. Методика работы над текстом и оформлением ВКР.
10. Управление подготовкой акробатов.
11. Моделирование спортивной деятельности акробата.
12. Профессионально-педагогическая деятельность тренера по спортивной акробатике.
13. Требования к профессиональной подготовке тренера.
14. Авторитарный, демократический и либеральный стили деятельности тренера.
15. Классификация тренеров.
16. Оценка деятельности и личности тренера.
17. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по акробатике.
18. Особенности фармакологической поддержки на различных этапах многолетней подготовки акробатов.

19. Фармакологическое обеспечение подготовительного, базового, предсоревновательного периодов подготовки квалифицированных акробатов.

20. Допинг. Общие положения. Антидопинговый контроль на соревнованиях по спортивной акробатике.

Содержание экзаменационных требований для студентов 5 курса

1. Правила обеспечения безопасности при обучении в акробатике.
2. Основные причины травматизма в акробатике.
3. Фактор психологической подготовки в акробатике.
4. Личность спортсмена и ее характеристики. Личностные качества.
5. Темперамент, его разновидности. Темперамент акробата.
6. Основные методы психодиагностики в акробатике.
7. Методы психической саморегуляции.
8. Теоретическая подготовка акробатов и ее значение.
9. Принципы подготовки акробатов высокой квалификации.
10. Концепция централизованной подготовки акробатов.
11. Современный тренер по акробатике, его знания, умения, навыки.
12. Психологические типы тренера и его личность.
13. Питание акробата. Требования к рациону и режиму питания.
14. Регуляция веса тела в акробатике.
15. Водно-солевой режим акробата.
16. Методика отбора в акробатике.
17. Медико-биологическое обеспечение занятий акробатикой.
18. Биомеханическое обеспечение занятий акробатикой.
19. Организационное обеспечение занятий акробатикой.
20. Виды и этапность медико-биологических обследований в акробатике.
29. Изучение литературы как метод исследования в акробатике.
30. Методы исследования динамики акробатических упражнений.

31. Комплексные методы инструментальных исследований в акробатике.

32. Методы исследования физических качеств акробатов.

33. Методы исследования функционального состояния акробата.

34. Методы антропометрических исследований в акробатике.

35. Методы исследования процесса обучения в акробатике.

36. Методы исследования тренировочного процесса в акробатике

37. Методы учета и контроля тренировочных нагрузок акробата

38. Методы индивидуализации тренировочных нагрузок в акробатике.

39. Педагогический эксперимент и его методика.

40. Математическая статистика как метод исследования.

Примерная тематика выпускных квалификационных работ студентов 4 курса очной и ускоренной форм обучения и студентов 5 курса заочной формы обучения

1 Анализ содержания соревновательных программ по фактору трудности акробатов высшей квалификации.

2. Сравнительный анализ содержания соревновательных программ сильнейших акробатов мира.

3. Модельные характеристики трудности как фактор планирования технической подготовленности в спортивной акробатике.

4. Структурный анализ сильнейших команд по спортивной акробатике.

5. Психология общения коллектива акробатов с тренером.

7. Определение отношений в системе тренер - спортсменка и влияние данного фактора на спортивно-тренировочную и соревновательную деятельность акробатов высокой квалификации.

8. Оценка надежности соревновательной деятельности акробатов, участников финальных соревнований Чемпионата Мира по спортивной акробатике.

9. Взаимосвязь между коэффициентом надежности соревновательной деятельности акробатов высокой квалификации и спортивным результатом.

10. Исследование объема и интенсивности тренировочных (соревновательных) нагрузок в подготовительном периоде (в процессе выступления в соревнованиях) акробатов высшей квалификации.

11. Исследование динамики тренировочных нагрузок и надежности выполнения упражнений в соревновательном периоде у акробатов высокой квалификации.

12. Исследование параметров соревновательных нагрузок у акробатов высокой квалификации (на примере спортивной акробатики).

13. Изменение характера взаимосвязи показателей физической подготовленности акробатов высокой квалификации в ходе годичного цикла подготовки.

14. Методика оценки уровня физической подготовленности юных акробатов 11-12 лет.

15. Взаимосвязь показателей физической и технической подготовленности студентов РГУФКСМиТ, специализирующихся в спортивной акробатике.

16. Влияние хореографической подготовки на уровень технической подготовленности юных акробатов.

17. Определение уровня спортивно-технического мастерства сильнейших акробатов мира.

18. Контроль за хореографической подготовленностью юных акробатов.

19. Влияние скорости мышечного сокращения на качество выполнения прыжков в спортивной акробатике.

20. Спортивный отбор и ориентация в ДЮСШ (на примере спортивной акробатики).

21. Основные тенденции развития научных исследований в спортивной акробатике.

22. Прыжковая подготовка и подготовленность в спортивной акробатике.

23. Вращательная подготовка и подготовленность в спортивной акробатике.

24. Техническая оснащенность элементами различных групп трудности в композициях акробатов.

25. Факторы эффективности обучения акробатов сложным упражнениям.

26. Использование больших тренировочных и соревновательных нагрузок для достижения высоких спортивных результатов в спортивной акробатике.

27. Спортивный талант как фактор достижений высоких спортивных результатов в спортивной акробатике.

28. Социальное значение возникновения и развития спортивной акробатики как олимпийского вида спорта (батут).

29. Сужение спортивной специализации как путь достижения максимальных спортивных результатов в спортивной акробатике.

30. Оздоровительная физическая культура в профилактике остеохондроза позвоночника спортсменов (на примере спортивной акробатики).

31. Этапы многолетней подготовки юных акробатов.

32. Содержание и формы воспитательной работы с юными акробатами.

33. Цель и задачи психологической подготовки в спортивной акробатике.

34. Взаимосвязь технической подготовки с другими сторонами подготовки акробатов.

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

а) Основная литература:

1. Гимнастика: [сборник]. 1987 / [сост. В.М. Смолевский]. - М.: ФиС, 1987. - 111 с.: ил.

2. Гавердовский, Ю.К. Гимнастика: Лекции : [учеб.-метод. пособие] / Ю.К. Гавердовский, А.Б. Лагутин. - М.: Физ. культура, 2012. - 90 с.

3. Гавердовский, Ю.К. Теория и методика спортивной гимнастики : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 034300 : рек. Умо вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры : в 2 т. - М.: Сов. спорт, 2014
4. Гавердовский, Ю.К. Техника гимнастических упражнений : Попул. учеб. пособие / Гавердовский Юрий Константинович. - М.: Terra-спорт, 2002. - 508 с
5. Попов, Ю. А. Обучение базовым акробатическим прыжкам : методические рекомендации // Ю. А. Попов. – М. : Физическая культура, 2010. – 40 с.
6. Попов, Ю. А. Прыжки на батуте : начальное обучение : методические рекомендации / Ю. А. Попов. – М. : Физическая культура, 2010. – 36 с.

б) Дополнительная литература:

1. Спортивная гимнастика : мужчины и женщины : пример. прогр. спорт. подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР и ШВСМ: доп. Федер. агенством по физ. культуре и спорту / [прогр. разработ. Ю.К. Гавердовский [и др.]] ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту. - М.: Сов. спорт, 2005. - 417 с.: табл.
2. Спортивная гимнастика : учеб. для ин-тов физ. культуры: Доп. Ком. по физ. культуре и спорту / ред. Гавердовский Ю.К., Смолевский В.М. - М.: ФиС, 1979. - 327 с.
3. Теория и методика спортивной гимнастики : пример. прогр. дисциплины федер. компонента цикла СД ГОС по специальности 032101 : рек. Умо по образованию / [под. общ. ред. Ю.К. Гавердовского] ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: Физ. культура, 2005. - 111 с.: табл.
4. Теория и методика спортивной гимнастики [Электронный ресурс] : прогр. дисциплины специализации для слушателей, обучающихся по прогр. проф. переподгот. по специальности 032101.65 : утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / подгот.: Гавердовский Ю.К., Лагутин А.Б. ;

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)" ; Ин-т повышения квалификации и проф. переподгот. кадров. - М., 2012

5. Гимнастика и методика преподавания : учеб. для ин-тов физ. культуры: доп. Гос. ком. СССР по физ. культуре и спорту / под общ. ред. В.М. Смолевского. - Изд. 3-е, перераб. и доп. - М.: ФИС, 1987. - 336 с.: ил

6. Спортивная гимнастика : мужчины и женщины : пример. прогр. спорт. подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР и ШВСМ: доп. Федер. агенством по физ. культуре и спорту / [прогр. разработ. Ю.К. Гавердовский [и др.]] ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту. - М.: Сов. спорт, 2005. - 417 с.: табл.

7. Спортивная гимнастика : энцикл. : учеб. пособие для студентов высш. и сред. учеб. заведений, обучающихся по спец. 032101 И 050720 / Л.Я. Аркаев, В.М. Смоленский ; Федер. спорт. гимнастики России, Содружество "Спортуниверсгруп". - М.: Анита пресс, 2006. - 378 с.: ил.

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

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

3. Инвентарь:

Комплект стандартных гимнастических снарядов:

- гимнастический ковер – 3 шт.;
- перекладина изменяющейся высоты – 3 шт.;
- брусья параллельные – 3 шт.;
- брусья разновысокие – 4 шт.;
- гимнастическое бревно (высокое) – 2 шт.;
- гимнастическое бревно напольное – 3 шт.;
- гимнастический козел – 4 шт.;
- гимнастический стол – 2 шт.;
- акробатическая дорожка с рабочей частью 15 м – 1 шт.;
- акробатическая дорожка с рабочей частью 25 м – 2 шт.;
- гимнастические снаряды массового типа:
- гимнастические стенки (не менее 10 пролетов) – 3 шт.;
- гимнастические скамейки 4 м - 20 шт.;
- вертикальные канаты высотой 4 м – 3 шт.;
- комплект на группу стандартной наполняемости мелкого гимнастического инвентаря: скакалки (короткие и длинная), палки, мячи малые, средние, набивные;
- видео-класс с комплектом проекционной аппаратуры.

Научная аппаратура:

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

Оргтехника (год выпуска):

1. DVD-комбо Toshiba SD-26VSR – 2006 г.
2. Видеопроектор ELMOHV 110XG – 2006 г.
3. Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.
4. Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.
5. Документ камера Toshiba TLP – 2003 г.
6. Компьютер офисный СП 1 – 2007 г.
7. Многофункциональное устройство Canon MF 5750 – 2007 г.
8. Ноутбук Fujitsu-Siemens AMILO PI 1556 – 2006 г.
9. Ноутбук Fujitsu-Siemens AMILO PI 1536, 15.4" – 2007 г.
10. Ноутбук RB Voyager FT 6, Pentium III – 2002 г.
11. Принтер HP LaserJet 1320 – 2005 г.
12. Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.
13. Принтер Canon LPB-810 – 2001 г.
14. Принтер портативный HP DeskJet 350 – 2002 г.
15. Принтер HP DJ890 C – 1999 г.
16. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.
17. Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.
18. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.
19. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.
20. Плеер DVD ВВК – 2007 г.

21. Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.
22. Сканер EPSON Perfection V10 Photo – 2007 г.
23. Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.
24. Стационарный компьютер (монитор 17" Acer AL1716 Cs и системный блок) – 2007 г. – 9 шт.
25. Стационарный компьютер (монитор 19" Acer AL1916 Cs и системный блок) – 2007 г.
26. Сканер Epson Perfection V 100 Photo – 2007 г.
27. Копировальный аппарат Canon iR -1018 – 2007 г.
28. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2007 г.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 15 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки Проведен ия	Максимальн ое количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование на тему: «История развития акробатики в мире и нашей стране»	5 неделя	3

3	Тестирование по теме: «Гимнастическая терминология»	9 неделя	3
4	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Формирование спортивной акробатики как вида спорта. 2. Инвентарь и оборудование для проведения тренировок по спортивной акробатике. 3. Организация и методика проведения отдельных частей занятия по спортивной акробатике 4. Оздоровительный эффект от любительских занятий видами акробатики.	4 неделя 8 неделя 12 неделя 15 неделя	5 5 5 5
5	Контроль освоения практических навыков: 1. Составить хронологию изменения правил соревнований по спортивной акробатике 2. Подготовка инвентаря и оборудования для проведения соревнований по акробатике (парно-групповые виды) 3. Подготовка инвентаря и оборудования для проведения соревнований по акробатике (прыжковая акробатика) 4. Оборудование мест для прыжков на батуте. 5. Подготовка мест для проведения соревнований по СФП. 6. Оборудование зала хореографии для проведения тренировочного процесса. 7. Выписать основные термины, характеризующие соревновательную деятельность акробата	5-7 недели 7-8 недели 7-8 недели 7-8 недели 7-8 недели 7-8 недели 9-10 недели	5 3 3 3 3 3 3

	8. Составление конспекта и проведение подготовительной части учебно-тренировочного занятия.	12 неделя	3
	9. Анализ санитарно-гигиенических требований для помещений при занятиях акробатикой.	13 неделя	3
6	Написание и защита рефератов по разделам: 1. Спортивная акробатика в системе физического воспитания. 2. Оборудование мест для проведения соревнований по акробатике. 3. Структура тренировочного занятия в видах акробатики.	2 неделя 5-7 недели 11-12 недели	5 5 5
7	Зачет (рубежный контроль)	16 неделя	20
8	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ
Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям),
завершающимся зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 15 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен*.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование по темам: 1. Биомеханические основы техники акробатических упражнений	31 неделя	10
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Техника упражнений в акробатических прыжках 2. Основы техники упражнений на батуте 3. Основы техники выполнения парных упражнений. 4. Основы техники выполнения упражнений на минитрампе.	27 неделя 31 неделя 35 неделя 39 неделя	5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Анализ техники акробатических элементов на вольных упражнениях 2. Анализ техники выполнения парных упражнений 3. Оценка выступления акробатов (мужские виды) 4. Оценка выступления акробаток	24-26 недели 28-31 недели 32-35 недели	3 3 3

	(женские виды) 5. Выбор направления исследовательской деятельности и формулирование рабочего названия темы 6. Составление индивидуального и рабочего планов исследовательской деятельности 7. Определение предполагаемых результатов, которые могут быть получены в результате исследований	36-38 недели 40 неделя 25 неделя	3 3 5
5	Написание и защита рефератов по разделам: 1. Основы техники акробатических прыжков 2. Основы техники парно-групповых видов	24-27 недели 28-31 недели	5 5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	43 неделя	30
7	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену.

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 31 балл, 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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 15 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулю: 1. Методика обучения в спортивной акробатике	10 неделя	10
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1.Методики обучения в сложно-координационных видах акробатики 2.Программирование процесса обучения акробатов 3.Организация и проведение соревнований по спортивной акробатике	9 неделя 13 неделя 16 неделя	5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Анализ построения процесса обучения акробатики 2. Составление обучающих программ по видам акробатического многоборья. 3. Разработка и написание положения о соревнованиях по спортивной	2-4 недели 6-9 недели 10-12 недели	5 5 5

	акробатике. 4. Составление сметы на проведение соревнований по спортивной акробатике. 5. Соблюдение правил техники безопасности при проведении соревнований. 6. Организация медицинского обеспечения во время проведения соревнований по спортивной акробатике. 7. Написание сценариев открытия и закрытия соревнований.	13-14 недели 13-14 недели 13-14 недели 15-16 недели	4 3 3 5
5	Написание и защита рефератов по разделам: 1. Правила составления основных документов необходимых для проведения соревнований по спортивной акробатике 2. Соблюдение техники безопасности при проведении соревнований по одному из видов акробатического многоборья. 3. Сценарии открытия и закрытия соревнований	12-13 недели 14-15 недели 16-17 недели	5 5 5
6	Зачет (рубежный контроль)	18 неделя	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное
--	--	---------------------

№		кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме пропущенного занятия	5
2	Написание реферата по теме пропущенного занятия	5
3	Презентация по теме пропущенного занятия	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям),
завершающимся зачетом**

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта

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

IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Проявления физических качеств в видах акробатического многоборья	37 неделя	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Анализ содержания тренировочного плана подготовки 1-го, 2-го и 3-го годов обучения на начальном этапе подготовки акробатов	39 неделя	15
	2. Обсуждение применения технических средств в подготовке спортсменов занимающихся спортивной акробатикой	28 неделя	5
	3. Комплексный анализ необходимых спортсмену двигательных качеств в	38 неделя	5

	сложившихся условиях соревнований по спортивной акробатике 4.Методология исследовательской деятельности в спортивной акробатике	27 неделя	5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Применение разнообразных общеразвивающих и специальных упражнений, их дозировка перед соревнованиями. 2. Изучение элементов техники акробатических упражнений	30 неделя 26-31 неделя	10 10
5	Написание и защита рефератов по разделам: 1.Роль технических средств в подготовке спортсменов занимающихся спортивной акробатикой 2.Общая характеристика основных физических качеств 3.Характеристика основных методов исследования, используемых в спортивной акробатике	32 неделя 34 неделя 38 неделя	5 5 5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	44 неделя	30
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 31 балл, 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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 15 группы, направления подготовки

Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки Проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1.Методика обучения в спортивной акробатике	5 неделя	10
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1.Особенности применения методов тренировки акробатов на различных этапах многолетней подготовки. 2.Виды подготовки акробатов 3.Тренировочный этап (начальной специализации) многолетней подготовки акробатов	9 неделя 8 неделя 12 неделя	10 10 10
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Использование основных и дополнительных средств тренировки акробатов	15 неделя	5

	2. Особенности применения методов тренировки на различных этапах многолетней подготовки.	5-7 недели	5
	3. Практическое выполнение упражнений специальной физической подготовки в акробатике	7-8 недели	5
	4. Подготовка и проведение занятий на тренировочном этапе (начальной специализации).	9-10 недели	5
5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Средства и методы тренировки спортсменов и особенности применения в различных видах акробатического многоборья. 2. Содержание занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки акробатов.	12 неделя 13 неделя	5 5
6	Сдача зачета (рубежный контроль)	18 неделя	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 15 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 6 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1.Методика обучения в спортивной акробатике	24 неделя	10
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Отбор в процессе многолетней подготовки юных акробатов. 2.Виды подготовки акробатов 3.Тренировочный процесс на этапах начальной и углубленной специализации	30 неделя 32 неделя 35 неделя	10 10 10
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Подготовка и проведение занятий на тренировочном этапе (начальной специализации). 2. Подготовить батарею тестов и контрольные нормативы для одного из этапов отбора спортсменов, занимающихся спортивной акробатикой. 3. Разработка план-схемы подготовки тренировочной группы 1-го года обучения 4. Создание презентации к докладу на конференции по материалам ВКР	25 неделя 27 неделя 29-31 недели 40-42 недели	5 5 5 5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	43-44 недели	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 зачету допускается студент, набравший не менее 31 балл, 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	Неудовлетворительно		Удовлетворительно	Хорошо	Отлично	
Оценка по	F	E	D	C	B	A

шкале ECTS					
------------	--	--	--	--	--

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса 15 группы, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта, очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Тренировочные нагрузки в спортивной акробатике	4 неделя	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Основы управления подготовкой спортсменов занимающихся спортивной акробатикой 2. Прогнозирование спортивных результатов и их значение в спортивной акробатике	5 неделя 5 неделя	5 5

	3. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования.	7 неделя	5
	4. Значение моделирования спортивной деятельности и его особенности в спортивной акробатике.	8 неделя	5
4	Контроль освоения практических навыков:		
	1. Составление примерного годового плана подготовки сборной команды ведомства.	9 неделя	5
	2. Прогнозирование спортивного результата в спортивной акробатике	10 неделя	5
	3. Разработка недельных циклов тренировок по спортивной акробатике	11-12 неделя	5
	4. Проведение тренировочных занятий по видам многоборья в группах спортивного совершенствования	12-13 недели	10
	5. Анализ результатов по видам акробатического многоборья на чемпионатах мира	14 неделя	5
5	Написание рефератов на темы:		
	1. Планирование подготовки в спортивной акробатике.	15-16недели	5
	2. Прогнозирование спортивных результатов в спортивной акробатике и в отдельных её видах.	15-16недели	5
	1. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства	15-16недели	5
	2. Особенности моделирования в спортивной акробатике	15-16недели	10

6	Сдача зачета (рубежный контроль)	17 неделя	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям),
завершающимся зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			

Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A
----------------------	---	---	---	---	---	---

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 15 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта, очной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 8 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	5
2	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Основы управления подготовкой спортсменов занимающихся спортивной акробатикой 2. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования. 3. Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по спортивной акробатике	24 неделя 30 неделя 32 неделя	5 5 5

	4. Формирование общественного мнения о спортивной акробатике через средства массовой информации	31 неделя	5
3	Контроль освоения практических навыков:		
	1. Проведение тренировочных занятий по видам акробатики в группах спортивного совершенствования	25 неделя	10
	2. Анализ результатов по видам акробатического многоборья на чемпионатах мира	27 неделя	10
	3. Анализ рынка печатных изданий на спортивную тематику.	28 неделя	5
	4. Составление краткой характеристики исследовательской работы	29 неделя	5
4	Написание рефератов на темы:		
	1. Планирование подготовки в спортивной акробатике.	26-28 недели	5
	2. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по акробатике.	33 неделя	5
	3. Создание имиджа спортивной акробатики.	30-32 недели	5
5	Сдача экзамена (рубежный контроль)	34 неделя	30
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 31 балл, 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

Заочная форма обучения

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

V. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное
---	------------------------	--------------

		КОЛИЧЕСТВО баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование по теме: «История акробатики в мире и нашей стране»	5
3	Тестирование по теме: «Гимнастическая терминология»	10
4	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Формирование спортивной акробатики как вида спорта. 2. Инвентарь и оборудование для проведения тренировок по спортивной акробатике 3. Организация и методика проведения отдельных частей занятия по спортивной акробатике 4. Оздоровительный эффект от любительских занятий видами акробатики	5 5 5 5
5	Контроль освоения практических навыков: 1. Составить хронологию изменения правил соревнований по спортивной акробатике 2. Выписать основные термины, характеризующие соревновательную деятельность акробата 3. Составление конспекта и проведение подготовительной части учебно-тренировочного занятия. 4. Анализ санитарно-гигиенических требований для помещений при занятиях акробатикой.	5 5 5 5
6	Написание и защита рефератов по разделам: 1. Спортивная акробатика в системе физического воспитания.	5

	2. Оборудование мест для проведения соревнований по спортивной акробатике	5
	3. Структура тренировочного занятия в видах акробатического многоборья.	5
7	Зачет (рубежный контроль)	20
8	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям),
завершающимся зачетом**

Набранные	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
-----------	-----	-------	-------	-------	-------	--------

баллы						
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

VI. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование по теме: 1. Биомеханические основы техники акробатических упражнений	10
3	Выступления на семинарских занятиях по темам:	

	1. Техника упражнений в акробатических прыжках	5
	2. Основы техники упражнений на батуте	5
	3. Основы техники выполнения упражнений на минитрампе	5
	4. Основы техники выполнения упражнений на двойном минитрампе	5
4	Контроль освоения практических навыков:	
	1. Анализ техники акробатических элементов на вольных упражнениях	3
	2. Анализ техники выполнения парных упражнений	3
	3. Оценка выступления акробатов (мужские виды)	3
	4. Оценка выступления акробаток (женские виды)	3
	5. Выбор направления исследовательской деятельности и формулирование рабочего названия темы	3
	6. Составление индивидуального и рабочего планов исследовательской деятельности	3
		5
5	Написание и защита рефератов по разделам:	
	1. Основы техники акробатических упражнений (мужские виды)	5
	2. Основы техники акробатических упражнений (женские виды)	5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	30
7	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
---	-------------------------------------	----------------------------

1	Подготовка доклада по теме пропущенного занятия	5
2	Написание реферата по теме пропущенного занятия	5
3	Презентация по теме пропущенного занятия	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 31 балл, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки Физическая

культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

VII. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Тренировка в спортивной акробатике	10
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1.Методики обучения в сложно-координационных видах акробатического многоборья 2.Программирование процесса обучения акробатов 3.Организация и проведение соревнований по спортивной акробатике	5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Анализ построения процесса обучения элементам акробатики 2. Составление обучающих программ по видам акробатического многоборья. 3. Разработка и написание положения о соревнованиях по спортивной акробатике. 4. Составление сметы на проведение	5 5 5 4

	соревнований по спортивной акробатике	
	5. Соблюдение правил техники безопасности при проведении соревнований.	3
	6. Организация медицинского обеспечения во время проведения соревнований по спортивной акробатике	3
	7. Написание сценариев открытия и закрытия соревнований.	5
5	Написание и защита рефератов по разделам:	
	1.Правила составления основных документов необходимых для проведения соревнований по спортивной акробатике.	5
	2. Соблюдение техники безопасности при проведении соревнований по спортивной акробатике.	5
	3.Сценарии открытия и закрытия соревнований	5
6	Зачет (рубежный контроль)	20
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 41 балл, имея возможность, 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) Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

VIII. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр.

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Проявления физических качеств в видах акробатического многоборья	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Анализ содержания тренировочного плана подготовки 1-го, 2-го и 3-го годов обучения на начальном этапе подготовки акробатов 2. Обсуждение применения технических средств в подготовке спортсменов занимающихся спортивной акробатикой	10 10
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Применение разнообразных общеразвивающих и специальных упражнений, их дозировка во время соревнований. 2. Изучение элементов техники акробатических упражнений	10 10
5	Написание и защита рефератов по разделам: 1. Роль технических средств в подготовке спортсменов занимающихся спортивной акробатикой 2. Общая характеристика основных физических качеств	5 5

	3.Характеристика основных методов исследования, используемых в спортивной акробатике	5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	30
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к 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 31 балл, имея возможность, сдав зачет 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-	2		3	4	5	

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1.Методика обучения в спортивной акробатике	10
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1.Особенности применения методов тренировки акробатов на различных этапах многолетней подготовки.	10 10

	2.Виды подготовки акробатов 3.Тренировочный этап (начальной специализации) многолетней подготовки акробатов	10
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Использование основных и дополнительных средств тренировки акробатов 2. Особенности применения методов тренировки на различных этапах многолетней подготовки. 3. Практическое выполнение упражнений специальной физической подготовки в акробатике 4. Подготовка и проведение занятий на тренировочном этапе (начальной специализации).	5 5 5 5
5	Написание и защита рефератов на темы: 1.Средства и методы тренировки спортсменов и особенности применения в различных видах акробатического многоборья. 2.Содержание занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки акробатов.	5 5
6	Сдача зачета (рубежный контроль)	20
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 41 балл, имея возможность, 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) Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики

Сроки изучения дисциплины (модуля): 6 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Структура соревновательной деятельности акробата	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Отбор в процессе многолетней подготовки юных акробатов 2. Тренировочный процесс на этапе углубленной специализации	5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Анализ компонентов соревновательной деятельности. 2. Подготовить батарею тестов и контрольные нормативы для одного из этапов отбора спортсменов, занимающихся спортивной акробатикой 3. Разработка план-схемы подготовки тренировочной группы 1-го года обучения 4. Создание презентации к докладу на конференции по материалам ВКР	5 10 5 5
5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Компоненты соревновательной деятельности и оценка их параметров в спортивной акробатике 2. Характеристика тренировочных нагрузок в спортивной	5 5

	акробатике. 3.Основные пути отбора в спортивной акробатике.	5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	30
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к 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 31 балл, имея возможность, сдав зачет 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	2		3	4	5	
	Неудовлетворительно		Удовлетворительно	Хорошо	Отлично	

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта, заочной формы обучения

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1.Тренировочные нагрузки в спортивной акробатике	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Основы управления подготовкой спортсменов занимающихся спортивной акробатикой 2. Прогнозирование спортивных результатов и их значение в спортивной акробатике	5 5

	3. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования.	5
	4. Значение моделирования спортивной деятельности и его особенности в спортивной акробатике.	5
4	Контроль освоения практических навыков:	
	1. Составление примерного годового плана подготовки сборной команды ведомства.	10
	2. Разработка недельных циклов тренировок по спортивной акробатике	5
	3. Проведение тренировочных занятий по видам акробатики в группах спортивного совершенствования	5
	4. Анализ результатов по видам акробатического многоборья на чемпионатах мира	10
5	Написание рефератов на темы:	
	1. Планирование подготовки в спортивной акробатике	5
	2. Прогнозирование спортивных результатов в спортивной акробатике и в отдельных её видах.	5
	3. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства	10
	4. Особенности моделирования в спортивной акробатике	5
6	Сдача зачета (рубежный контроль)	20
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
----------	--	-----------------------------------

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 41 балл, имея возможность, 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) Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика) для обучающихся института спорта и

физического воспитания 4 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта, заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики

Сроки изучения дисциплины (модуля): 8 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Модельные характеристики профессиональной деятельности и личности тренера по спортивной акробатике	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по спортивной акробатике 2. Технологии восстановления спортсменов 3. Формирование общественного мнения о спортивной акробатике через средства массовой информации 4. Особенности применения фармакологии в спортивной акробатике	5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Анализ субъективных факторов ускоряющих адаптацию к профессиональной деятельности.	10

	2.Использование средств фармакологического характера на подавление нежелательных реакций, не снижая работоспособность	10
5	Написание рефератов на темы: 1.Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по акробатике. 2.Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по спортивной акробатике. 3.Создание имиджа спортивной акробатики.	5 5 5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	30
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к 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 31 балл, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика) 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 гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 9 семестр.

Форма промежуточной аттестации: зачет.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Модельные характеристики профессиональной деятельности и личности тренера по спортивной акробатике	10
3	Выступления на семинарских занятиях по темам:	

	1.Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по спортивной акробатике	10
	2.Технологии восстановления спортсменов	10
4	Контроль освоения практических навыков: 1.Планирование восстановительных мероприятий в тренировочном процессе акробатов	10
	2.Анализ рынка печатных изданий на спортивную тематику.	10
5	Написание рефератов на темы: 1.Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по акробатике.	10
	2.Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по спортивной акробатике.	10
6	Сдача зачета (рубежный контроль)	20
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 31 балл, имея возможность, сдав зачет 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) Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта, заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 10 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*

1	Посещение занятий	10
2	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1.Формирование общественного мнения о спортивной акробатике через средства массовой информации 2.Особенности применения фармакологии в спортивной акробатике	10 10
3	Контроль освоения практических навыков: 1. Проведение учебных занятий со студентами, не специализирующимися в видах акробатики. 2.Составление краткой характеристики исследовательской работы	10 10
4	Написание рефератов на темы: 1. Значение, задачи и содержание физического воспитания в дошкольном, школьном и студенческом возрасте. 2.Создание имиджа спортивной акробатики.	10 10
5	Сдача экзамена (рубежный контроль)	30
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к 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 31 балл, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

IX. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование на тему: «История развития акробатики в мире и нашей стране»	5
3	Тестирование по теме: «Гимнастическая терминология»	10
4	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Формирование спортивной акробатики как вида спорта. 2. Инвентарь и оборудование для проведения тренировок по спортивной акробатике 3. Организация и методика проведения отдельных частей занятия по спортивной акробатике 4. Оздоровительный эффект от занятий различными видами акробатики	5 5 5 5
5	Контроль освоения практических навыков: 1. Составить хронологию изменения правил соревнований по спортивной акробатике 2. Выписать основные термины, характеризующие соревновательную деятельность акробата 3. Составление конспекта и проведение подготовительной части учебно-тренировочного занятия. 4. Анализ санитарно-гигиенических требований для помещений при занятиях акробатикой	5 5 5 5

6	Написание и защита рефератов по разделам: 1. Спортивная акробатика в системе физического воспитания. 2. Оборудование мест для проведения соревнований по видам акробатического многоборья 3. Структура тренировочного занятия в видах акробатического многоборья.	5 5 5
7	Зачет (рубежный контроль)	20
8	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям),
завершающимся зачетом**

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование по темам: 1.Биомеханические основы техники акробатических упражнений	15
3	Выступления на семинарских занятиях	

	по темам: 1.Техника упражнений в акробатических прыжках 2.Основы техники упражнений на батуте 3.Основы техники выполнения упражнений на минитрампе 4.Основы техники выполнения упражнений на двойном минитрампе	5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1.Анализ техники акробатических элементов на вольных упражнениях 2.Анализ техники выполнения парных упражнений. 3.Оценка выступления акробаток (женские виды) 4. Оценка выступления акробатов (мужские виды) 5. Выбор направления исследовательской деятельности и формулирование рабочего названия темы	3 3 3 3 3
5	Написание и защита рефератов по разделам: 1.Основы техники акробатических упражнений (мужские виды) 2.Основы техники акробатических упражнений (женские виды)	5 5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	30
7	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное
--	--	---------------------

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 31 балл, 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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование знаний по модулю: «Методика обучения в спортивной акробатике».	10
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1.Методики обучения в сложно-координационных видах акробатического многоборья 2.Программирование процесса обучения акробатов 3.Организация и проведение соревнований по спортивной акробатике	5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1.Анализ построения процесса обучения акробатики	5

	2. Составление обучающих программ по видам акробатического многоборья.	5
	3. Разработка и написание положения о соревнованиях по спортивной акробатике	5
	4. Составление сметы на проведение соревнований по спортивной акробатике.	4
	5. Соблюдение правил техники безопасности при проведении соревнований.	3
	6. Организация медицинского обеспечения во время проведения соревнований по спортивной акробатике.	3
	7. Написание сценариев открытия и закрытия соревнований.	5
5	Написание и защита рефератов по разделам: 1. Правила составления основных документов необходимых для проведения соревнований по спортивной акробатике 2. Соблюдение техники безопасности при проведении соревнований по одному из видов акробатического многоборья. 3. Сценарии открытия и закрытия соревнований	5 5 5
6	Зачет (рубежный контроль)	20
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

	<i>занятия</i>	
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям),
завершающимся зачетом**

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном

*виде спорта ускоренной формы обучения***III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ**

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование знаний по модулю: «Проявления физических качеств в видах акробатики»	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Анализ содержания тренировочного плана подготовки 1-го, 2-го и 3-го годов обучения на начальном этапе подготовки акробатов 2. Обсуждение применения технических средств в подготовке спортсменов занимающихся спортивной акробатикой 4. Методология исследовательской деятельности в спортивной акробатике	10 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Применение разнообразных общеразвивающих и специальных упражнений, их дозировка, сочетание с играми и состязательными формами проведения	5

	2.Изучение элементов техники акробатических упражнений	10
	3.Применение тренажеров в тренировочном процессе акробатов	5
5	Написание и защита рефератов по разделам: 1.Роль технических средств в подготовке спортсменов занимающихся спортивной акробатикой 2.Общая характеристика основных физических качеств 3.Характеристика основных методов исследования, используемых в спортивной акробатике	5 5 5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	30
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 31 балл, 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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта ускоренной формы обучения

IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное
---	------------------------	--------------

		КОЛИЧЕСТВО баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1.Методика обучения в спортивной акробатике	10
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1.Особенности применения методов тренировки акробатов на различных этапах многолетней подготовки. 2.Виды подготовки акробатов 3.Тренировочный этап (начальной специализации) многолетней подготовки акробатов	10 10 10
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Использование основных и дополнительных средств тренировки акробатов 2. Особенности применения методов тренировки на различных этапах многолетней подготовки. 3. Практическое выполнение упражнений специальной физической подготовки в акробатике 4. Подготовка и проведение занятий на тренировочном этапе (начальной специализации).	5 5 5 5
5	Написание и защита рефератов на темы: 1.Средства и методы тренировки спортсменов и особенности применения в различных видах акробатического многоборья. 2.Содержание занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки акробатов.	5 5
6	Сдача зачета (рубежный контроль)	20

Всего:	100
--------	-----

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 41 балл, имея возможность, 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	Не зачтено		Зачтено			

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта ускоренной формы обучения

V. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 6 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование знаний по модулю: «Методика обучения в спортивной акробатике».	10
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Отбор в процессе многолетней подготовки юных акробатов. 2. Виды подготовки акробатов 3. Тренировочный процесс на этапах начальной и углубленной специализации	10 10 10

4	Контроль освоения практических навыков:	
	1.Подготовка и проведение занятий на тренировочном этапе (начальной специализации).	5
	2.Подготовить батарею тестов и контрольные нормативы для одного из этапов отбора спортсменов, занимающихся спортивной акробатикой	5
	3.Разработка план-схемы подготовки тренировочной группы 1-го года обучения	5
	4.Создание презентации к докладу на конференции по материалам ВКР	5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	30
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 31 балл, 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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта, ускоренной формы обучения

IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование знаний по модулям:	

	1.Тренировочные нагрузки в спортивной акробатике	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Основы управления подготовкой спортсменов занимающихся спортивной акробатикой 2. Прогнозирование спортивных результатов и их значение в спортивной акробатике 3. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования. 4. Значение моделирования спортивной деятельности и его особенности в спортивной акробатике.	5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1.Составление примерного годового плана подготовки сборной команды ведомства, страны 2.Прогнозирование спортивного результата в спортивной акробатике 3.Разработка недельных циклов тренировок по спортивной акробатике 5.Проведение тренировочных занятий по видам акробатики в группах спортивного совершенствования	10 5 5 10
5	Написание рефератов на темы: 1.Планирование подготовки в спортивной акробатике. 2.Прогнозирование спортивных результатов в спортивной акробатике и в отдельных её видах. 3.Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства 4.Особенности моделирования в спортивной акробатике	5 5 10 5
6	Сдача зачета (рубежный контроль)	20

Всего:	100
--------	-----

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 41 балл, имея возможность, 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) Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта, ускоренной формы обучения

V. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 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	5
2	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Основы управления подготовкой спортсменов занимающихся спортивной акробатикой 2. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования. 3. Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по спортивной акробатике 4. Формирование общественного мнения о спортивной акробатике через средства массовой информации	5 5 5 5
3	Контроль освоения практических навыков: 1. Составление примерного годового плана подготовки сборной команды ведомства, страны	5

	2.Разработка недельных циклов тренировок по спортивной акробатике	5
	3.Проведение тренировочных занятий по видам многоборья в группах спортивного совершенствования	5
	4.Анализ результатов по видам акробатического многоборья на чемпионатах мира.	5
	5.Анализ рынка печатных изданий на спортивную тематику.	5
	6.Составление краткой характеристики исследовательской работы	5
4	Написание рефератов на темы: 1.Планирование подготовки в спортивной акробатике. 2.Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по акробатике. 3.Создание имиджа спортивной акробатики.	5 5 5
5	Сдача экзамена (рубежный контроль)	30
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 31 балл, 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 гимнастики

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

«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика)»

Направление подготовки/специальность: Физическая культура
Направленность (профиль): Спортивная подготовка в избранном виде спорта
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная/заочная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 47 зачетных единиц.

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

2. Цель освоения дисциплины (модуля): освоить учебно-практический материал, необходимый для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), училищах олимпийского резерва (УОР), и средних специальных учебных заведениях, владеющих теоретическими знаниями научных достижений в нашей стране и за рубежом и умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика)»	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Контроль	Формы текущего контроля успеваемости (<i>по неделям семестра</i>); форма промежуточной аттестации (<i>по семестрам</i>)
		Л	П	СРС			
	Всего за I курс: 522 часа (15 зачетных единиц)	36	144	333	9	Зачет/экзамен	
	Всего за II курс: 306 часов (9 зачетных единиц)	32	144	121	9	Зачет/экзамен	
	Всего за III курс: 414 часов (12 зачетных единиц)	36	116	253	9	Экзамен	
	Всего за IV курс: 450 часа (13 зачетных единиц)	36	120	285	9	Экзамен	
	Всего за курс: 1368 часов (40 зачетных единиц)	140	664	992	36		

Ускоренная форма обучения

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика)»	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Контроль	Формы текущего контроля успеваемости (<i>по неделям семестра</i>); форма промежуточной аттестации (<i>по семестрам</i>)
		Л	П	СРС			
	Всего за I курс: 486 часов (14 зачетных единиц)	6	24	447	9	Зачет/Экзамен	
	Всего за II курс: 486 часа (14 зачетных единиц)	6	20	451	9	Зачет/Экзамен	
	Всего за III курс: 252 часа (7 зачетных единиц)	8	20	251	9	Зачет/Экзамен	
	Всего за IV курс: 432 часа (12 зачетных единиц)	8	20	395	9	Экзамен	

Всего за курс: 1692 часа (40 зачетных единиц)	28	84	1544	36	
--	-----------	-----------	-------------	-----------	--

1 курс

1. Введение в дисциплину «Теория и методика спортивной акробатики»
2. Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в спортивной акробатике
3. Терминология в спортивной акробатике
4. Тренировочное занятие в спортивной акробатике
5. Оздоровительная направленность акробатики
6. Основы техники парных упражнений
7. Основы техники групповых упражнений
8. Основы техники упражнений на батуте
9. Основы техники акробатических упражнений
10. Основы техники упражнений на минитрамплине
11. Задачи и организация НИР и УИРС по спортивной акробатике

2 курс

1. Методика обучения элементам в женских видах акробатики
2. Методика обучения элементам в мужских видах акробатики
3. Программирование процесса обучения акробатов
4. Организация и проведение соревнований
5. Тренировочный процесс в группах начальной подготовки
6. Применение технических средств в тренировке акробатов
7. Характеристика проявлений двигательных и психических качеств в спортивной акробатике
8. Методики исследования в спортивной акробатике
9. Методика обучения элементам в женских видах акробатики.

3 курс

1. Музыкальное сопровождение занятий

2. Средства и методы спортивной тренировки в спортивной акробатике
3. Виды подготовки акробатов
4. Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки акробатов
5. Объективные условия спортивной деятельности в спортивной акробатике
6. Отбор в процессе многолетней подготовки юных акробатов
7. Тренировочный этап (углубленная специализация) многолетней подготовки акробатов
8. Подготовка выпускной квалификационной работы

4 курс

1. Управление подготовкой акробатов
2. Прогнозирование спортивных результатов акробатов
3. Тренировочный процесс на этапе совершенствования спортивного мастерства
4. Моделирование спортивной деятельности акробата
5. Профессионально-педагогическая деятельность тренера по спортивной акробатике
6. Рекреация акробатов
7. Агитация и пропаганда
8. Фармакология в спортивной акробатике
9. Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы

Заочная форма обучения

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (спортивная акробатика)»	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма аттестации (по семестрам)
		6	26	283	9	
Всего за I курс: 324 часа (9 зачетных единиц)		6	26	283	9	Зачет/экзамен
Всего за II курс: 360 часов (10 зачетных единиц)		6	32	313	9	Зачет/экзамен

Всего за III курс: 288 часов (8 зачетных единиц)	6	30	243	9	Зачет/экзамен
Всего за V курс: 360 часов (10 зачетных единиц)	6	30	315	9	Экзамен
Всего за V курс: 360 часов (10 зачетных единиц)	8	38	305	9	Экзамен
Всего за курс: 1368 часов (40 зачетных единиц)	32	156	1459	45	

1 курс

1. Введение в дисциплину «Теория и методика спортивной акробатики».
2. Терминология в спортивной акробатике.
3. Оздоровительная направленность акробатики.
4. Основы техники парных упражнений.
5. Основы техники групповых упражнений.
6. Основы техники упражнений на батуте.
7. Основы техники акробатических упражнений.
8. Основы техники упражнений на минитрампе.
9. Основы техники на двойном минитрампе.
10. Основы техники акробатических прыжков.

2 курс

1. Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в спортивной акробатике.
2. Тренировочное занятие в спортивной акробатике
3. Методика обучения элементам женских видов акробатики.
4. Методика обучения элементам мужских видов акробатики.
5. Программирование процесса обучения акробатов.
6. Задачи и организация НИР и УИРС по спортивной акробатике.
7. Методики исследования в спортивной акробатике.
8. Организация и проведение соревнований.

3 курс

1. Применение технических средств в тренировке акробатов.
2. Прогнозирование спортивных результатов акробатов

3. Средства и методы спортивной тренировки в спортивной акробатике.
4. Виды подготовки акробатов.
5. Тренировочный процесс в группах начальной подготовки.
6. Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки акробатов.
7. Подготовка курсовой работы.

4 курс

1. Объективные условия спортивной деятельности в спортивной акробатике.
2. Характеристика проявлений двигательных и психических качеств в спортивной акробатике.
3. Отбор в процессе многолетней подготовки юных акробатов.
4. Тренировочный этап (углубленная специализация) многолетней подготовки акробатов.
5. Тренировочный процесс на этапе совершенствования спортивного мастерства.
6. Подготовка выпускной квалификационной работы

5 курс

1. Управление подготовкой акробатов.
2. Моделирование спортивной деятельности акробата.
3. Профессионально-педагогическая деятельность тренера по спортивной акробатике.
4. Апробация выпускной квалификационной работы.
5. Рекреация акробатов.
5. Агитация и пропаганда
Фармакология в спортивной акробатике.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



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

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта
(армспорт)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 9 от «27» апреля 2017 г.

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

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

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

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

Составители:

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

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика армспортом» является – обеспечить освоение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (СШ), , и средних специальных учебных заведениях, владеющих теоретическими знаниями научных достижений в нашей стране и за рубежом и умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

Учебная дисциплина «Теория и методика армспорта» относится к профессиональному циклу базовой части основной образовательной программы (ООП) бакалавриата. Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра обусловлено необходимостью формирования у выпускников современных взглядов при решении сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в области армспорта.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как спортивно-педагогическое совершенствование, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология. Интернет - технологии в спорте, безопасность жизнедеятельности, восстановление в спорте, врачебный контроль, аналогичные видам армспорта виды спорта и др.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-3	<i>Знать:</i> - основы теории и методики физической культуры и спорта; - принципы и методы обучения; - медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся; - требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта.			6 8 9
	<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			
	<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.			
ОПК-6	<i>Знать:</i> - состав средств и методов избранного вида спорта при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста.			2 10
	<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.			
	<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.			
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 5
	<i>Уметь:</i> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.			
	<i>Владеть:</i> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.			
ОПК-11	<i>Знать:</i> - основы научно-методической деятельности; - апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности различных			4 6

	<p><i>сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>методы научного анализа и обработки результатов исследований;</i> - <i>методы формулирования и представления обобщений и выводов.</i> 			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта</i> - <i>применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта;</i> - <i>интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности;</i> - <i>применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы.</i> 			4 8 10
	<p><i>Владеть: методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.</i></p>			
ПК-8	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки;</i> - <i>медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в избранном виде спорта;</i> - <i>санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта.</i> 			1
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>использовать на занятиях избранным видом спорта знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки;</i> - <i>соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности.</i> 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>умениями осуществлять тренерскую деятельность в избранном виде спорта с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки;</i> - <i>современными технологиями тренировки в избранном виде спорта;</i> - <i>умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности.</i> 			
ПК-9	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям избранным видом спорта;</i> 			6 7 8

	<i>- методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.</i>			
	<i>Уметь: использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям избранным видом спорта и воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции.</i>			
	<i>Владеть:</i> <i>- умением формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта;</i> <i>- методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.</i>			
ПК-10	<i>Знать:</i> <i>- теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки;</i> <i>- методики отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта;</i> <i>- современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.</i>			6
	<i>Уметь:</i> <i>- эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе;</i> <i>- определять предрасположенность к занятиям определенными видами спорта;</i> <i>- анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка;</i> <i>- использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.</i>			
	<i>Владеть: умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.</i>			
ПК-11	<i>Знать:</i> <i>- федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта, примерные программы подготовки по виду спорта;</i> <i>- закономерности становления спортивного мастерства и формирования адаптационных процессов в ведущих функциональных системах;</i> <i>- содержание тренировочного процесса на этапах детско-юношеского и массового спорта;</i> <i>- медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку на этапах детско-юношеского и массового спорта;</i> <i>- методы планирования тренировочного процесса.</i>			3
	<i>Уметь:</i>			6

	<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). 			7
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта; - информационными и компьютерными технологиями при разработке документов планирования; - навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности. 			
ПК-13	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - виды и методы педагогического контроля и учета его результатов; - содержание и организацию педагогического контроля в избранном виде спорта; - актуальные технологии управления состоянием спортсмена. 			9
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; - пользоваться профессиональным инструментарием для сбора информации; - фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; - находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся. 			
	<p><i>Владеть:</i> способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.</p>			
ПК-14	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта. 			7
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности. 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико- 			

	<p><i>тактическими действиями, средствами выразительности;</i></p> <p><i>- способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.</i></p>			
ПК-15	<p><i>Знать:</i></p> <p><i>- средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности;</i></p> <p><i>- эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.</i></p>			9
	<p><i>Уметь:</i></p> <p><i>- осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности;</i></p> <p><i>- сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.</i></p>			
	<p><i>Владеть:</i></p> <p><i>- навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;</i></p> <p><i>- средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности. - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия;</i></p> <p><i>- организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия.</i></p>			
ПК-26	<p><i>Знать:</i></p> <p><i>- технологию составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем;</i></p> <p><i>- функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки;</i></p> <p><i>- методы составления финансовых документов.</i></p>			1 6
	<p><i>Уметь:</i></p> <p><i>- составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивный экипировки, инвентарь, оборудования;</i></p> <p><i>- осуществлять качественный уход за применяемыми в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем;</i></p> <p><i>- выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги;</i></p> <p><i>- работать с нормативными документами, относящимися к профессиональной деятельности.</i></p>			
	<p><i>Владеть:</i></p> <p><i>- навыками безопасной и эффективной работы и качественного ухода за оборудованием и инвентарем.</i></p> <p><i>- навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки.</i></p>			
ПК-28	<p><i>Знать:</i></p> <p><i>- основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта;</i></p> <p><i>- принципы организации и проведения научно-</i></p>			4

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

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, экзамены – 45 часов, аудиторных занятий – 188 часов, самостоятельная работа студентов – 1459 часов.

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

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта ()»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Контроль	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра); форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
I курс	Всего:197 часа (5,5 зачетных единиц)	1	2	12	184		Зачет	
1.1	Модуль 1 (1,5 зачетных единиц – 54 часа) Введение в дисциплину «Теория и методика »		2	2	50		Семинар	

1.2	Модуль 2 (2 зачетных единицы- 72 часа) «Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в армспорте»			6	66		Семинар
1.3	Модуль 3 (2 зачетных единицы – 72 часа) «Классификация, систематика и терминология в армспорте»			4	68		Фронтальный письменный Семинар
I курс	Всего:127 часов (3,5 зачетных единиц)	2	4	14	99	9	Экзамен
1.4	Модуль 4 (1 зачетная единица –36 часов) «Тренировочное занятие по армспорту»		2	4	30		Фронтальный письменный Семинар
1.5	Модуль 5 (1,5 зачетных единиц – 55 часов) «Оздоровительная направленность »		2	10	42		Семинар
1.6	Модуль 6 (1 зачетная единица – 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов первого курса»				27	9	Экзамен
Всего за I курс: 324 часа (9 зачетных единиц)			6	26	283	9	
II курс	Всего:162 часов (4,5 зачетных единиц)	3	4	16	142		Зачет
2.1	Модуль 7 (2,5 зачетных единицы – 90 часов) «Основы техники »		2	10	78		Семинар
2.2	Модуль 8 (2 зачетных единицы– 72 часа) «Основы тактики »		2	6	64		Семинар
II курс	Всего:198 часов (5,25 зачетных единиц)	4	2	16	171	9	Экзамен
2.3	Модуль 9 (2 зачетных единицы – 72 часа) «Рекреация в армспорте»			8	64		Семинар

2.4	Модуль 10 (2,5 зачетных единиц – 90 часов) «Задачи и организация НИР и УИРС по армспорту»		2	8	80		Фронтальный устный
2.5	Модуль 11 (1 зачетная единица – 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов первого курса»				27	9	Экзамен
Всего за II курс: 360 часов (10 зачетных единиц)			6	32	313	9	
III курс	Всего:162 час (4,5 зачетных единиц)	5	2	16	144		Зачет
3.1	Модуль 12 (1 зачетная единица – 36 часа) «Методика обучения в армспорте»			4	32		Семинар
3.2	Модуль 13 (1,5 зачетных единиц – 54 часа) «Методика обучения тактике в армспорте»			4	50		Семинар
3.3	Модуль 14 (1 зачетная единица – 36 часов) «Программирование процесса обучения борцов»		2	4	30		Фронтальный письменный
3.4	Модуль 15 (1 зачетная единица - 36 часов) «Организация и проведение соревнований»			4	32		Фронтальный устный
III курс	Всего:126 часов (3,5 зачетных единиц)	6	4	14	99	9	Экзамен
3.5	Модуль 16 (0,5 зачетная единица - 18 часов) «Тренировочный процесс в группах начальной подготовки»		2	4	12		Фронтальный практический
3.6	Модуль 17 (0,5 зачетных единицы - 18 часов) «Применение технических средств в тренировке борцов»		2	2	14		Выборочный устный

3.7	Модуль 18 (0,5 зачетных единиц- 18 часов) «Характеристика проявлений двигательных и психических качеств в армспорте»			4	14		Семинар
3.8	Модуль 19 (1 зачетная единица - 36 часов) «Методики исследования в армспорте»			4	32		Индивидуальный письменный
3.9	Модуль 20 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов второго курса»				27	9	Экзамен
Всего за III курс: 288 часов (8 зачетных единиц)			6	30	243	9	
IV курс	Всего:171 часа (5 зачетных единиц)	7	2	14	164		Зачет
4.1	Модуль 21 (1 зачетная единица - 36 часа) «Спортивная тактика в армспорте»			4	32		Устный выборочный
4.2	Модуль 22 (2 зачетных единицы – 72 часа) «Средства и методы спортивной тренировки в армспорте»		2	2	68		Семинар
4.3	Модуль 23 (1 зачетная единица – 36 часов) «Виды подготовки борцов»			4	32		Семинар
4.4	Модуль 24 (1 зачетная единица – 36 часа) «Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки борцов»			4	32		Фронтальный практический
IV курс	Всего:180 часов (5 зачетных единиц)	8	4	16	151	9	Экзамен, курсовая работа
4.5	Модуль 25 (1 зачетная единица – 36 часов)			4	32		Семинар

	«Объективные условия спортивной деятельности в армспорте»						
4.6	Модуль 26 (1 зачетная единица - 36 часов) «Отбор в процессе многолетней подготовки борцов»		2	4	30		Семинар
4.7	Модуль 27 (1 зачетная единица - 36 часов) «Тренировочной этап (углубленная специализация) многолетней подготовки борцов»		2	4	30		Фронтальный практический
4.8	Модуль 28 (1 зачетные единицы – 36 часов) «Подготовка выпускной квалификационной работы»			4	32		Фронтальный письменный
4.9	Модуль 29 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов третьего курса»				27	9	Экзамен
Всего за IV курс: 360 часов (10 зачетных единиц)			6	30	315	9	
Вкурс	Всего:180 часа (4,5 зачетных единиц)	9	4	18	158		Зачет
5.1	Модуль 30 (1 зачетная единица – 36 часов) «Управление подготовкой борцов»		2	2	32		Семинар
5.2	Модуль 31 (1 зачетная единица– 36 часа) «Прогнозирование спортивных результатов борцов»			4	32		Выборочный письменный
5.3	Модуль 32 (2 зачетных единицы – 72 часа) «Тренировочный процесс на этапе совершенствования спортивного мастерства»		2	8	62		Фронтальный практический
5.4	Модуль 33			4	32		Фронтальный

	(1 зачетная единица – 36 часов) «Моделирование спортивной деятельности борца»						письменный
V курс	Всего:180 часов (5,5 зачетных единиц)	10	4	20	147	9	Экзамен
5.5	Модуль 34 (0,5 зачетных единицы - 18 часов) «Профессионально-педагогическая деятельность тренера по армспорту»		2	4	12		Семинар
5.6	Модуль 35 (1 зачетная единица – 36 часов) «Рекреация борцов»		2	4	30		Семинар
5.7	Модуль 36 (0,5 зачетных единиц– 18 часов) «Агитация и пропаганда»			4	14		Фронтальный письменный
5.8	Модуль 37 (1 зачетная единица – 36 часов) «Фармакология в армспорте»			4	32		Выборочный письменный
5.9	Модуль 38 (1 зачетная единица - 36 часов) «Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы»			4	32		Фронтальный устный
5.10	Модуль 39 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»				27	9	Экзамен
Всего за V курс: 360 часов (10 зачетных единиц)			8	38	305	9	
Всего за курс: 1692 часа			32	156	1459	45	

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

ПРОГРАММНЫЙ МАТЕРИАЛ

1 КУРС, ПЕРВЫЙ СЕМЕСТР

1. **Модуль 1 (1,5 кредит – 53 часа). Введение в дисциплину «Теория и методика армспорта» Лекции – 2 часа, практические занятия – 2 часа, самостоятельная работа студентов – 49 часов.**

1.1. Содержание курса «Теория и методика армспорта».

Практические занятия

Разбор основных разделов программы обучения.

Знакомство со спортивной базой университета, на которой будет проходить обучение студентов.

Ознакомление с техническими средствами используемыми студентами в процессе обучения.

Анализ методической базы специализации и видов спорта, родственных армспорту.

Самостоятельная работа студентов

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

1.2. армспорт в системе физического воспитания.

Самостоятельная работа

Анализ регламентов соревнований по армспорту, особенностей соревновательных упражнений.

Определение основных качеств необходимых для успешного выступления спортсмену в соревнованиях.

Основные показатели физического развития и функционального состояния борцов.

Выявить уровень результатов выступления в армспорте у сильнейших борцов России и мира, а также динамику его изменения.

Получение данных о возрасте участников финалов Чемпионатов России и мира, как показателя спортивного долголетия спортсменов занимающихся армспортом.

1.3. Перспективы формирования армспорта как олимпийского вида.

Лекция

Возникновение и этапы развития армспорта как вида спорта. .

Борьба в дореволюционной России. Профессиональная любительская борьба. Всероссийские любительские чемпионаты, их победители. Российские борцы-любители на международных чемпионатах .

Значение и место армспорта в системе физического воспитания. Прикладное и воспитательное значение армспорта. Деятельность Международной и Российской федераций по развитию армспорта. Многолетняя подготовка высококвалифицированных борцов. Система подготовки профессиональных тренерских кадров по армспорту.

Перспективы дальнейшего развития армспорта.

Самостоятельная работа

1. Армспорт как вид состязаний с древних времен. Дебют советских борцов, первые успехи на международных спортивных соревнованиях и достижения на мировой спортивной арене..

2. Этапы развития армспорта в СССР. Выступления Российских борцов на мировой арене в постсоветский период. Состояние развития армспорта на современном этапе развития российского государства и общества в целом.

3. Создать рейтинговый список по количеству побед на чемпионатах мира десятки выдающихся борцов России и мира.

4. Составить хронологию основных изменения правил соревнований по армспорту.

5. Определить трех тренеров, спортсмены которых наибольшее количество раз побеждали на чемпионатах Мира и Европы.

2. Модуль 2 (2 кредита – 72 часа) Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в армспорте. Практические занятия –6 часов, самостоятельная работа студентов – 66 часов.

2.1 Травматизм и безопасность на занятиях армспортом.

Практические занятия

Значение разминочных упражнений в практике предупреждения травматизма в армспорте .

Разминка в учебных, учебно-тренировочных, тренировочных и соревновательных условиях в зависимости от уровня подготовленности занимающихся. -

Специфическое значение разминки при изучении отдельных приемов и при решении конкретных тактико-технических задач в условиях спортивного поединка.

Специальные задания для овладения навыками разминочных упражнений

Самостоятельная работа студентов

Изучение приемов атаки и защиты. Отработка практических навыков на различных этапах обучения.

Объяснение, показ и обучение специальным упражнениям для укрепления мышечно-связочного аппарата.

2.2. Специальные упражнения борца.

Практические занятия

Значение специальных упражнений в начальном обучении техники армспорта. Специальные упражнения (СУБ) - это физические упражнения специфичные для борцов по армспорту.

1. Упр. с партнером
2. Упр. С тренажером
3. Упр. С Гирями

Биомеханический анализ техники с позиций предупреждения травматизма. Специальные упражнения для укрепления мышечно-связочного аппарата борца.

Самостоятельная работа студентов

. Биомеханический анализ технических действий. Критерии качества их выполнения. Взаимосвязь технических действий с физическими качествами. Расположение ног в поединке и их работа .Распределение технических действий по уровням и группам классификации.

Упражнения с сопротивлением. Перетягивание палки, в положении сидя, стоя; перетягивание каната, перетягивание и выталкивание партнера.

Упражнения в падениях. Падение вперед из положения стоя на коленях (на руки, прогнувшись), падения вперед на руки из положения стоя, падения назад с поворотом грудью к коврику, падения на спину - самостраховка.

Подготовительные упражнения к выполнению основных движений атакующего, при выполнении приемов, на месте и в движении.

Упражнения с соперником ;, удержание , атакующие , защитные действия др.

3. Модуль 3 (2 кредита – 72 часа) Классификация, систематика и терминология в армспорте. Практические занятия –4 часа, самостоятельная работа студентов – 68 часов.

3.1. Классификация, систематика и терминология в армспорте.

Самостоятельная работа студентов

Многоуровневая классификационная схема техники армспорта.

Терминология техники армспорта и ее разновидности.

Порядок образования полных названий приемов техники армспорта.

Подклассы приемов техники, относящихся армспорта.

Иерархическое построение классификации техники армспорта и ее методическое значение.

Субординация как свойство классификационной схемы техники армспорта.

Соподчинение объектов классифицирования техники и способ решения спорных случаев в практике соревнований по армспорту.

Гибкость классификационной схемы техники армспорта - один из признаков ее правильности и долгодетия.

Перерисовать схему классификации техники армспорта и проанализировать ее.

Разработать правила образования названий технических действий в армспорте.

Выписать основные термины, характеризующие соревновательную деятельность борцов по армспорту.

3.2. Специальные термины, востребованные в обучении и тренировке спортсменов в армспорте.

Практические занятия

Выделение основных терминов наиболее используемых при обучении борцов. Назначение формализованных терминов и их преимущество перед сленговыми выражениями. Освоение терминов как многоэтапный процесс подготовки борцов. Наиболее востребованные и значимые среди составов терминов понятия, позволяющие специализировать информацию к специфической деятельности в армспорте.

Самостоятельная работа студентов

Изучение терминологии используемой тренером на занятиях по армспорту.

1. Просмотр терминологических справочников включающих разделы обучения двигательной деятельности.

2. Научиться формулировать основные термины, используемые на тренировках по армспорту.

3.3. Судейская терминология.

Практические занятия

1. Термины, используемые для характеристики соревновательного пространства армспорта.

2. Составы терминов, относящиеся к технологии регистрации и обработки результатов, показанных спортсменами.

Самостоятельная работа студентов - 6 часов

1. Ознакомление с основными судейскими терминами, используемыми при судействе соревнований по армспорту. – 2 часа.

2. Привести примеры использования терминов судьями предложенных преподавателем – 2 часа.

3. Просмотр соревнований по армспорту с целью выявления частоты применения основных судейских терминов – 2 часа.

1 КУРС, ВТОРОЙ СЕМЕСТР

4. Модуль 4 (1 кредит – 36 часов) Тренировочное занятие по армспорту. Лекция – 2 часа, практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа студентов – 30 часов.

4.1. Структура учебно-тренировочного занятия в армспорте.

Лекция

Основные элементы содержания занятий по армспорту. Проектируемое и реально сложившееся содержание занятий. Особенности воздействия на функциональные структуры организма спортсмена занятий по армспорту и отражение данного воздействия на структуру учебно-тренировочного занятия.

Специфика содержания подготовительной, основной и заключительной частей учебно-тренировочных занятий по армспорту.

Последовательность действий тренера и спортсмена при решении основных задач поставленных на учебно-тренировочном занятии. Конкретизация методов и методических приемов, отражающих условия проведения занятий по армспорту.

Определение наиболее эффективной формы организации занятия.

Самостоятельная работа студентов

Изучение особенностей функциональных сдвигов в организме спортсменов, занимающихся армспортом.

4.2. Задачи и содержание частей занятия по армспорту.

Практические занятия

1. Постановка образовательных, оздоровительных и воспитательных задач при подготовке к учебно-тренировочным занятиям по армспорту. Ознакомление с формой написания конспектов. Изучение примерных конспектов занятий по армспорту.

2. Написание конспектов подготовительной, заключительной частей занятий по армспорту.

Самостоятельная работа студентов

1. Изучение конспектов учебно-тренировочных занятий по армспорту у личных тренеров – 2 часа.

2. Написание собственных конспектов занятий по армспорту – 2 часа.

4.3. Организация и методика проведения частей занятий по армспорту.

Практические занятия

Проведение подготовительных частей учебно-тренировочных занятий по армспорту

Самостоятельная работа студентов

Подготовка план-конспекта заключительной части урока.
Проведение заключительных частей занятий по армспорту.

4.4. Обеспечение безопасности при обучении армспорту.

Самостоятельная работа студентов

Подробный анализ инструкций безопасности на занятиях по армспорту на ковре.

Изучение правил безопасного при занятиях со спортивными снарядами.

Доклад с презентацией по технике безопасности на занятиях по армспорту .

Сбор материала к докладу и подготовка презентации по технике безопасности на занятиях со спортивными снарядами.

4.5. Гигиенические нормы для специализированных помещений, в которых проводятся занятия по армспорту.

Самостоятельная работа студентов

Анализ санитарно-гигиенических требований для помещений при занятиях армспортом.

Описание гигиенических требований к тренировочному залу.

5. Модуль 5 (1,5 кредита – 43 часа) Оздоровительная направленность армспорта. Лекция – 2 часа, практические занятия – 10 часов, самостоятельная работа студентов – 43 часа

5.1. Разностороннее развитие личности средствами армспорта.

Лекция

Воспитание трудолюбия. Правильное сочетание работы или учебы с занятиями по армспорту. Планирование рабочего дня, соблюдение режима тренировок и отдыха. Самодисциплина, настойчивость, привычка ценить и рационально использовать время.

Значение волевых качеств в достижении высоких результатов в соревновательной деятельности. Способность противостоять первым неудачам и компенсировать их успешным выступлением в оставшихся поединках.

Способность переносить большие нагрузки, имеющие разнонаправленное воздействие.

Разносторонние физические и психические нагрузки в процессе тренировок и выступления на соревнованиях. Высокие показатели функциональных возможностей основных систем организма. Длительное сохранение высокой работоспособности.

Результаты врачебных и педагогических наблюдений за воздействиями занятий армспортом на организм спортсменов.

Практические занятия

1. Составить план тренировок и занятий в университете на дневной и недельный цикл. Обсуждение соревновательных ситуаций формирующих личностные качества борца.

2. Описать стороны тренировочного процесса способствующие развитию личностных качеств борца.

3. Особенности формирования личностных качеств на тренировках по армспорту.

Самостоятельная работа студентов

1. Расписать режим дня борцов.

2. Написать возможные варианты отдыха между тренировками и учебой в университете.

5.2. Оздоровительный эффект от любительских занятий армспортом.

Практические занятия

1. Изучение факторов влияющих на разностороннее развитие организма борца. Ознакомление с показателями физического развития и функционального состояния борца.

2. Тестирование психических функций группы занимающихся армспортом. Сравнение данных показателей с представителями других видов спорта. Тестирование двигательных качеств группы занимающихся армспортом. Сравнение данных с представителями других видов спорта.

Самостоятельная работа студентов.

1. Обработка результатов тестирования психических функций группы.

2. Обработка результатов тестирования двигательных качеств группы.

5.3. Создание оздоровительных центров на базе спортивных клубов по армспорту.

Самостоятельная работа студентов

Описание оздоровительного воздействия армспорта. Комплексный эффект армспорта на оздоровление организма занимающихся. Разработка основных принципов оздоровительного подхода при занятиях армспортом.

Обсуждение примерных конспектов занятий армспортом оздоровительной направленности.

Составление примерных конспектов занятий армспортом оздоровительной направленности.

6. Модуль 6 (1 кредит – 36 часов) Семестровый экзамен для студентов первого курса. Самостоятельная работа студентов – 27 часов, экзамен – 9 часов.

6.1. Повторение первого курса обучения.

Самостоятельная работа студентов

Повторение разделов модульного обучения за первый курс:

1. Армспорт в системе физического воспитания.
2. Перспективы формирования армспорта как олимпийского вида спорта.
3. Травматизм и безопасность на занятиях армспортом.
4. Терминология соревновательных упражнений в армспорте.
5. Структура учебно-тренировочного занятия в армспорте.
6. Разностороннее развитие личности средствами армспорта.
7. Оздоровительный эффект от любительских занятий армспортом.

16.2. Сдача экзамена

Подготовка помещения для экзамена. Жеребьевка билетов. Подготовка по вопросам доставшегося билета. Ответ экзаменатору. Оценка ответа экзаменатором.

2 КУРС, ТРЕТИЙ СЕМЕСТР

7. Модуль 7 (2,5 кредита – 89 часов) Основы техники армспорта. Лекция – 2 часа, практические занятия – 10 часов, самостоятельная работа студентов – 77 часов.

Лекция

Определение понятий "техника" армспорта. Общая характеристика техники и ее значение для становления мастерства борца.

Техника как идеальная модель соревновательной деятельности. Удельный вес техники в ряду других сторон спортивного мастерства и их

взаимосвязь. Технический арсенал борца и закономерности их формирования.

Биомеханический анализ техники: площадь опоры, опорные поверхности, ОЦМ, угол устойчивости. Внешние и внутренние силы и их роль, при выполнении технических действий (действие пары сил, рычага, плеча рычага силы). Качественные и количественные параметры выполнения действий борца. (Увязать с программой биомеханики или смотреть по курсам).

Практические занятия

1. Просмотр демонстрационных материалов по технике проведения технических действий по армспорту в учебно-тренировочных и соревновательных поединках.
2. Практический разбор техники армспорта и подготовительных действий для выполнения движений в правосторонней в стойке.
3. Практический разбор техники армспорта выполняемой на соревнованиях.
4. Особенности проведения технических действий борцами различного телосложения и весовых категорий, возраста.
5. Биомеханический анализ техники из различных классификационных групп приемов..

Самостоятельная работа студентов

Овладение техническими действиями в правосторонней стойке и левосторонней стойке

- Атака верхом.
- Атака пронацией
- Атака толчком
- Атака прямой рукой
- Атака с натяжением

Совершенствование техники армспорта в различных условиях:

- без сопротивления;
- с сопротивлением;
- с более тяжелым противником;
- с высоким противником;
- со скользким (потным) противником и т.п.

- 8. Модуль 8 (2,25 кредита – 81 час) Основы тактики армспорта. Лекция – 2 часа, практические занятия – 6 часов, самостоятельная работа студентов – 73 часа.**

Лекция

Определение основных понятий: стратегия и тактика. Разделы стратегии и тактики: стратегия многолетней спортивной деятельности, стратегия участия в соревнованиях, стратегия поведения борца в поединке, тактика участия в соревнованиях, тактика ведения схватки, тактика проведения атакующих действий.

Стратегии ведения поединка - атакующей, контратакующей, защитной. Осуществление стратегического взаимодействия, выбор стратегии поведения, изменение стратегии поведения соперника, стратегические действия. Выбор тактических и технических действий в зависимости от поведения соперника, осуществление тактического взаимодействия. Осуществление технического воздействия (предметное преобразование) и достижение спортивного результата (стадия разрешения конфликта схватки).

Значение тактики в подготовке борцов и ее взаимосвязь с техникой, физической, психологической и теоретической подготовкой спортсменов.

Приемы психологического воздействия на соперника и маскировка своих намерений.

Составление тактического плана поединка. Общий тактический замысел: постановка цели и определение тактических задач, разведка, оценка ситуации, распределение сил по ходу поединка, планирование основных и дополнительных технических и тактических действий, реализация замыслов. Тактические планы проведения поединков с известным и неизвестным соперником. Тактические закономерности ведения схватки и тактики проведения приемов. Оценка эффективности тактики.

Особенности тактики участия в различных соревнованиях (чемпионатах, турнирах, матчевых, отборочных и классификационных).

Анализ тактики ведущих спортсменов России и Мира и пути дальнейшего совершенствования тактики армспорта. Примеры применения тактики лучшими мастерами армспорта для достижения победы.

Взаимосвязь тактики и спортивной этики. Требования к соблюдению этических норм в соревновательной обстановке.

Практические занятия

1. Анализ содержания и структуры разделов тактики армспорта (тактика проведения приемов, тактика ведения схваток, тактика участия в соревнованиях).

2. Благоприятные условия для выполнения технических действий, способы их подготовки при защитных действиях противника, при атакующих действиях, при утомлении противника.

3. Тактический план схватки. Элементы, необходимые для составления и реализации тактического плана схватки. Тактический план схватки с неизвестным противником.

4. Анализ тактики ведущих борцов по армспорту (на конкретных примерах).

Самостоятельная работа студентов

Овладение тактическими действиями в правосторонней стойке .

Совершенствование тактики армспорта в различных условиях.

Тактические приёмы: разведка, угроза, сковывание, атака, повторная атака, обман, двойной обман, вызов и др.

Элементы тактики: цель, разведка, оценка ситуации, планирование основных, дополнительных (запасных) вариантов действий, реализация замыслов.

Тактические действия, необходимые для проведения атаки или защиты:

1. Тактика взятия захвата.
2. Тактический маневр.
3. Тактическая подготовка.
4. Вход в ситуацию начала атаки (атакующего движения).

2 КУРС, ЧЕТВЕРТЫЙ СЕМЕСТР

**9. Модуль 9 (2 кредита – 72 часа) Рекреация в армспорте.
Практические занятия – 8 часов, самостоятельная работа студентов – 64 часа.**

Практические занятия

Применение средств и методов восстановления спортивной работоспособности как ведущий фактор оптимизации подготовки спортсменов.

Применение средств восстановления в соответствии с особенностями тренировочных нагрузок (направленность, объем, интенсивность, продолжительность, нервно-эмоциональная напряженность и др.), состояния спортсмена (пол, возраст, уровень тренированности, индивидуальные особенности и пр.), экологическими факторами окружающей среды.

Использование средств восстановления в период соревнований для направленного воздействия на восстановительные процессы как до соревнований, во время участия в них и после их окончания.

Активное воздействие на темпы восстановления непосредственно в различных формах учебно-тренировочного процесса для повышения уровня функциональных возможностей спортсменов, развития двигательных качеств и совершенствования технико-тактического мастерства. – 4 часов.

Оперативное восстановление функционального состояния спортсменов.

Текущее восстановление.

Педагогические, гигиенические, медико-биологические и психологические средства.

Основные положения применения восстановительных средств в армспорте.

Самостоятельная работа студентов

Определить основные средства и методы восстановления работоспособности.

Разобрать применение средств восстановления в зависимости от особенностей тренировочных нагрузок.

Выявить влияние на темпы восстановления различных средств.

10. Модуль 10 (2,25 кредита – 82 часа) Задачи и организация НИР и УИРС по армспорту». Лекция – 2 часа, практические занятия – 8 часов, самостоятельная работа студентов – 72 часа.

10.1. Проблемы совершенствования теории и методики в армспорте.

Лекция

Значение УИРС в подготовке специалистов по армспорту в ИФК. Задачи и содержание УИРС: изучение и анализ научно-методической литературы, постановка задач исследований, овладение современными методами проведения научных исследований в области теории и методики спорта и своей специализации, овладение знаниями и умениями обработки данных исследований, формулирование выводов и практических рекомендаций.

Практические занятия

Ознакомление с современными направлениями исследовательской деятельности в армспорте и видах спорта родственных армспорте.

Самостоятельная работа студентов

Работа с электронными каталогами библиотеки университета. Поиск работ по направлениям интересующих студентов. Составить список работ.

10.2. Общая схема организации исследований.

Практические занятия

Ознакомление с современными направлениями исследовательской деятельности в армспорте и других видах единоборств.

Выбор направления исследовательской деятельности и формулирование рабочего названия темы. Написание актуальности исследовательской деятельности.

Разработка рабочей гипотезы. Принципы поиска списка литературы для теоретического анализа состояния проблемы.

Составление индивидуального и рабочего планов исследовательской деятельности.

Самостоятельная работа студентов

Изучение индивидуального и рабочего планов исследовательской деятельности.

10.3. Анализ используемой методики по избранной проблеме.

Практические занятия – 12 часов

Изучение существующих исследований по направлению выбранной темы.

Описание практической значимости предполагаемого исследования.

Определение предполагаемых результатов, которые могут быть получены в результате исследований.

Побираются корректные методики исследовательской деятельности позволяющие удовлетворить интерес студентов.

Самостоятельная работа студентов

Определить объект и предмет исследований .

Сформулировать выше указанные положения письменно.

Заполнение карточек для заказа литературы в читальном зале университета.

Посещение читального зала для сбора информации по состоянию проблемы из специальной литературы.

11. Модуль 11 (1 кредит – 36 часов) Семестровый экзамен для студентов первого курса. Самостоятельная работа студентов – 27 часов, экзамен – 9 часов.

11.1. Повторение второго курса обучения.

Самостоятельная работа студентов

Повторение разделов модульного обучения за второй курс:

1. Техника армспорта.
2. Тактика армспорта.
3. Рекреация в армспорте.
4. Проблемы совершенствования теории и методики в армспорте.
5. Общая схема организации исследований.

11.2. Сдача экзамена

Подготовка помещения для экзамена. Жеребьевка билетов. Подготовка по вопросам доставшегося билета. Ответ экзаменатору. Оценка ответа экзаменатором.

3 КУРС, ПЯТЫЙ СЕМЕСТР

12. Модуль 12 (1 кредит – 36 часов). Методика обучения в армспорте. Практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа студентов – 32 часа.

12.1. Характеристика методов обучения в армспорте.

Практические занятия

Характеристика возрастных особенностей спортсменов при начале освоения армспорта.

Анализ построения процесса обучения в армспорте.

Самостоятельная работа студентов

Изучение научно-методической литературы по вопросу применения методов обучения в армспорте.

Написание реферата по обучению одному из технических действий в армспорте.

12.2. Методика обучения в армспорте.

Практические занятия

Определение готовности к обучению: физической, координационной, психической.

Структура процесса обучения: этап начального разучивания, этап углубленного разучивания и этап закрепления и совершенствования (достижение вариативности) навыка.

Этап начального разучивания: цели и задачи; методы и методические приемы разучивания упражнений в армспорте; разучивание по частям и в целом (слитно). Использование подводящих упражнений при разучивании.

Предупреждение и устранение ошибок при обучении технике армспорта: характерные ошибки, основные причины ошибок – недостаточная физическая подготовленность, недостаточное понимание двигательной задачи, недостаточный самоконтроль, утомление, отрицательный перенос навыков, ошибки в предшествующих фазах, неблагоприятные условия для выполнения действия и т.д. Меры предупреждения ошибок и методика их исправления.

Контроль и самоконтроль за освоением техники движений. Оценка эффективности обучения, интервалы отдыха, интервалы между занятиями.

Этап углубленного разучивания: цели и задачи. Метод последовательного усложнения условий выполнения двигательных действий. Сравнительные методы. Особенности применения метода слова. Идеомоторная тренировка. Аналитический метод демонстраций. Методы

сенсорного ориентирования, лидирования и сопровождения движений. Контроль и оценка эффективности обучения.

Этап закрепления и совершенствования навыков: цели и задачи. Методы стандартно-повторного и повторно-переменного упражнения и их сочетание. Приближение условий деятельности в тренировке к соревновательным условиям.

Приемы достижения вариативности действия. Метод направленного сопряжения («сопряженный метод») как основа взаимодействия процессов совершенствования техники и воспитания физических качеств. Перестройка техники двигательных действий.

Контроль и оценка степени автоматизированности, устойчивости навыка к утомлению, к сбивающим факторам, вариативности действия.

Самостоятельная работа студентов

Определение последовательности использования методов обучения техники армспорта в атаке и защите.

Написание примерного конспекта первого занятия по обучению техники армспорта.

13. Модуль 13 (1,5 кредита – 53 часа). Методика обучения тактике армспорта. Практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа студентов – 49 часов.

13.1. Характеристика методов обучения тактики армспорта.

Практические занятия

Характеристика возрастных особенностей спортсменов армспорта при начале освоения различных тактических действий.

Анализ построения процесса обучения тактическим действиям.

Самостоятельная работа студентов

Изучение научно-методической литературы по вопросу применения методов обучения при освоении тактических действий

Написание реферата по обучению тактики проведения технического действия в армспорте.

13.2. Методика тактики армспорта.

Практические занятия

Определение готовности к обучению: физической, координационной, психической.

Особенности структуры процесса обучения: этап начального разучивания, этап углубленного разучивания и этап закрепления и совершенствования (достижение вариативности) навыка.

Этап начального разучивания: цели и задачи; методы и методические приемы разучивания. Использование подводящих упражнений при разучивании тактических действий в армспорте.

Предупреждение и устранение ошибок при обучении: характерные ошибки, основные причины ошибок – недостаточная физическая подготовленность, недостаточное понимание двигательной задачи, недостаточный самоконтроль, утомление, отрицательный перенос навыков, ошибки в предшествующих фазах, неблагоприятные условия для выполнения действия и т.д. Меры предупреждения ошибок и методика их исправления.

Контроль и самоконтроль за освоением тактических действий. Оценка эффективности обучения, интервалы отдыха, интервалы между занятиями.

Этап углубленного разучивания: цели и задачи. Метод последовательного усложнения условий выполнения действий. Сравнительные методы. Особенности применения метода слова. Идеомоторная тренировка. Аналитический метод демонстраций. Контроль и оценка эффективности обучения.

Этап закрепления и совершенствования навыков: цели и задачи. Методы стандартно-повторного и повторно-переменного упражнения и их сочетание. Приближение условий деятельности в тренировке к соревновательным условиям.

Самостоятельная работа студентов

Определение последовательности использования методов обучения тактики армспорта.

Написание примерного конспекта первого занятия по обучению тактики армспорта.

14. Модуль 14 (1 кредит – 36 часов). Программирование процесса обучения борцов. Лекция – 2 часа, практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа студентов – 30 часов.

14.1. Теоретические основы программирования обучения в армспорте.

Лекция

Элементы программирования обучения в армспорте. Виды программ обучения борцов. Структура линейной и разветвлённой программ обучения. Особенности программирования процесса обучения в армспорте.

Практические занятия

Обсуждение особенностей реализации различных программ обучения с учетом специфики армспорта.

Самостоятельная работа студентов

1. Изучить опыт использования линейных программ в освоении двигательных действий.
2. Анализ применения разветвленных программ при обучении различным двигательным действиям.

14.2. Составление обучающих программ по армспорту.

Практические занятия

Тестирование двигательных способностей начинающих борцов.
Подбор средств и методов обучения в армспорте.
Определение объема необходимого учебного материала и его распределение по этапам обучения.
Контроль уровня освоения соревновательной техники в армспорте.
Создание ступеней освоения соревновательной техники в армспорте.

Самостоятельная работа студентов

Составление примерной программы обучения техники армспорта в атаке из различных групп приемов.
Составление примерной программы обучения техники армспорта в защите из различных групп приемов.

15. Модуль 15 (1 кредит – 36 часов). Организация и проведение соревнований по армспорту. Практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа - 32 часа.

15.1. Положение о соревнованиях.

Практическое занятие

Анализ структуры и содержания разделов положения о соревнованиях.
Составление положения о соревнованиях по армспорту. Обсуждение подготовленных студентами положений о соревнованиях.

15.2. Судейская коллегия, функции, права и обязанности.

Практическое занятие

Анализ прав и обязанностей главного судьи, его заместителей, главного секретаря, врача соревнований.
Деятельность судей по армспорту.

Самостоятельная работа студентов

Расписать деятельность судей по армспорту.

Выписать из правил соревнований по армспорту состав судейской бригады и их функции.

15.3. Информационное обеспечение соревнований.

Самостоятельная работа студентов

Реклама соревнований и подготовка средств информации для участников соревнований.

Разработка основных форм представления хода состязания на информационных носителях.

15.4. Нарушение правил и санкции.

Самостоятельная работа студентов

Изучение возможных штрафных санкций к участникам соревнований или представителям команд при проведении состязаний по армспорту.

Выявить наиболее распространенные штрафные санкции к участникам соревнований по армспорту.

15.5. Эмблемы и церемонии.

Практическое занятие

Создание эмблемы соревнований.

Проведение репетиции открытия и закрытия соревнований.

Самостоятельная работа студентов

Разработка сценария открытия соревнований. Написание сценария награждения победителей соревнований.

3 КУРС, ШЕСТОЙ СЕМЕСТР

16. Модуль 16 (0,5 кредита – 19 часов). Тренировочный процесс в группах начальной подготовки. Лекция – 2 часа, практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа студентов – 13 часов.

16.1. Содержание и направленность тренировочного процесса в группах начальной подготовки.

Лекция

Организация учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки.

Тренировочные нагрузки и особенности методики проведения учебно-тренировочных занятий по армспорту в группах начальной подготовки.

Переводные и контрольные нормативы по физической и специальной подготовке в группах начальной подготовки.

Самостоятельная работа студентов

1. Изучение учебных планов подготовки борцов 1-го, 2-го и 3-го годов обучения в группах начальной подготовки, определение ошибок и их исправление.
2. Написание учебного плана подготовки борцов 1-го года обучения в группе начальной подготовки.
3. Составление учебного плана подготовки борцов 2-го года обучения в группе начальной подготовки.
4. Подготовка учебного плана тренировки борцов 3-го года обучения в группе начальной подготовки.

16.2. Краткая характеристика возрастных особенностей физического развития детей 10-11 лет.

Самостоятельная работа студентов

Анализ морфологического состояния организма. Формирование значительной части двигательных навыков. Характеристика конкретно-образного мышления. Вычленение основных причин, объясняющих приоритетность занятий армспортом.

Изучение специальной литературы, отражающей возрастные характеристики спортсменов в возрасте 10-11 лет.

16.3. Подготовка и проведение занятий по ОФП, технике и элементам тактики.

Практическое занятие

1. Применение разнообразных общеразвивающих и специальных упражнений, их дозировка, сочетание с играми и состязательными формами проведения.
2. Изучение элементов техники армспорта в атаке и защите.
3. Применение упражнений направленных на развитие мышц, несущих основную нагрузку при проведении технических действий.

Самостоятельная работа студентов

1. Написание конспекта занятия по ОФП.
2. Составление конспекта занятия по СФП.

3. Подготовка конспекта занятия по проведению специализированных игр в армспорте.

15.4. Прием и сдача контрольно-переводных нормативов по годам обучения на данном этапе.

Практическое занятие

Подготовка протоколов сдачи контрольно-переводных нормативов по годам обучения на данном этапе.

Самостоятельная работа студентов

Проведение тестирования спортсменов различных годов обучения в группах начальной подготовки.

17. Модуль 17 (0,5 кредита – 18 часов). Применение технических средств в тренировке борцов. Лекция – 2 часа, практические занятия – 2 часа, самостоятельная работа студентов – 14 часов.

17.1. Роль технических средств в подготовке спортсменов занимающихся армспортом.

Лекции

Применение технических средств в различных направлениях подготовки спортсменов.

Использование технических средств при подготовке спортсмена занимающегося армспортом.

Изменения функциональной направленности применения технических средств по ходу многолетней подготовки спортсмена занимающегося армспортом.

Значение технических средств для оценки комплексного воздействия тренировочных нагрузок в армспорте на организм спортсменов.

Практическое занятие

Обсуждение применения технических средств в подготовке спортсменов занимающихся армспортом. Определение перспектив развития науки и техники, и их значение в подготовке борцов в будущем.

Самостоятельная работа студентов

Изучение современного рынка технического оборудования необходимого в тренировочном процессе борцов.

17.2. Тренажеры и вспомогательное оборудование в армспорте.

Самостоятельная работа студентов

1. Описание тренажеров и вспомогательного оборудования применяемых в подготовки борцов.
2. Разработка комплекса упражнений для работы на тренажерах.
3. Разработка комплекса упражнений для работы на тренажерах и вспомогательном оборудовании.
4. Составить годовой план график использования вспомогательных средств на начальном этапе подготовки борцов.

18. Модуль 18 (0,5 кредита – 18 часов). Характеристика проявлений двигательных и психических качеств в армспорте. Практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа студентов – 14 часов.

18.1. Двигательные качества и их проявление в армспорте.

Практические занятия

1. Изучение проявления двигательных качеств в армспорте.
2. Изучение отличий в физической подготовке борцов от спортсменов занимающихся другими видами спорта.
3. Проанализировать задачи развития физических качеств борца в отдельности и в комплексе применительно к различным разделам техники и разному контингенту занимающихся.
4. Анализ проявление различных физических качеств при выполнении приемов техники, относящихся к различным группам классификации, при решении различных спортивно-технических задач..
5. Анализ структуры двигательных качеств при проведении поединков борцов.
6. Рассмотреть понятия: "скоростно-силовая подготовка", "силовая выносливость", "координация движений" и др.

Самостоятельная работа студентов

Составить общую характеристику основных физических качеств: силы, быстроты (скорости), выносливости, гибкости и ловкости (координационных способностей).

Сила. Динамометрические показатели проявляемых усилий, время поддержания уровня необходимых усилий или число повторений. Разновидности проявления силы: абсолютная максимальная, общая и относительная сила, динамическая и статическая силовая выносливость. Проявление силы в армспорте.

Быстрота или скорость. Показатели скоростных качеств: время специфических реакций, время достижения максимальной скорости, уровень максимальной скорости. Проявление быстроты в в армспорте.

Выносливость. Разновидности выносливости: общая и специальная, силовая, скоростная, статическая, координационная, эмоциональная и т.д.

Показатели выносливости: объем выполненных упражнений (м, км, время, кг.), интенсивность (скорость, мощность). Энергетическое обеспечение выносливости. Проявление выносливости в армспорте.

Гибкость. Факторы, определяющие гибкость. Измерение гибкости. Показатели гибкости. Активная и пассивная гибкость. Проявление гибкости в армспорте.

Ловкость (координационные способности). Факторы, обеспечивающие проявление координационных способностей: развитие нервно-двигательного аппарата и органов управления движениями, уровень физических качеств, технико-тактическая подготовленность, морфофункциональные свойства организма. Основные формы проявления координационных способностей: соизмерение и регулирование пространственных, временных и динамических параметров движений; поддержание статического и динамического равновесия; выполнение двигательных действий без излишней мышечной напряженности. Координационные способности в армспорте.

18.2. Психологическая характеристика двигательной деятельности в армспорте.

Практические занятия

Изучение длительности и степени эмоциональных напряжений и их влияние на эффективность соревновательной деятельности.

Характеристика эмоций и их влияние на выступление в армспорте.

Виды и качественные особенности волевых усилий в армспорте.

Проявление внешнего и внутреннего внимания, его объем, интенсивность, концентрация, распределение, устойчивость, переключение.

Динамика изменения показателей двигательных реакций под воздействием различных структур как двигательных так и психических нагрузок.

Самостоятельная работа студентов

Описать ведущие ощущения и восприятия в армспорте: зрительные, пространственные, временные, силовые, тактильные, кинестетические. Двигательные представления (идеомоторика) в армспорте. Процессы мышления: сравнение, анализ, синтез, абстракция, конкретизация, логическое заключение, выводы и т.д. Характер мыслительных задач.

Эмоциональные процессы и состояния. Длительность и степень эмоциональных напряжений, динамика эмоциональных состояний. Характеристика эмоций, причины, вызывающие их, влияние на выступление в соревнованиях.

Волевые процессы. Виды и качественные особенности волевых усилий в армспорте. Особенности процессов реагирования.

Процессы внимания и ориентирования. Внешнее и внутреннее внимание, его объем, интенсивность, концентрация, распределение,

устойчивость, переключение. Ориентирование в соревновательных ситуациях в армспорте. Требования, предъявляемые спортивной армспортсмк личности спортсмена.

19. Модуль 19 (1 кредит – 36 часов). Методики исследования в армспорте. Практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа студентов – 32 часа

19.1. Характеристика основных методов исследования, используемых в армспорте.

Самостоятельная работа студентов

Поиск методик использованных по направлению выбранного исследования. Изучение методологии исследовательской деятельности по схожим направлениям исследований.

Характеристика основных методов исследования, используемых в армспорте. Педагогические и инструментальные методы исследования. Использование медико-биологических методов исследования. Применение в методиках исследований аппаратуры общего и специального назначения (датчики, регистрирующие приборы, измерительная аппаратура и др.). Метрологический контроль. Средства срочной информации.

Особенности организации и проведения НИР в армспорте. Условия проведения исследований. Естественный, модельный и лабораторный эксперименты. Специфические особенности подбора общих и частных методик исследования.

Просмотр научных материалов по направлению предполагаемых исследований.

19.2. Подбор методик в соответствии с целями и задачами исследований.

Практические занятия

Создание перечня наиболее распространенных методов исследований по выбранному направлению.

Выбор наиболее информативных методов исследований по теме выпускной квалификационной работы.

Самостоятельная работа студентов

Просмотр научных материалов по направлению предполагаемых исследований.

19.3. Сбор научных данных по избранному направлению исследований.

Практические занятия

1. Конкретизация исследовательского материала для объективного и всестороннего освещения проблемы и ее решения.
2. Определение объема необходимой информации для корректного восприятия полученных в ходе исследований результатов.
3. Подготовка материалов или оборудования к проведению сбора информации.
4. Сбор информации по направлению избранного исследования.
5. Обработка полученных данных.

19.4. Критерии оценки полученных результатов исследований.

Самостоятельная работа студентов

1. Формирование критериев оценки полученных в ходе исследований данных в соответствии со спецификой исследуемого контингента.
2. Оценка результатов исследований.
3. Представление результатов исследований в виде таблиц и рисунков.

20. Модуль 20 (1 кредит – 36 часов) Семестровый экзамен для студентов второго курса. Самостоятельная работа студентов – 27 часов, экзамен – 9 часов.

20.1. Повторение третьего курса обучения.

Самостоятельная работа студентов

Повторение разделов модульного обучения за третий курс:

1. Методика обучения в армспорте.
2. Теоретические основы программирования обучения в армспорте.
3. Организационные основы спортивной школы по армспорту.
4. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки.
5. Роль технических средств в подготовке спортсменов занимающихся армспортом.
6. Двигательные качества и их проявление в армспорте.
7. Психологическая характеристика двигательной деятельности в армспорте.
8. Характеристика основных методов исследования, используемых в армспорте.

20.2. Сдача экзамена

Подготовка помещения для экзамена. Жеребьевка билетов. Подготовка по вопросам доставшегося билета. Ответ экзаменатору. Оценка ответа экзаменатором.

4 КУРС, СЕДЬМОЙ СЕМЕСТР

21. Модуль 21 (1 кредит – 36 часов). Спортивная тактика в армспорте. практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа - 32 часа.

21.1. Тактика в армспорте.

Практические занятия

Обсуждение технико-тактического мастерства борцов.

Анализ тактической составляющей выступления борца в отдельном поединке.

Изучение тактических вариантов выполнения технических действий в поединке.

Основные подходы в распределении сил соревнования.

Самостоятельная работа студентов

Расписать тактику выступления в соревновании из двух и трех участников в весовой категории и более 20 участников в весовой категории.

Раскрыть особенности тактики борцов.

Описание тактических вариантов выступления в командных и личных соревнованиях.

Выделить особенности тактических подходов при выступлении в предварительном и финальном этапе соревнования.

21.2. Критерии оценки эффективности компонентов тактики.

Практические занятия

Метрические характеристики тактического мастерства.

Анализ тактики в соревновательных упражнениях борцов.

Самостоятельная работа студентов

Составление метрических характеристик выступления спортсмена в соревновании:

1. Объем тактических действий.
2. Разносторонность тактических решений.
3. Рациональность тактики.
4. Эффективность тактики.

22. Модуль 22 (1,75 кредита – 63 часов). Средства и методы спортивной тренировки в армспорте. Лекция – 2 часа, практические занятия – 2 часа, самостоятельная работа - 59 часов.

22.1. Основные и дополнительные средства тренировки борцов.

Лекция

Основные средства спортивной тренировки – физические упражнения. Классификация упражнений борца - общеразвивающие, специально-подготовительные и соревновательные упражнения.

Характеристика различных видов упражнений, их место и значение в процессе тренировки в различные годы обучения.

Методы применения основных средств тренировки для совершенствования двигательных навыков и физических качеств борца.

Основные параметры строгой регламентации физической нагрузки при выполнении специальных и специально-подготовительных упражнений (количественные - число упражнений, число повторений, чередование нагрузки и отдыха и др.; качественные - рациональная структура упражнений, амплитуда, время выполнения, динамика проявления необходимых усилий, площадь ковра, необходимая для выполнения упражнения и др.).

Практические занятия

1. Обсуждение применения основных средств тренировки в армспорте.
2. Анализ использования дополнительных средств тренировки при подготовке борцов.

Самостоятельная работа студентов

1. Составить характеристику средств восстановления и стимулирования работоспособности.
2. Повторить учебный материал, "Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в армспорте".
3. Повторить учебный материал, "Применение технических средств в тренировке борцов".

22.2. Методы спортивной тренировки в армспорте.

. Самостоятельная работа студентов

Изучение методов тренировки в армспорте.

Анализ игрового метода тренировки борцов.

Описать словесные методы: рассказ, объяснение, беседа, анализ, обсуждение.

Наглядные методы: показ упражнения, учебные кино- и видеоматериалы, наглядные пособия, методы срочной информации и т.д.

Методы практических упражнений: 1) методы освоения и совершенствования техники, 2) методы развития физических качеств в совокупности с технико-тактической подготовкой.

Методы овладения техникой: 1) разучивание движения в целом, 2) разучивание движений по частям с последующим объединением их в единое целое.

Методы развития двигательных качеств, технико-тактической и психологической подготовки: строго регламентированных упражнений (равномерный, переменный, интервальный), игровой, соревновательный.

Методы тренировки в армспорте. Их применение на разных ступенях спортивного мастерства борца на этапах его подготовки в годовом цикле, для совершенствования различных сторон подготовленности.

22.3. Особенности применения методов тренировки борцов на различных этапах многолетней подготовки.

Самостоятельная работа студентов

Анализ содержания и применения словесного, наглядного и практического методов по этапам многолетней подготовки борцов.

Применение игрового, соревновательного и строго регламентированного упражнений в ходе подготовки борцов.

Описание правил игр, эстафет и соревнований, используемых на различных этапах многолетней подготовки борцов:

1. Описание игр и эстафет, используемых на начальном этапе подготовки борцов.

2. Расписать состав соревновательных упражнений и их характер, используемых на различных этапах многолетней подготовки борцов.

3. Написать основные отличия методов строго регламентированного упражнения в различных группах СШ по армспорту.

4. Составить список наглядных методов, используемых на этапах многолетней подготовки спортсменов, занимающихся армспортом.

23. Модуль 23 (1,5 кредит – 54 часов). Виды подготовки борцов. Практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа - 32 часа.

23.1. Техническая подготовка.

Практические занятия

Последовательность совершенствования технических действий. Отработка компонентов технических действий и их целостного выполнения в различных условиях, разными партнерами, с различной быстротой. Совершенствование приемов в упражнениях без партнера, с партнером, в индивидуальных уроках.

Совершенствование приемов условиях единоборства с противником. Оптимизация параметров своих действий в зависимости от действий противника.

Критерии оценки технической подготовленности. Содержание и методы технической подготовки на этапах годичного цикла тренировки.

Самостоятельная работа студентов

1. Подбор упражнений для совершенствования техники армспорта.
2. Методический анализ причин возникновения ошибок и недостатков в процессе технической подготовки в армспорта.

23.2. Тактическая подготовка.

Практические занятия

Тактическая подготовка в армспорта.

Особенности тактической подготовки в армспорте. Направления в тактической подготовке: овладение основными компонентами тактических действий; освоение и совершенствование тактических умений и способностей рационального и целесообразного применения тактических действий; овладение тактическими основами ведения борцовского поединка с различными противниками; формирование индивидуального стиля армспорта.

Подбор и выполнение упражнений для развития тактических умений, навыков, способностей и тактического мышления.

Подбор и выполнение упражнений с партнером для успешного применения подготавливающих и основных действий против противников наступательного, контратакующего и защитного стиля.

Формирование навыков и умений наблюдения за действиями противников в ходе соревновательных поединков, распознавание тактических замыслов, составление плана схватки, принятия решений и их реализации.

Основные критерии оценки тактической подготовленности.

Тактическая подготовка на этапах становления мастерства.

Самостоятельная работа студентов

1. Выбор подготавливающих и основных действий в поединке с противником наступательного, контратакующего и защитного стиля.
2. Роль разминки при составлении тактического плана выступления в соревновании.

23.3. Физическая подготовка

Практические занятия

1. Анализ физических качеств и двигательных способностей, необходимых для достижения высокого спортивного мастерства в армспорте.

2. Составление и разбор комплексов упражнений, направленных на решение задач общей и специальной физической подготовки в армспорте.

3. Практическое выполнение упражнений общей и специальной физической подготовки в армспорте.

Самостоятельная работа студентов

Разработать комплексы, направленные на развитие гибкости и подвижности суставов рук и голеностопных суставов, а также на укрепление опорно-двигательного аппарата борца.

23.4. Психологическая подготовка.

Практические занятия

Разбор средств, приемов и методов формирования и совершенствования психических и личностных качеств, наиболее важных в армспорте.

Анализ и подбор упражнений с партнером, способствующих: развитию восприятия пространственно-временных характеристик двигательных действий; совершенствованию свойств внимания в условиях взаимодействия с противником; развитию двигательных реакций.

Развитие волевых качеств: проведение учебно-тренировочных поединков с различными противниками, с постановкой различных задач, проведение тренировочных соревнований, индивидуальных уроков с установкой проявления максимальных волевых усилий, ликвидация психологических барьеров, препятствующих проявлению достигнутого уровня технико-тактического мастерства.

Анализ и подбор средств и методов для повышения психологической устойчивости к помехам и достижения психологической готовности к конкретному соревнованию.

Подбор средств и приемов проведения предсоревновательной разминки и разминки между схватками для сохранения боевой готовности.

Основные критерии оценки психологической подготовленности в армспорте.

Самостоятельная работа студентов

Овладение приемами и методами саморегуляции психического состояния при выступлении в соревнованиях: словесными; с использованием движений, поз и других воздействий; аутогенной, психорегулирующей или психомышечной тренировки.

23.5. Интеллектуальная подготовка.

Самостоятельная работа студентов

Изучение специальной литературы.

Наблюдения за действиями других спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях. Самоанализ своих действий в учебно-тренировочном процессе и соревнованиях.

Чтение художественной литературы, приобщение к миру искусства.

Преподавание специальной научной информации и овладение знаниями общих научных основ о спортивной деятельности и подготовке

спортсмена; донесение информации о состоянии и развитии армспорта в стране и мире.

24. Модуль 24 (1 кредит – 36 часов). Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки борцов. Практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа - 32 часа.

24.1. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе начальной специализации.

Практическое занятие

Режимы тренировочной работы и требования к физической, технической и спортивной подготовки.

Составление плана подготовки учебно-тренировочной группы 1-го и 2-го года обучения.

Самостоятельная работа студентов

Распределение тренировочных воздействий по годам обучения этапа начальной специализации:

1. Распределение тренировочного материала по разделам подготовки на 1-ом году обучения в тренировочной группе СШ по армспорту.

2. Определение соотношения средств физической и технико-тактической подготовки по годам этапа начальной специализации.

3. Выявление показателей соревновательной нагрузки в годичном цикле учебно-тренировочной группы 1-го и 2-го года обучения в тренировочной группе.

24.2. Краткая характеристика возрастных особенностей физического развития детей 12-13 лет.

Самостоятельная работа студентов

Анализ возрастных особенностей детей 12-13 лет.

Темпы увеличения аэробной емкости (суммарное потребление кислорода). Эффективность выполнения упражнений аэробного характера. Увеличение капиллярной сети мышц, координации деятельности вегетативных систем, большего использования окисления жиров в обеспечении энергией работающих мышц.

Проявление внешние признаки начальной фазы полового созревания, увеличивается возбудимость нервных процессов, повышается реактивность и эмоциональность в ответных реакциях при мышечной работе особенно соревновательного характера. Улучшение регуляции движений, снижения времени простой двигательной реакции.

Изучение специальной литературы, отражающей возрастные характеристики спортсменов в возрасте 12-13 лет.

24.3. Подготовка и проведение занятий по армспорту.

Практическое занятие

Проведение тренировочных занятий по армспорту в соответствии с требованиями данного этапа многолетней подготовки.

Самостоятельная работа студентов

1. Написание конспекта занятия по армспорту для учебно-тренировочной группы 1-го года обучения.
2. Написание конспекта занятия по армспорту для учебно-тренировочной группы 2-го года обучения.

24.4. Прием и сдача контрольно-переводных нормативов по годам обучения на данном этапе.

Самостоятельная работа студентов

Подготовка протоколов сдачи контрольно-переводных нормативов по годам обучения на данном этапе.

Проведение тестирования в УТГ 1-го и 2-го года обучения на тренировочного этапа многолетней подготовки борцов.

4 КУРС, ВОСЬМОЙ СЕМЕСТР

25. Модуль 25 (1 кредит – 36 часов). Объективные условия спортивной деятельности в армспорте. Практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа - 32 часа.

25.1. Структура соревновательной деятельности.

Практические занятия

Соревновательная нагрузка. Количество подготовительных, контрольных, подводящих, отборочных и основных соревнований.

Анализ выступления борцов в соревновании и цикле соревнований.

Осуществление видеозаписи соревнований по армспорту с последующим анализом видеозаписи.

25.2. Особенности тренировочной деятельности в армспорте.

Самостоятельная работа студентов

Разбор и методический анализ тренировочных нагрузок в армспорте и их динамика на различных этапах подготовки. Показатели тренировочных нагрузок.

Количество тренировочных занятий в неделю и на этапах годичного цикла. Объем физической подготовки на этапах годичного цикла (в часах). Объем специальной подготовки на этапах годичного цикла (в часах, тренажерах, с партнером, с противником в учебно-тренировочных поединках). Количество тренировок различной направленности на этапах годичного цикла.

Изучение опыта построения тренировочного процесса в армспорте в дневных, недельных, мезо и макроциклах.

26. Модуль 26 (1 кредит – 36 часов). Отбор в процессе многолетней подготовки борцов. Лекция – 2 часа, практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа - 30 часов.

26.1. Система отбора как составная часть методики подготовки борцов.

Лекция

Система отбора как составная часть общей системы подготовки спортсмена. Виды спортивного отбора: первичный, на этапах овладения спортивным мастерством, отбор при комплектовании сборных команд.

Принципы отбора.

Основные пути отбора в армспорте. Путь, базирующийся на долгосрочном прогнозе развития способностей у начинающего спортсмена к успешному овладению спортивной армспортом.

Путь, базирующийся на поэтапном отборе в процессе овладения спортивным мастерством в армспорте.

Показатели (примеры) отбора борцов: возраст; анатомо-морфологические данные; общее состояние здоровья; уровень развития физических качеств с учетом двигательной деятельности; потенциальные возможности систем организма к достижению высокого уровня работоспособности; психические качества, свойства личности, способствующие достижению высокого мастерства и другие (учеба в школе, родители, места жительства, материальное положение в семье и т.д.).

Средства и методы отбора: педагогические, медико-биологические, психологические.

Практические занятия

Доклады по темам:

1. Целей, задач и значения отбора в армспорте.
2. Пути и этапы отбора юных борцов.
3. Педагогические, медико-биологические, психологические средства и методы отбора.

Самостоятельная работа студентов

Подготовка доклада по одной из тем практического занятия.

26.2. Основные пути отбора в армспорте.

Самостоятельная работа студентов

Путь, базирующийся на долгосрочном прогнозе развития способностей у начинающего спортсмена.

Путь, базирующийся на поэтапном отборе в процессе овладения спортивным мастерством в армспорте.

Обосновать значимость высокой стабильности показателей получаемые в процессе тестирования.

Разработка путей использования показателей характеризующихся меньшей стабильностью.

26.3. Этапы спортивного отбора.

Самостоятельная работа студент

Содержание и направленность отбора юных спортсменов на 4-х этапах: 1) первичный отбор детей и подростков; 2) этап углубленной проверки соответствия отобранного контингента занимающихся требованиям, предъявляемым к успешной специализации в избранном виде спорта (этап

вторичного отбора); 3) этап спортивной ориентации; 4) этап отбора в сборные команды ДСО, округов, страны.

Подготовить батарею тестов и контрольные нормативы для одного из этапов отбора спортсменов, занимающихся армспортом

26.4. Средства и методы отбора, применяемые в армспорте.

Практические занятия

Знакомство с основными методами отбора: антропометрические обследования, медико-биологические исследования, педагогические наблюдения, контрольные испытания (тесты), психологические и социологические обследования.

Контрольные упражнения, используемые при отборе на различных этапах многолетней подготовки.

Прием и сдача контрольно-переводных нормативов по годам обучения на этапе начальной подготовки и оценка полученных результатов.

Прием и сдача нормативов для зачисления в учебно-тренировочные группы и оценка полученных результатов.

Прием и сдача контрольно-переводных нормативов по годам обучения в учено-тренировочной группе и оценка полученных результатов.

Прием и сдача нормативов для зачисления в группы спортивного совершенствования СШ и оценка полученных результатов.

Самостоятельная работа студентов

Подготовка протоколов тестирования подготовленности спортсменов по годам обучения на этапе начальной подготовки.

Подготовка протоколов тестирования борцов при зачислении их в учебно-тренировочные группы..

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

27. Модуль 27 (1,25 кредита – 45 часов). Тренировочный этап (углубленная специализация) многолетней подготовки борцов. Лекция – 2 часа, практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа - 39 часов.

27.1. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе углубленной специализации.

Лекция

Цель подготовки в учебно-тренировочных группах 3-го и 4-го годов обучения. Режимы тренировки. Изменения в соотношениях средств физической и технико-тактической подготовленности по годам обучения. Количество контрольных, отборочных основных и главных стартов в годичном цикле. Распределение разделов подготовки в годичном цикле.

Особенности протекания пубертатного периода у юношей.

Содержание и направленность тренировочного процесса борцов на этапе углубленной специализации.

Осуществление углубленной специализации по всему комплексу. Планирование периодов и этапов годового цикла. Целенаправленное использование принципа концентрации (усиления) тренировочных нагрузок. Чередование концентрированных и поддерживающих нагрузок. План-схемы годичного цикла подготовки борцов 3-го и 4-го года обучения учебно-тренировочного этапа.

Тренировочный процесс на 3-м и 4-м году обучения учебно-тренировочного этапа имеет важное значение в дальнейшем формировании базовых средств нападения и защиты, некоторых тактических качеств, приобретенных на 1-ми 2-м годах обучения этого этапа. Это позволит создать необходимые предпосылки для роста технико-тактической подготовленности юных борцов.

Помимо группового метода проведения занятий ведущей формой становится индивидуальный урок, упражнения в парах и учебно-тренировочные схватки. Существенно увеличивается общий объем тренировочной работы, в том числе применение специальных упражнений.

В связи с решением задач, связанных с качеством выполнения приемов передвижения и специализированных действий, их скоростью и точностью, тренировочный процесс направлен на повышение уровня основных физических качеств. Рекомендуется применять упражнения на развитие силы, гибкости, ловкости, быстроты одиночных и серийных движений.

Важным этапом освоения тактической подготовки в этот период является развитие умения выполнять как атакующие, так и защитные действия в зависимости от маневрирования, подготавливающих действий и применяемых приемов противника. Реализация тактических намерений во многом связана с проявлением волевых усилий спортсмена, которые должны быть направлены на развитие активности, инициативности и смелости. Необходимо находить баланс между инициативностью и терпеливостью (выдержкой), учитывая при этом, что у подростков наблюдается повышенная возбудимость нервных процессов.

Самостоятельная работа студентов

Конспектирование режимов тренировочной работы и требования к физической, технической и спортивной подготовленности.

Разработка план-схемы подготовки учебно-тренировочной группы 3-го года обучения.

Разработка план-схемы подготовки учебно-тренировочной группы 4-го года обучения.

Изучение содержания планов подготовки борцов в учебно-тренировочных группах 3-го и 4-го годов обучения.

27.2. Особенности протекания пубертатного периода у юношей.

Самостоятельная работа студентов

Препубертатная фаза. Характеристика роста тела и изменения в деятельности вегетативных систем организма.

Пубертатная фаза. Увеличение активности половых желез и улучшение деятельности всех функциональных систем организма. Динамика роста длины и массы тела. Различия протекания этой фазы у девочек и мальчиков. Нарастание активности половых желез и дальнейшее совершенствование деятельности всех функциональных систем юных спортсменов.

Постпубертатная фаза. Завершение прироста мышечной массы и тела в длину и снижение темпа прироста физических качеств. Полная физиологической зрелости организма.

Различия по уровню полового созревания и физической подготовленности. Опережающий (акселерированный) тип развития, нормальный тип (соответствие паспортного и биологического возраста) и запаздывающий тип развития (ретардированный).

Потенциал развития спортсменов, имеющих высокий уровень всех физических качеств и функциональных возможностей при нормальных и замедленных темпах полового созревания.

27.3. Подготовка и проведение занятий по армспорту.

Практическое занятие

1. Составление типовых недельных и дневных циклов тренировок по армспорту в соответствии с режимом тренировочной работы для учебно-тренировочных групп 3-го и 4-го года обучения.

2. Написание конспектов проведения занятий по армспорту с учебно-тренировочными группами 3-го и 4-го года обучения.

3. Проведение студентом занятия по армспорту с УТГ 3-го года обучения по утвержденным преподавателем конспектом.

4. Написание конспекта проведения занятия по армспорту с учебно-тренировочными группами 4-го года обучения.

Самостоятельная работа студентов

1. Повторить контрольно-переводные нормативы по годам обучения в учебно-тренировочных группах изученных в предыдущем модуле.

2. Посетить тренировки УТГ 3-го и 4-го года обучения.

28. Модуль 28 (1 кредит – 36 часов). Подготовка выпускной квалификационной работы. Практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа - 32 часа.

28.1. Интеграция научных знаний..

Практическое занятие

1. Представление результатов исследований в виде рисунков и таблиц.
2. Анализ результатов исследований представленных на рисунках и таблицах.

Самостоятельная работа студентов

Описание рисунков и таблиц, представленных в исследовательской работе.

28.2. Требования к выпускной квалификационной работе.

Самостоятельная работа студентов

Изучение требований к оформлению результатов исследований.
Опрос студентов по требованиям к структуре написания глав ВКР.
Просмотреть нормативные документы по структуре и оформлению глав ВКР

28.3. Содержание научно-исследовательской работы студентов.

Практическое занятие

1. Научно-исследовательская работа по дисциплинам учебного плана, содержащая элементы научного исследования.
2. Выполнение научно-исследовательских заданий в рамках ознакомительной, педагогической, производственной, научно-исследовательской и квалификационной практик.
3. Подготовка курсовых работ.
4. Теоретическая и экспериментальная научно-исследовательская работа, предусмотренная учебным планом, по тематике и планам, утвержденным для каждого курса.
5. Подготовка выпускных квалификационных работ.

Самостоятельная работа студентов

1. Участие в работе студенческого научного кружка (СНО).
2. Участие в научных и научно-практических конференциях, научных семинарах, программах дополнительной профессиональной подготовки по направлению кафедры.
3. Подготовка печатных научных работ (статей и др.) по результатам научно-исследовательской деятельности.
4. Участие в выполнении хоздоговорной тематики кафедры (научно-исследовательская деятельность по грантам).
5. Участие в конкурсах студенческих научно-исследовательских работ

28.4. Работа в студенческом научном обществе.

Самостоятельная работа студентов

Изучение цели СНО. Основные задачи СНО. Функции СНО. Структурные единицы СНО. Определение наиболее активных студентов из числа группы для выдвижения их кандидатур в СНО университета.

Разработать рекомендации по улучшению работы СНО.

27.5. Подготовка и участие в научных конференциях кафедры, университета.

Самостоятельная работа студентов

1. Участие в кафедральных студенческих конференциях.
2. Участие в общеуниверситетских конференциях.
3. Написание доклада для представления материалов исследований.
4. Создание презентации к докладу на конференции.

29. Модуль 29 (1 кредит – 36 часов) Семестровый экзамен для студентов третьего курса. Самостоятельная работа студентов – 27 часов, экзамен – 9 часов.

29.1. Повторение четвертого курса обучения.

Самостоятельная работа студентов

Повторение разделов модульного обучения за четвертый курс:

1. Тактика в армспорте.
2. Основные средства тренировки в армспорте.
3. Методы тренировки в армспорте.
4. Основные составляющие видов подготовки .
5. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса на этапе начальной специализации.
6. Основы организации и проведения соревнований по армспорту.
7. Структура соревновательной деятельности.
8. Особенности тренировочной деятельности в армспорте.
9. Система отбора как составная часть методики подготовки .
10. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса на этапе углубленной специализации.
11. Интеграция научных знаний.
12. Требования к выпускной квалификационной работе.

29.2. Сдача экзамена

Подготовка помещения для экзамена. Жеребьевка билетов. Подготовка по вопросам доставшегося билета. Ответ экзаменатору. Оценка ответа экзаменатором.

30. Модуль 30 (1 кредит – 36 часов). Управление подготовкой борцов. Лекция – 2 часа, практические занятия – 2 часа, самостоятельная работа - 32 часа.

30.1. Основы управления подготовкой спортсменов занимающихся армспортом.

Лекция

Спортивная тренировка как процесс управления.

Значение и задачи педагогического контроля за подготовкой и состоянием спортсменов в армспорте. Учет тренировочных нагрузок. Контроль за состоянием спортсменов.

Управление процессом спортивного совершенствования на основе данных контроля.

Оперативное, текущее, этапное управление.

30.2. Планирование подготовки борцов.

Практические занятия

Разбор перспективных и годовых планов подготовки сборных команд ведомств и страны с анализом показателей тренировочных нагрузок, их распределение по годам, периодам, этапам, а также контрольных заданий и планируемых результатов.

Разбор и составление примерного годового плана подготовки сборной команды ведомства, страны.

Разбор документов текущего и оперативного планирования учебных планов тренировочных сборов, недельных циклов, расписаний занятий.

Самостоятельная работа студентов

Разработка перспективного плана подготовки спортсменов групп спортивного совершенствования.

Составление годового плана подготовки групп спортивного совершенствования с анализом показателей тренировочных нагрузок, их распределение по годам, периодам, этапам.

Планирование контрольных заданий и результатов подготовки.

30.3. Создание стимулов у борцов к выполнению большого объема нагрузок.

Самостоятельная работа студентов

Создание ориентиров на выполнение нагрузок без принуждения.

Правила формирования стимулов на выполнение больших нагрузок.

Спортивные успехи в качестве подтверждения полученной тренировочной нагрузки.

Генерализованное управление с помощью стимулов.

Применение управления с помощью нагрузок.

Изучить специальную литературу по вопросу управления деятельностью и составить список стимулов для выполнения большого объема нагрузок.

30.4. Контроль и оценка результатов воздействия на подготовленность борцов.

Самостоятельная работа студентов

Субъективные показатели состояния спортсмена.

Текущие врачебно-педагогические наблюдения.

Тестирование.

Углубленные медицинские и этапные комплексные обследования.

Составить комплекс тестов для оценки состояния спортсменов группы спортивного совершенствования СШ по армспорту.

30.5. Корректировка процесса подготовки.

Самостоятельная работа студентов

1. Оперативное управление.
2. Текущее управление.
3. Этапное управление.
4. Выписать способы регулирования тренировочных нагрузок в течение дня и по дням недели.
5. Указать причины регулирования тренировочных нагрузок в недельных циклах.
6. Написать основное содержание углубленного и этапного обследования.

31. Модуль 31 (1 кредит – 36 часов). Прогнозирование спортивных результатов борцов. Практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа - 32 часа.

31.1. Прогнозирование спортивных результатов в армспорте.

Самостоятельная работа студентов

Значение и задачи прогнозирования спортивных результатов в армспорте.

Классификация прогнозов: краткосрочные, среднесрочные, долгосрочные. Методы прогнозирования спортивных результатов и достижений: метод экспертных оценок, анализ динамики результатов, экстраполяция, их использование в армспорте.

Динамика личных и командных результатов по армспорту последние десятилетия на российских соревнованиях, чемпионатах мира и европы.

Прогноз результатов соревнований в армспорте на ближайший цикл.

31.2. Краткосрочный и долгосрочный прогноз..

Практические занятия

Получение данных из различных источников и документов планирования:

1. Достижение званий МС и МСМК от начинающих спортсменов.
2. Календарь ответственных соревнований.
3. Цикличность спортивной подготовки.
4. Время пребывания спортсмена высокой квалификации в сборных командах России, общества, краев и областей.

Самостоятельная работа студентов

1. Прогноз состава и выступления сборной команды России на чемпионате Европы текущего года.
2. Прогноз состава и выступления сборной команды России на чемпионате мира текущего года.

31.3. Методы прогнозирования спортивных результатов и достижений.

Практические занятия

Разбор методики комплексного прогноза, моделирования, методы экспертных оценок, метод экстраполяции с построением графиков результатов

Самостоятельная работа студентов

Расписать значение методов экспертной оценки, их применение и требования к ним:

1. Метод простой ранжировки (или метод предпочтения). Метод задания весовых коэффициентов.
2. Метод последовательных сравнений.
3. Метод парных сравнений.

31.4. Особенности прогнозирования спортивного результата в армспорте и учет их значимости для результата в комплексе.

Самостоятельная работа студентов

1. Динамика изменения результатов спортсмена и прогнозирование в армспорте.
2. Прогнозирование спортивного результата в легких весовых категориях в армспорте.

3. Прогнозирование спортивного результата в средних весовых категориях в армспорте.

4. Прогнозирование спортивного результата в тяжелых весовых категориях в армспорте.

5. Построение динамики результатов по армспорту за последние 4 года на чемпионатах России.

6. Выявление динамики результатов в легких весовых категориях в армспорте за последние 4 года на чемпионатах России.

7. Выявление динамики результатов в средних весовых категориях в армспорте за последние 4 года на чемпионатах России.

8. Выявление динамики результатов в тяжелых весовых категориях в армспорте за последние 4 года на чемпионатах России.

32. Модуль 32 (1,5 кредита – 60 часов). Тренировочный процесс на этапе совершенствования спортивного мастерства. Лекция – 2 часа, практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа - 54 часа.

32.1. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства.

Лекция

Основная задача тренировочного процесса на данном этапе. Принципы формирования групп.

Структура годичного цикла на этапе спортивного совершенствования. Основной принцип тренировочной работы. Планирование всей подготовки и распределение тренировочных нагрузок в соответствии с установленной в армспорте периодизацией и направленностью тренировочного процесса по периодам и этапам годового цикла.

Прочный фундамент специальной подготовленности в армспорте и устойчивая мотивация к достижению высокого мастерства.

Общая тенденция увеличения объема тренировочной работы. На этом этапе создаются предпосылки для развития тактического мышления, требующего быстроты анализа информации о действиях противника в условиях дефицита времени для выбора тактических решений.

Наряду с ростом технической подготовленности важное место занимает дальнейшее развитие психических качеств, особенно эмоциональной устойчивости и выдержки.

Самостоятельная работа студентов

Изучение содержания план-схемы годичного цикла подготовки борцов и составление годового плана для ГСС 1-го года обучения, ГСС 2 –го года обучения и ГСС 3 –го года обучения.

Ознакомление с режимом тренировочной работы и требованиями к физической, технической и спортивной подготовленности спортсменов групп ГСС по армспорту.

Составление план-схемы годовичного цикла подготовки борцов ГСС 2-го года обучения.

Составление план-схемы годовичного цикла подготовки борцов ГСС 3-го года обучения.

32.2. Подготовка и проведение занятий по армспорту.

Практические занятия

1. Разработка недельных и дневных циклов тренировок по борцов в соответствии с режимом тренировочной работы для групп ГСС мастерства в СШ по армспорту 1-го года обучения.

2. Разработка недельных и дневных циклов тренировок по борцов в соответствии с режимом тренировочной работы для групп ГСС мастерства в СШ по армспорту 2-го года обучения.

3. Разработка недельных и дневных циклов тренировок по борцов в соответствии с режимом тренировочной работы для групп ГСС мастерства в СШ по армспорту 3-го года обучения.

Самостоятельная работа студентов

Написание конспектов проведения учебно-тренировочных занятий по армспорту для ГСС 1-го, 2-го и 3-го года обучения.

33. Модуль 33 (1 кредит – 36 часов). Моделирование спортивной деятельности борца. Практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа – 32 часа.

33.1. Особенности соревновательной модели деятельности в армспорте.

Практические занятия

Изучение моделей соревновательной деятельности борцов по армспорту.

Учет индивидуальных особенностей спортсменов при построении модели соревновательной деятельности.

Самостоятельная работа студентов

Построение моделей соревновательной деятельности борцов по армспорту.

33.2. Составление блок-схемы сильнейших борцов по армспорту.

Практические занятия

1. Анализ результатов по армспорту на чемпионатах мира, формулировка основных требований к спортсмену, претендующему на завоевание 1-3 места на чемпионате мира .

2. Изучение структур физической, технико-тактической функциональной и психологической подготовленности, морфометрических особенностей, возраста и спортивного стажа высококвалифицированных борцов.

Самостоятельная работа студентов

Составление блок-схем основных сторон подготовленности сильнейших борцов:

1. Функциональной подготовленности;
2. Психологической подготовленности;
3. Морфометрических показателей;
4. Возраста и стажа занятий.

5 КУРС, ДЕСЯТЫЙ СЕМЕСТР

34. Модуль 34 (0,75 кредит – 27 часов). Профессионально-педагогическая деятельность тренера по армспорту. Лекция – 2 часа, практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа – 21 час.

34.1. Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по армспорту.

Лекция

Требования к профессиональной подготовке тренера. Многогранность профессиональной педагогической деятельности тренера. Учебно-тренировочная, воспитательная функции тренера. Планирование, контроль, учет и коррекция.

Дидактические, академические, коммуникативные, гностические, психомоторные, авторитарные, психомоторные, авторитетные, перцептивные, экспрессивные, суггестивные, организаторские способности. Стрессоустойчивость. Авторитарный, демократический и либеральный стили деятельности тренера.

Взаимоотношения тренера со спортсменами, с коллегами, с врачом, с семьей спортсмена, с учителями и преподавателями, с представителями средств массовой информации.

Классификация тренеров.

Оценка деятельности и личности тренера.

Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по армспорту.

34.2. Особенности деятельности тренера по армспорту.

Практические занятия

1. Анализ специализированных умений тренера при проведении тренировочных занятий различной направленности.
2. Изучение специфики деятельности личного тренера.
3. Планирование тренировочных нагрузок с учетом кумулятивных эффектов.
4. Координация работы тренеров на сборе.

Самостоятельная работа студентов

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

34.3. Оценка деятельности и личности тренера.

Практические занятия

1. Формирование критериев оценки профессиональных качеств тренеров по армспорту.
2. Изучение критериев оценки индивидуальных свойств личности, необходимых тренеру по армспорту.

Самостоятельная работа студентов

Подготовить комплексную оценку профессиональной деятельности личного тренера студента.

34.4. Профессиональная адаптация тренера по армспорту.

Самостоятельная работа студентов

1. Выявление противоречий между профессионально-педагогической подготовленностью, предварительными представлениями о труде тренера и реальными требованиями повседневной практики учебно-тренировочной работы.
2. Оценка объективных факторов влияющих на успешность профессиональной адаптации.
3. Анализ субъективных факторов ускоряющих адаптацию к деятельности тренера. Пути развития творческого подход к своей профессиональной деятельности.
4. Определение типовых трудностей начального этапа деятельности молодого тренера по армспорту. Превращение из студента в тренера.

Освоение профессионально-педагогических знаний и поиск собственных путей улучшения тренерской работы.

5. Выписать характеристики интегративного этапа формирования стиля деятельности тренера по армспорту. Отбор отдельных способов и приемов работы в систему профессиональных действий, обобщение тренерского опыта, укрепление принципиальной позиции тренера о методических подходах и путях совершенствования спортсмена на различных этапах спортивного совершенствования.

6. Охарактеризовать этап «Утверждения» стиля деятельности тренера. Накопление достаточного количества фактов из практической работы. Формирование умения отбирать главное в работе, строить прогнозы, интуитивного корректирования учебно-тренировочной работы в зависимости от реально сложившихся условий. Уверенность в своих силах, возросшее чувство удовлетворенности своей работой.

35. Модуль 35 (1 кредит – 36 часов). Рекреация борцов. Лекция – 2 часа, практические занятия – 4 часа самостоятельная работа - 30 часов.

35.1. Факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе подготовки спортсменов в армспорте.

Лекция

Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по армспорту.

Непосредственные причины. Организационные причины травматизма: уровень теоретической и практической подготовленности тренера; график соревнований; качество судейства; неудовлетворительное материально-техническое обеспечение тренировочного процесса; санитарно-гигиенические и метеорологические условия. Методические причины спортивного травматизма: комплектование групп; отсутствие разминки; нарушение принципа постепенности; форсирование физических нагрузок; недостатки лечебного контроля.

Опосредованные причины, обусловленные индивидуальными особенностями спортсмена: низкий уровень технико-тактической подготовленности; слабая физическая подготовка; недостаточный уровень морально-волевой подготовки; психоэмоциональная неустойчивость; отклонения в состоянии здоровья (скрытая и явная патология ОДА); дисциплинарные нарушения; прочие причины.

Механизм возникновения спортивной травмы. Относительная величина (сила) травмирующего воздействия, превышающая или не превышающая физиологическую прочность травмируемой ткани. Частота повторения травмы: одномоментная травма; повторная травма; хронически

повторяющаяся травма. Место приложения силы: прямой механизм (удар, столкновение, падение); не прямой механизм (некоординированное сгибание, разгибание, скручивание, падение, приседание); комбинированный механизм.

Анатомо-топографические изменения. Распределение (локализация) травм в области отдельных частей тела спортсмена (голова, шея, верхние конечности, туловище, нижние конечности), которые, в свою очередь, подразделяются на отдельные звенья ОДА (область предплечья, плечевой сустав, плечо, локтевой сустав, предплечье, лучезапястный сустав, кисть, грудная клетка, живот, поясничный отдел, таз, тазобедренный сустав, бедро, коленный сустав, голень, голеностопный сустав, стопа). Всего 20 позиций. Локализация травм в области подсистемы: кожные покровы (подкожная клетчатка, фасции, подкожные слизистые сумки); органы движения (мышцы и сухожилия, суставы, центральная и периферическая нервные системы); органы опоры (надкостница, кости).

Анатомо-структурные изменения. Характер травмы: микротравмы (перенапряжения) ОДА; макротравмы ОДА (ушибы, ранения, ссадины, разрывы мышц и сухожилий, повреждения суставов, переломы, вывихи и т.п.). Степень распространенности патологического процесса: изолированная травма; сочетанная травма; комбинированная травма. Фаза травматической болезни: острая; подострая; хроническая. Стадия травматической болезни: компенсации; субкомпенсации; декомпенсации.

Практические занятия

1. Изучение характера травматизма спортсменов на занятиях армспортом. Правила организации занятий.
2. Причины травматизма на занятиях армспортом. Комплекс ОФП для снятия напряжения мышц после окончания тренировки.
3. Анализ наиболее частых травматизма спортсменов на занятиях армспортом.

Самостоятельная работа студентов

1. Оценка состояние методики укрепления суставов спортсменов занимающихся армспортом.
2. Выявление суставов подверженных наибольшему травматизму у борцов.
3. Разработка комплекса упражнений для укрепления наиболее уязвимых частей опорно-двигательного аппарата у юных борцов.

35.2. Технологии восстановления борцов.

Практические занятия

1. Восстановительные средства, используемые после тренировочных нагрузок.

2. Раскрыть особенности протекания восстановления при занятиях армспортом.

3. Планирование восстановительных мероприятий в тренировочном процессе борцов.

4. Основные направления применения педагогических средств восстановления.

Самостоятельная работа студентов

1. Составление плана использования восстановительных средств в тренировочном процессе спортсменов.

2. Составление схемы использования различных восстановительных средств по ходу соревнований.

36. Модуль 36 (0,75 кредита – 21 часов). Агитация и пропаганда. Практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа - 17 часов.

36.1. Формирование общественного мнения о армспорте, как гармонично развивающего вида спорта.

Практические занятия

1. Изучение механизма формирования общественного мнения. Восприятие реформации (объективной, субъективной, тенденциозной и т.д.) на уровне отдельных людей. Выводы и оценки индивидуума - на основе имеющихся знаний, опыта, умения анализировать, уровня информированности. Обмен имеющейся информацией, выводами, дискуссии с другими людьми.

2. Анализ рынка печатных изданий на спортивную тематику. Их направленность и специфика. Периодичность издания. Объем издания. Стоимость размещения информации и рекламы.

3. Преимущества радио перед другими средствами массовой информации. Сбор информации о предоставлении услуг радиовещательными структурами. Организация встречи с представителями компаний. Обсуждение информационного материала. Предложение тематического сценария передачи.

4. Дифференциация каналов телевидения по следующим признакам:

- информация; музыка; кино; культура и искусство и т.д.;

- для детей; для молодежи; для женщин; для пенсионеров; для пожилых людей; для домохозяек и т.д.;

- республиканская программа; программа для национальных групп населения; программа для проживающих вне территорий своих национальных образований; общегосударственная (интеграционная – межгосударственная, зарубежная, на зарубежную аудиторию) телепрограмма, местная (региональная, вплоть до кабельной сети поселка, микрорайона) программа;

- круглосуточные программы; программы, вещающие определенное время (или с плавающим графиком вещания);

- подготовка сценария передачи посвященной армспорту как вида спорта отражающего принципы физического воспитания человека.

5. Международные и российские сайты по армспорту, их адреса, структурные элементы, оценка функциональности. Создание сайта для управления и координации деятельности в области армспорта. Формулирование цели сайт. Определение состава потенциальных посетителей. Сбор и создание собственных информационных материалов (контент). Оформление этих материалов (web- дизайн). Обеспечение доступа к материалам пользователей сети (техническая поддержка, хостинг). Рекламирование ресурса.

Самостоятельная работа

1. Подготовить профессионально ориентированную информацию о проходящих соревнованиях по армспорту.

2. Создание положительного образа армспорта как вида спорта.

3. Сделать презентацию новой спортивной базы по армспорту.

5. Функции формирования общественного мнения о армспорте: соревновательная реклама, общеспортивная коммуникация, лоббирование, консультирование. Этапы формирования общественного мнения: постановка задач, выбор обращений, выбор носителей, реализация плана, оценка результатов деятельности. Составные части деятельности в области формирования общественного мнения. Главная задача «паблик-релейшнз».

6. Создание имиджа армспорта. Этапы создания образа вида спорта. Социальные характеристики армспорта. Понятие имиджа. Правила построения положительного имиджа.

7. Средства массовой информации. Основные виды печатной прессы. Круг интересов деловой, профессиональной, Региональной и федеральной прессы. Особенности работы с региональным и федеральным телевидением. Радио как вид средств массовой информации. Возрастание роли Интернета. Тенденции слияния Интернет-изданий с телевизионными, печатными и радио ресурсами. Взаимодействия с информационными агентствами. Практические рекомендации по подготовке работы со средствами массовой информации.

8. Отношения с журналистами Основные факторы формирования отношений с журналистами. Основные приемы работы со средствами массовой информации.

36.2. Динамика количества занимающихся армспортом в России и мире. Наполняемость групп занимающихся армспортом по этапам подготовки в США, СШОР на базах Подмосковья.

Практические занятия

1. Состояние основных баз (СШ) России ведущих подготовку спортсменов-борцов. Сбор информации по количеству занимающихся спортсменов на этих базах.

2. Состав стран участниц чемпионатов мира по армспорту. Изучение динамики количества стран участниц международных соревнований различного уровня. Представители стран занимавшие призовые места на чемпионатах мира за последние 10 лет. Изменения состава по сравнению с предыдущими десятилетиями.

3. Сравнение популярности армспорта в России и во всем мире. Анализ состояния ветеранского движения в нашей стране.

Самостоятельная работа

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

2. Беседа с руководством СШ об использовании различных информационных ресурсов для рекламы СШ и пропаганды занятий армспортом.

3. Интервьюирование тренеров СШ по количеству желающих заниматься армспортом и наполняемость групп СШ. Изучение пожеланий тренеров по улучшению пропаганды занятий армспортом.

37. Модуль 37 (1 кредит – 36 часов). Фармакология в армспорте. Практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа - 32 часа.

37.1. Фармакология в спортивной тренировке борцов.

Практические занятия

1. Составить список фармакологических препаратов, используемых спортсменами во время применения больших концентрированных нагрузок и расписать их назначение.

2. Изучение схем применения фармакологической поддержки на подготовительном периоде годичного цикла.

3. Анализ содержания фармакологического обеспечения на базовом периоде тренировки. Применение фармакологии для восстановления спортсменов.

4. Фармакологическая реабилитация в случаях перенапряжения спортсменов.

Самостоятельная работа

1. Изучение специальной литературы посвященной фармакологической подготовки спортсменов.

2. Управление работоспособностью спортсмена. Особенности фармакологической поддержки на различных этапах многолетней

подготовки борцов. Фармакологическое обеспечение подготовительного, базового, предсоревновательного периодов подготовки квалифицированных борцов.

3. Фармакологические препараты: витамины, коферменты, минералы, энзимы, адаптогены, антиоксиданты, антигипоксанты, анаболизующие препараты, психоэнергизаторы, макроэрги, иммуномодуляторы, регуляторы нервно-психического статуса, гепатопротекторы, актопротекторы, стимуляторы кроветворения и кровообращения, аминокислоты.

4. Допинг. Общие положения. Сроки выведения некоторых препаратов. Анаболитические стероиды. Производные тестостерона.

5. Коррекция отдельных состояний во время тренировки спортсменом. Топическое лечение травм. Фармакологическая реабилитация для предотвращения перетренировки. Преодоление состояния иммунодефицита.

6. Особенности фармакологического обеспечения при концентрированных нагрузках в армспорте.

7.

37.2. Фармакологическая поддержка на соревнованиях по армспорту.

Самостоятельная работа

1. Составление схемы применения препаратов максимально реализующих возможности борцов.

2. Анализ препаратов поддерживающих пик суперкомпенсации. Правила применения средств фармакологической поддержки работоспособности на все время выступления борца.

3. Использование средств фармакологического характера на подавление нежелательных реакций, не снижая работоспособность.

4. Составить список фармакологических средств ограниченного использования. Выписать побочные эффекты их применения.

38. Модуль 38 (1 кредит – 36 часов). Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы. Практические занятия – 8 часов, самостоятельная работа - 28 часов.

38.1. Написание доклада.

Практические занятия

1. Изучение схемы доклада. Краткое содержание всей исследовательской деятельности. Обоснование актуальности выбранной темы. Основная проблема, цель, задачи, объект и предмет ВКР.

2. Составление краткой характеристики содержания исследовательской работы. Написание выводов. Описание практической реализации работы.

Самостоятельная работа

Работая над докладом, студент старается сделать его для себя удобным. Выделяет цифры курсивом. Из текста доклада находятся сокращения, которые меняются на развернутые определения. Выделяются ключевые слова и определения. Несколько раз прочитать текст доклада, фиксируя время чтения. Начитать текст, контролируя свою речь, следя за дикцией, темпом, громкостью и интонацией при произношении. Готовятся ответы на замечания рецензента в письменной форме.

38.2. Подготовка презентации.

Практическое занятие

Проверка знаний студентами PowerPoint. Оптимальное количество слайдов в презентации. Основные принципы компьютерной презентации.

Заголовочный и итоговый слайды. В итоговом слайде необходимо поблагодарить научного руководителя и всех, кто проводил консультации и давал рекомендации.

Основные требования к каждому слайду.

Следует помнить, что визуальное восприятие слайда презентации занимает от двух до пяти секунд, в то время как продолжительность некоторых видов анимации может превышать 20 секунд.

Рекомендуется настроить временной режим презентации.

Презентация помогает оформить доклад, но не заменяет его.

Самостоятельная работа

Подготовить компьютерную презентацию ВКР. Подготовить к каждому слайду заметки по докладу, распечатать их и использовать при подготовке к защите выпускной квалификационной работы, в крайнем случае – на самой презентации. Можно распечатать некоторые ключевые слайды в качестве раздаточного материала. Тренировка доклада по ВКР с применением компьютерной презентации.

38.3. Апробация выпускной квалификационной работы.

Практические занятия

Участие в апробации выпускных квалификационных работ студентов кафедры Теории и методики единоборств. Обсуждение представленных на апробацию работ. Доклад с компьютерной презентацией выполненной

исследовательской работы. Ответы на вопросы студентов и преподавателей присутствующих на заседании кафедры.

38.4. Устранение выявленных недостатков работы.

Практическое занятие

Анализ выступлений студентов во время апробации. Обсуждение основных недостатков по представленному материалу. Внесение исправлений и дополнений в соответствии со сделанными замечаниями на апробации. Внесение исправлений в выпускную квалификационную работу, доклад и презентацию. Проверка сделанных исправлений преподавателем и окончательное утверждение обновленного доклада и презентации.

Самостоятельная работа

1. Изучение высказанных замечаний на апробации. Анализ ответов на вопросы по ВКР.
2. Подготовка ответов на замечания рецензента. Тренировка доклада с внесенными изменениями и дополнениями после апробации.

39. Модуль 39 (1 кредит – 36 часов) Семестровый экзамен для студентов четвертого курса. Самостоятельная работа студентов – 27 часов, экзамен – 9 часов.

39.1. Повторение пятого курса обучения.

Самостоятельная работа студентов

Повторение разделов модульного обучения за пятый курс:

1. Основы управления подготовкой спортсменов занимающихся армспортом.
2. Планирование подготовки борцов.
3. Прогнозирование спортивных результатов и его значение в армспорте.
4. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования
5. Значение моделирования спортивной деятельности и его особенности в армспорте.
6. Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по армспорту.
7. Факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе подготовки спортсменов по армспорту.
8. Технологии восстановления спортсменов.
9. Формирование общественного мнения о армспорте через средства массовой информации.
10. Фармакология в спортивной тренировке.

11. Фармакологическая поддержка на соревнованиях.

39.2. Сдача экзамена

Подготовка помещения для экзамена. Жеребьевка билетов. Подготовка по вопросам доставшегося билета. Ответ экзаменатору. Оценка ответа экзаменатором.

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

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

5.11. Тестирование для оценки уровня знаний по темам:

1 семестр

1. История развития армспорта в нашей стране и мире.

2 семестр

1. Тренировочное занятие по армспорту.

3 семестр

1. Выполнение приемов из различных положений.
2. Выполнение атаки из различных положений.
3. Выполнение технических действий в защите
4. Тактические приемы проведения технических действий.

4 семестр

1. Методы проведения современных научных исследований.

5 семестр

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

6 семестр

1. Проявления физических качеств в армспорте.

7 семестр

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

8 семестр

1. Объективные условия спортивной деятельности в армспорте
2. Структура соревновательной деятельности борца

9 семестр

1. Тренировочные нагрузки в армспорте.

10 семестр

1. Модельные характеристики профессиональной деятельности и личности тренера по армспорту.

5.1.2. Выступления на семинарских занятиях по темам:

1 семестр

1. Перспективы армспорта как олимпийского вида .
2. Инвентарь и оборудование для проведения тренировок по армспорту.
3. Термины, используемые для характеристики соревновательного пространства в армспорте.

2 семестр

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

3 семестр

1. Техника проведения приемов борцами по армспорту в учебно-тренировочных и соревновательных поединках.
2. Тактический план проведения поединка
3. Оперативное восстановление функционального состояния борцов.

4 семестр

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

5 семестр

1. Методики обучения в армспорте.
2. Методики обучения тактике в армспорте.
3. Программирование процесса обучения борцов.
4. Организация и проведение соревнований по армспорту.

6 семестр

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

7 семестр

1. Особенности применения методов тренировки борцов на различных этапах многолетней подготовки.
2. Виды подготовки борцов.
3. Тренировочный этап (начальной специализации) многолетней подготовки борцов.

8 семестр

1. Объективные условия спортивной деятельности в армспорте.
2. Отбор в процессе многолетней подготовки юных борцов.

3.Тренировочный процесс на этапе углубленной специализации.

9 семестр

1. Основы управления подготовкой спортсменов занимающихся армспортом.
2. Прогнозирование спортивных результатов и его значение в армспорте.
3. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования.
4. Значение моделирования спортивной деятельности и его особенности в армспорте.

10 семестр

- 1.Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по армспорту.
2. Технологии восстановления спортсменов армспорта.
3. Формирование общественного мнения о армспорте через средства массовой информации.
4. Особенности применения фармакологии в армспорте.

5.1.3. Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов:

1 семестр

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

2 семестр

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

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

3 семестр

1. Выделить основные характеристики техники армспорта.
2. Описать биомеханические структуры двигательных действий борца: , верхом ,пронацией, крюк, толчек.
3. Изучить технические действия в правосторонней стойке.
4. Изучить технические действия в левосторонней стойке.
5. Выписать тактиктическое проведения технических действий в атаке.
6. Выделить педагогические требования к объяснению и демонстрации простых и сложных технико-тактических действий.
7. Выписать тактиктическое проведения технических действий в левосторонней стойке

4 семестр

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

5 семестр

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

6 семестр

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

7 семестр

1. Использование основных и дополнительных средств тренировки борцов.
5. Применение методов тренировки в армспорте.
6. Особенности применения методов тренировки борцов на различных этапах многолетней подготовки.
7. Практическое выполнение упражнений общей и специальной физической подготовки в армспорте.
8. Подбор и выполнение упражнений для развития тактических умений, навыков, способностей и тактического мышления в армспорте.
9. Подготовка и проведение занятий на тренировочном этапе (начальной специализации).

8 семестр

1. Анализ компонентов соревновательной деятельности в армспорте.
2. Оценка воздействия тренировочных нагрузок на борцов.
3. Средства и методы отбора в армспорте.
4. Подготовить батарею тестов и контрольные нормативы для одного из этапов отбора спортсменов, занимающихся армспортом.
5. Разработка план-схемы подготовки учебно-тренировочной группы 1-го года обучения
6. Создание презентации к докладу на конференции по материалам ВКР.

9 семестр

1. Составление примерного годового плана подготовки сборной команды ведомства, страны
2. Прогнозирование спортивного результата выступления спортсменов в армспорте
3. Разработка дневных циклов тренировок по армспорту.
4. Разработка недельных циклов тренировок по армспорту.
5. Проведение тренировочных занятий по армспорту в группах спортивного совершенствования
6. Анализ результатов выступлений борцов по армспорту на чемпионатах мира и Европы

10 семестр

1. Анализ субъективных факторов ускоряющих адаптацию к профессиональной деятельности
2. Планирование восстановительных мероприятий в тренировочном процессе борцов.
3. Анализ рынка печатных изданий на спортивную тематику
4. Составление схемы применения препаратов максимально реализующих возможности борцов.
5. Использование средств фармакологического характера на подавление нежелательных реакций, не снижая работоспособность.

6. Составление краткой характеристики исследовательской работы.

5.1.4. Написание и защита рефератов по темам

1 семестр

1. армспортв системе физического воспитания.
2. Оборудование мест для проведения соревнований по армспорту.

2 семестр

1. Структура тренировочного занятия в армспорте.
2. Занятия армспортом оздоровительной направленности.

3 семестр

1. Техника армспорта в правосторонней стойке.
2. Техника армспорта в левосторонней стойке.
3. Тактика проведения технического действия.

4 семестр

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

5 семестр

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

6 семестр

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

7 семестр

1. Средства и методы тренировки спортсменов и особенности их применения.
2. Роль и значение тактической подготовки в армспорте.
3. Содержание занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки борцов.

8 семестр

1. Компоненты соревновательной деятельности и оценка их параметров в армспорте.
2. Характеристика тренировочных нагрузок в армспорте.
3. Основные пути отбора в армспорте.

9 семестр

1. Планирование подготовки в армспорте.
2. Прогнозирование спортивных результатов в армспорте.
3. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.
4. Особенности моделирования в армспорте.

10 семестр

1. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по армспорту.
2. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по армспорту.
3. Создание имиджа современного борца.

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

5.2.1. Содержание зачетных требований для студентов в I семестре заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

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

27. Соблюдение терминологии в тренировочной, организационно-управленческой и судейской работе по армспорту.
28. Иерархическое построение классификации техники армспорта и ее методическое значение.
29. Субординация как свойство классификационной схемы техники армспорта.
30. Международная судейская терминология, ее применение и связь с отечественной терминологией.
31. Функции и обязанности судей на соревнованиях по армспорту.
32. Эффективное и безопасное использование инвентаря и оборудования в тренировочном процессе борцов.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Основные элементы содержания занятий по армспорту.
2. Особенности воздействия на функциональные структуры организма спортсмена занятий армспортом.
3. Специфика содержания учебного занятия по армспорту.
4. Специфика содержания учебно- тренировочного занятия по армспорту.
5. Специфика содержания тренировочного занятия по армспорту.
6. Специфика содержания контрольного занятия по армспорту.
7. Специфика содержания соревновательного занятия по армспорту.
8. Специфика содержания урочной формы организации занятий по армспорту.
9. Специфика содержания внеурочной формы организации занятий по армспорту
10. Специфика содержания индивидуальной формы организации занятий по армспорту
11. Специфика содержания индивидуально-групповой формы организации занятий по армспорту
12. Специфика содержания групповой формы организации занятий по армспорту.
13. Специфика содержания основной части тренировочных занятий по армспорту.
14. Специфика содержания подготовительной части тренировочных занятий по армспорту.
15. Специфика содержания заключительной части тренировочных занятий по армспорту.
16. Планирование рабочего дня, соблюдение режима тренировок и отдыха.
17. Самодисциплина борца, настойчивость, привычка ценить и рационально использовать время.
18. Значение волевых качеств борцов в достижении высоких результатов в соревновательной деятельности.
19. Способность противостоять неудачному выступлению в начале соревнования и компенсировать это успешным выступлением в последующих поединках..
20. Способность переносить большие нагрузки, имеющие разнонаправленное воздействие.
21. Основы разностороннего развития занимающихся средствами армспорта.
22. Принципы построения занятий по армспорту оздоровительной направленности.
23. Разносторонние физические и психические нагрузки в процессе тренировок и выступления на соревнованиях.
24. Высокие показатели функциональных возможностей основных систем организма.

25. Длительное сохранение высокой работоспособности.
26. Результаты врачебных и педагогических наблюдений за воздействиями занятий армспортом на организм спортсменов.

5.2.3. Содержание зачетных требований для студентов во III семестре заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

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

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

Вопросы для устного ответа:

1. Средства и методы восстановления работоспособности борца и их применение на практике.
2. Цель и задачи рекреации в армспорте.
3. Принципы рекреационной тренировки армспорте.
4. Основные средства восстановления используемые в армспорте.
5. Использование нетрадиционных средств восстановления в процессе тренировочного занятия.
6. Формы физической рекреации применяемые в армспорте.
7. Медикаментозные средства восстановления в армспорте.
8. Особенности восстановления после растяжений в армспорте.
9. Особенности восстановления после повреждения суставов в армспорте.
10. Особенности восстановления после переломов в армспорте.
11. Использование средств восстановления в период соревнований.
12. Использование средств восстановления в тренировочный период.
13. Взаимосвязь применения средств восстановления и тренировочных нагрузок.
14. Сформулировать актуальность одного из направлений исследований.
15. Значение УИРС в подготовке бакалавров по армспорту в ИФК.
16. Методология научной деятельности.
17. Использование метода анализа литературных источников в исследованиях по армспорту.
18. Использование метода анкетирования в исследованиях по армспорту.
19. Использование метода экспертных оценок источников в исследованиях по армспорту.
20. Использование метода опроса в исследованиях по армспорту.
21. Использование метода педагогического эксперимента в исследованиях по армспорту.
22. Использование методов математической статистики в исследованиях по армспорту.
23. Использование метода наблюдения источников в исследованиях по армспорту.
24. Использование технических средств в исследованиях по армспорту.
25. Наиболее распространенные схемы исследований в армспорте.
26. Популярные методы сбора научных данных о различных сторонах деятельности в армспорте.
27. Применение методов математической статистики для обработки полученных данных о различных сторонах деятельности в армспорте.

5.2.5. Содержание зачетных требований для студентов в V семестре заочной формы обучения:

Вопросы для собеседования:

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

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

Деловая игра

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

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

Вопросы для устного ответа:

1. Содержание и формы воспитательной работы с юными борцами.
2. Организация и проведение тренировочного процесса в группах начальной подготовки.
3. Содержание и направленность тренировочного процесса в группах начальной подготовки.
4. Тренировочные нагрузки и особенности методики проведения тренировочных занятий по армспорту в группах начальной подготовки.
5. Переводные и контрольных нормативы по физической и специальной подготовке в группах начальной подготовки.
6. Применение технических средств в различных направлениях подготовки спортсменов.
7. Использование технических средств при подготовке борцов в различных частях тренировочного занятия.
8. Изменения функциональной направленности применения технических средств по ходу многолетней подготовки спортсмена занимающегося армспортом.
9. Значение технических средств для оценки комплексного воздействия тренировочных нагрузок на организм спортсменов занимающихся армспортом.
10. Общая характеристика основных физических качеств: силы, быстроты (скорости), выносливости, гибкости и ловкости (координационных способностей).
11. Разновидности проявления силы: абсолютная максимальная, общая и относительная сила, динамическая и статическая силовая выносливость.
12. Проявление силы в армспорте.
13. Проявление быстроты в армспорте.
14. Разновидности выносливости: общая и специальная, силовая, скоростная, статическая, координационная, эмоциональная и т.д.
15. Энергетическое обеспечение выносливости.

16. Проявление выносливости в армспорте.
17. Факторы, определяющие гибкость.
18. Измерение гибкости.
19. Активная и пассивная гибкость.
20. Проявление гибкости в армспорте.
21. Факторы, обеспечивающие проявление координационных способностей: развитие нервно-двигательного аппарата и органов управления движениями, уровень физических качеств, технико-тактическая подготовленность, морфофункциональные свойства организма.
22. Основные формы проявления координационных способностей: соизмерение и регулирование пространственных, временных и динамических параметров движений; поддержание статического и динамического равновесия; выполнение двигательных действий без излишней мышечной напряженности.
23. Координационные способности в армспорте.
24. Ведущие ощущения и восприятия в армспорте: зрительные, пространственные, временные, силовые, тактильные, кинестетические.
25. Двигательные представления (идеомоторика) армспорте.
26. Процессы мышления: сравнение, анализ, синтез, абстракция, конкретизация, логическое заключение, выводы и т.д.
27. Характер мыслительных задач.
28. Эмоциональные процессы и состояния.
29. Длительность и степень эмоциональных напряжений, динамика эмоциональных состояний.
30. Характеристика эмоций, причины, вызывающие их, влияние на выступление в соревнованиях.
31. Виды и качественные особенности волевых усилий в армспорте. Особенности процессов реагирования.
32. Внешнее и внутреннее внимание, его объем, интенсивность, концентрация, распределение, устойчивость, переключение.
33. Ориентирование в соревновательных ситуациях в армспорте.
34. Характеристика основных методов исследования, используемых в армспорте.
35. Особенности организации и проведения НИР в армспорте.
36. Естественный, модельный и лабораторный эксперименты.
37. Применение методов обработки результатов исследований и проведение научного анализа результатов исследований.
38. Применение апробированных методик проведения научных исследований в армспорте.
39. Технология составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем.
40. Составление служебной документации и технической заявки на приобретение физкультурно-спортивной экипировки, инвентаря, оборудования.
41. Составить планово-финансовый документ по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки.

5.2.7. Содержание зачетных требований для студентов в VII семестре заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

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

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

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

Вопросы для устного ответа:

1. Значение и виды соревнований в армспорте.
2. Структура соревновательной деятельности в армспорте.
3. Характеристика тренировочных нагрузок в армспорте.
4. Взаимовлияние тренировочных нагрузок и принципы их построения и планирования в дневных, недельных, мезо- и макроциклах.
5. Система отбора как составная часть общей системы подготовки спортсмена.
6. Виды спортивного отбора: первичный, на этапах овладения спортивным мастерством, отбор при комплектовании сборных команд.
7. Основные пути отбора в армспорте
8. Средства и методы отбора: педагогические, медико-биологические, психологические.
9. Эффективное применение педагогических методов (тестов) при отборе.
10. Определение предрасположенности к занятиям армспортом.
11. Анализ и прогноз спортивной одаренности (способности) ребенка к занятиям армспортом.
12. Использование антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в армспорте.
13. Содержание и направленность тренировочного этапа многолетней подготовки борцов.
14. Принципы и методы обучения в армспорте.
15. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки.
16. Требования стандартов спортивной подготовки в армспорте к проведению занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки.
17. Применение положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта при проведении занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки борцов.
18. Разработка и реализация тренировочных и соревновательных программ спортивной подготовки в армспорте с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе.
19. Составление типовых недельных и дневных циклов подготовки армспорту в соответствии с тренировочным этапом многолетней подготовки.
20. Интеграция научных знаний путем обобщения концепций, теорий и учений об одном и том же объекте исследования в целостную, упорядоченную систему знаний.
21. Логическое осмысление соревновательного упражнения борцом: 1) видовой состав (*особенное*), 2) способ повторения (*всеобщее*), 3) эффект воздействия (*единичное*).
22. Использование общеметодологических подходов в исследовательской деятельности в области армспорта.
23. Проведение научно-обоснованной оценки имеющихся результатов исследования
24. Использование методов педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучение коллектива и индивидуальных особенностей занимающихся.
25. Научные методы формулирования представлений и обобщений.

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

1. Характеристика деятельности тренеров в армспорте.
2. Особенности учебно-тренировочной и воспитательной работы тренера с юными борцами.
3. Задачи, содержание и построение спортивной тренировки в армспорте.
4. Этапы многолетней подготовки юных борцов.
5. Содержание и формы воспитательной работы с юными борцами.

6. Средства и методы теоретической и интеллектуальной подготовки.
7. Цель и задачи психологической подготовки в армспорте.
8. Роль и значение тактической подготовки в армспорте.
9. Взаимосвязь технической подготовки с другими сторонами подготовки борцов.

5.2.10. Содержание зачетных требований для студентов в IX семестре заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Спортивная тренировка как процесс управления.
2. Значение и задачи педагогического контроля за подготовкой и состоянием спортсменов в армспорте.
3. Учет тренировочных нагрузок по армспорту.
4. Виды контроля за состоянием борцов во время тренировок и соревнований.
5. Управление процессом спортивного совершенствования на основе данных контроля.
6. Разработка батареи тестов для педагогического контроля и организация их проведения.
7. Фиксирование, анализ и обобщение результатов педагогического контроля.
8. Поиск организационных решений для коррекции состояния занимающихся.
9. Оперативное, текущее, этапное управление.
10. Применение актуальных для армспорта технологий управления состоянием спортсмена, включая педагогический контроль и коррекцию.
11. Значение и задачи планирования подготовки в армспорте.
12. Виды планирования: перспективное, текущее, оперативное.
13. Четырехлетнее перспективное планирование борцов старших разрядов.
14. Годовое планирование в армспорте.
15. Особенности сочетания тренировочных нагрузок в армспорте с учетом их взаимовлияния.
16. Средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности.
17. Эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.
18. Осуществление самоконтроля, оценивания процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности.
19. Сохранение и поддержание определенного уровня спортивной подготовленности.
20. Значение и задачи прогнозирования спортивных результатов в армспорте.
21. Методы прогнозирования спортивных результатов и достижений: метод экспертных оценок, анализ динамики результатов, экстраполяция, их использование в армспорте.
22. Динамика личных и командных результатов по армспорту за последние десятилетия на российских соревнованиях, чемпионатах мира и европы.
23. Основная задача тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства.
24. Принципы формирования групп спортивного совершенствования.
25. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.
26. Оценка степени подготовленности спортсмена по отдельным видам подготовки и в целом.
27. Принципы чередование ударных нагрузок на этапе совершенствования спортивного мастерства.

28. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.
29. Требования стандарта спортивной подготовки в армспорте для этапа совершенствования спортивного мастерства.
30. Применение технической подготовки борца на этапе совершенствования спортивного мастерства.
31. Особенности организации и проведения занятий по физической подготовке на этапе совершенствования спортивного мастерства.
32. Организация и проведение занятий по тактической подготовке борцов на этапе совершенствования спортивного мастерства.
33. Интеграция тренировочного с учетом задач этапа совершенствования спортивного мастерства.
34. Составление типовых недельных и дневных циклов подготовки по армспорту в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства борцов.
35. Значение и задачи моделирования спортивной деятельности. Особенности моделирования в армспорте.
36. Блок-схема модели сильнейшего спортсмена.
37. Морфологические особенности, возраст и спортивный стаж сильнейших борцов России и мира.
38. Характеристика спортивной деятельности в армспорте. Требования к отдельным сторонам подготовки .

5.2.11. Содержание экзаменационных требований для студентов во X семестре заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Требования к профессиональной подготовке тренера.
2. Авторитарный, демократический и либеральный стили деятельности тренера.
3. Классификация тренеров.
4. Оценка деятельности и личности тренера.
5. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по армспорту.
6. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по армспорту.
7. Механизм возникновения спортивной травмы.
8. Особенности протекания восстановления при занятиях армспортом.
9. Подбор восстановительных средств, используемые после тренировочных нагрузок.
10. Использование восстановительные средства, при повышенных тренировочных нагрузках .
11. Применение различных средства и методы восстановления спортивной работоспособности для оптимизации подготовки борцов.
12. Применение средств восстановление в соответствии с особенностями тренировочных нагрузок (направленность, объем, интенсивность, продолжительность, нервно-эмоциональная напряженность и др.), состояния спортсмена (возраст, уровень тренированности, индивидуальные особенности и пр.), экологическими факторами окружающей среды.
13. Использование средств восстановления в период соревнований для направленного воздействия на восстановительные процессы как до соревнований, во время участия в них и после их окончания.

14. Активное воздействие на темпы восстановления непосредственно в различных формах тренировочного процесса для повышения уровня функциональных возможностей спортсменов, развития двигательных качеств и совершенствования технико-тактического мастерства.

15. Восстановительные мероприятия основного уровня. Оперативное восстановление функционального состояния спортсменов. Текущее восстановление.

16. Основные положения применения восстановительных средств в армспорте.

17. Формирование мотивации к занятиям армспортом.

18. Использование знаний в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям армспортом.

19. Умение формировать мотивацию к занятиям армспортом.

20. Структурные элементы общественного мнения.

21. Функции формирования общественного мнения о армспорте.

22. Перспектива армспорта как олимпийского вида спорта.

23. Средства массовой информации и основные приемы работы с ними.

24. Особенности фармакологической поддержки на различных этапах многолетней подготовки борцов.

25. Фармакологическое обеспечение подготовительного, базового, предсоревновательного периодов подготовки квалифицированных борцов.

26. Допинг. Общие положения. Антидопинговый контроль на соревнованиях по армспорту.

27. Коррекция отдельных состояний во время тренировки спортсменов средствами фармакологии.

28. Особенности фармакологического обеспечения при концентрированных нагрузках в армспорте.

29. Продление работоспособность средствами фармакологии на все время соревнований по армспорту.

30. Планирование проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.

31. Научный анализ и применение научных данных в практической деятельности.

32. Проведение научного анализа результатов исследований, формулирование и представление обобщения и выводов.

5.2.12. Примерная тематика выпускных квалификационных работ:

1. Прогнозирование спортивных достижений в армспорте.

2. Содержание учебно-тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки борцов.

3. Модели соревновательной деятельности в армспорте.

4. Методики повышения уровня подготовленности борцов.

5. Планирование тренировочных нагрузок в армспорте и их взаимовлияние.

6. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в различных группах СШ по армспорту.

7. Тренажерные технологии и их использование в тренировочном процессе борцов.

8. Рационализация питания спортсменов занимающихся армспортом.

9. Укрепление пассивной части опорно-двигательного аппарата спортсменов занимающихся армспортом.

10. Содержание периодов и этапов годового цикла тренировочного процесса спортсменов армспорта на различных этапах многолетней подготовки.

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

а) Основная литература:

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

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

б. Дополнительная:

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

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

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

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

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

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

– программное обеспечение дисциплины (модуля):

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

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование на тему: 1. История развития армспорта в нашей стране и мире.		7
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Перспектива армспорта как олимпийского вида. 2. Инвентарь и оборудование для проведения тренировок по армспорту. 3. Термины, используемые для характеристики соревновательного пространства в армспорте.		7 7 7
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Описать правила проведения соревнований по армспорту. 2. Составить хронологию изменения правил соревнований по армспорту. 3. Подготовка инвентаря и оборудования для проведения соревнований по армспорту. 4. Оборудование борцовского зала для проведения тренировочного процесса и соревнований. 5. Выписать основные термины, характеризующие соревновательную деятельность борцов.		7 7 7 6 6

5	Написание и защита рефератов по разделам: 3. Армспорт в системе физического воспитания. 4. Оборудование мест для проведения соревнований по армспорту		7 7
6	Зачет (рубежный контроль)		15
7	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр.

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование на тему: 1. Тренировочное занятие по армспорту.		8
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Организация и методика проведения частей занятия по армспорту. 2. Оздоровительный эффект от любительских занятий по армспортом.		8 8
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Составление конспектов и проведение подготовительной части учебно-тренировочных занятий по армспорту. 2. Анализ санитарно-гигиенических требований для борцовских залов. 3. Описать оздоровительные эффекты от занятий армспортом. 4. Провести анализ выполнения технических действий одного из ведущих борцов по армспорту.		8 8 7 7
5	Написание и защита рефератов по разделам: 1. Структура тренировочного занятия в армспорте. 2. Занятия армспортом оздоровительной направленности.		8 8
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	16 неделя	20
7	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств
Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр
Форма промежуточной аттестации: *зачет*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование по темам: 1. Выполнение техник из различных групп. 2. Выполнение атаки и контратаки. Выполнение технических действий в защите 3. Тактические приемы проведения технических действий.		5 5 5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 3. Техника проведения приемов борцами по армспорту в учебно-тренировочных и соревновательных поединках. 4. Тактический план проведения борцовского поединка 5. Оперативное восстановление функционального состояния борцов.		5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Анализ техники армспорта стоя 2. Анализ техники армспорта сидя. 3. Анализ техники армспорта в защите. 4. Анализ тактики выполнения технических действий в атаке и защите.		5 5 5 5
5	Написание и защита рефератов по разделам: 3. Техника армспорта в правосторонней стойке.		5

	4. Техника армспорта в левосторонней.		5
	5. Тактика проведения технического действия.		5
	6. План тренировок и занятий в университете на дневной и недельный циклы.		5
6	Зачет (рубежный контроль)		15
7	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр.

Форма промежуточной аттестации: экзамен

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Методы проведения современных научных исследований.		9
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Оперативное восстановление функционального состояния борцов. 2. Общая схема организации исследований.		9 9
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Выбор направления исследовательской деятельности и формулирование рабочего названия темы 2. Составление индивидуального и рабочего планов исследовательской деятельности. 3. Определение предполагаемых результатов, которые могут быть получены в результате исследований.		9 9 9
5	Написание и защита рефератов по разделам: 1. Основные средства и методы восстановления работоспособности борцов. 2. Научное обеспечение подготовки борцов.		8 8
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)		20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
---	-------------------------------------	----------------------------

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

V. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачет*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Методика обучения в армспорте. 2. Организация процесса обучения в армспорте.		5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Методики обучения в армспорте. 2. Методики обучения тактике в армспорте. 3. Программирование процесса обучения борцов. 4. Организация и проведение соревнований по армспорту.		5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Анализ построения процесса обучения в армспорте. 2. Освоение методики обучения технике. 3. Методика обучения в тактики армспорта. 4. Составление обучающих программ по армспорту. 5. Разработка и написание положения о соревнованиях по армспорту. 6. Составление сметы на проведение соревнований по армспорту.		3 3 3 3 3 3

	7. Соблюдение правил техники безопасности при проведении соревнований.		3
	8. Организация медицинского обеспечения во время проведения соревнований по армспорту.		3
	9. Организация и проведение командных соревнований по армспорту.		3
	10. Написание сценариев открытия и закрытия соревнований.		
5	Написание и защита рефератов по разделам: 1. Правила составления основных документов необходимых для проведения соревнований по армспорту. 2. Соблюдение техники безопасности при проведении соревнований по армспорту. 3. Сценарии открытия и закрытия соревнований.		5 5 5
6	Зачет (рубежный контроль)		15
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
-----------------	-----	-------	-------	-------	-------	--------

Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

VI. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 6 семестр.

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1.Проявления физических качеств в армспорте.		5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Анализ содержания тренировочного плана подготовки 1-го, 2-го и 3-го годов обучения на начальном этапе подготовки борцов. 2. Обсуждение применения технических средств в подготовке спортсменов занимающихся армспортом. 3. Комплексный анализ необходимых спортсмену двигательных качеств в сложившихся условиях соревнований по армспорту. 4. Методология исследовательской деятельности в армспорте		5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 7. Применение разнообразных общеразвивающих и специальных упражнений, их дозировка, сочетание с играми и состязательными формами проведения. 8. Изучение элементов техники армспорта в атаке и защите 9. Подготовка протоколов сдачи контрольно-переводных нормативов по годам обучения на данном этапе. 10. Применение тренажеров в		5 5 5 5

	тренировочном процессе борцов. 11. Использование мониторов сердечного ритма в тренировке. 12. Организация и проведение НИР в армспорте.		5 5
5	Написание и защита рефератов по разделам: 1. Роль технических средств в подготовке спортсменов занимающихся армспортом. 2. Общая характеристика основных физических качеств. 3. Характеристика основных методов исследования в армспорте.	24-31 недели 32-37 недели 38-43 недели	5 5 5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	44 неделя	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ECTS						
------	--	--	--	--	--	--

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Методика обучения в армспорте. 2. Организация процесса обучения в армспорте.		5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Особенности применения методов тренировки борцов на различных этапах многолетней подготовки. 2. Виды подготовки борцов. 3. Тренировочный этап (начальной специализации) многолетней подготовки борцов.		5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Использование основных и дополнительных средств тренировки борцов. 2. Применение методов тренировки в армспорте. 3. Особенности применения методов тренировки борцов на различных этапах многолетней подготовки. 4. Практическое выполнение упражнений общей и специальной физической подготовки в армспорте. 5. Подбор и выполнение упражнений для развития тактических умений, навыков, способностей и тактического мышления в армспорте в атаке. 6. Подбор и выполнение упражнений для развития тактических умений, навыков, способностей и тактического мышления в		5 5 5 5 5 5

	армспорте . 7. Подготовка и проведение занятий на тренировочном этапе (начальной специализации).		5
5	Написание и защита рефератов на темы:		5
	3. Средства и методы тренировки спортсменов и особенности их применения.		5
	4. Роль и значение тактической подготовки в армспорте.		5
	5. Содержание занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки борцов.		5
6	Сдача зачета (рубежный контроль)		15
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 8 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Объективные условия спортивной деятельности в армспорте 2. Структура соревновательной деятельности борца		5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Объективные условия спортивной деятельности в армспорте. 2. Отбор в процессе многолетней подготовки юных борцов. 3.Тренировочный процесс на этапе углубленной специализации.		5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 7. Анализ компонентов соревновательной деятельности в армспорте. 8. Оценка воздействия тренировочных нагрузок. 9. Средства и методы отбора в армспорте. 10. Подготовить батарею тестов и контрольные нормативы для одного из этапов отбора спортсменов, занимающихся армспортом. 11. Разработка план-схемы подготовки учебно-тренировочной группы 1-го года обучения 12. Создание презентации к докладу на конференции по материалам ВКР.		5 5 5 5 5 5
5	Написание и защита рефератов на темы: 3. Компоненты соревновательной		5

	деятельности и оценка их параметров в армспорте.		
	4. Характеристика тренировочных нагрузок в армспорте.		5
	5. Основные пути отбора в армспорте.		5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)		20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 9 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Тренировочные нагрузки в армспорте.		5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 4. Основы управления подготовкой спортсменов занимающихся армспортом. 5. Прогнозирование спортивных результатов и его значение в армспорте. 6. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования. 7. Значение моделирования спортивной деятельности и его особенности в армспорте.		5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 7. Составление примерного годового плана подготовки сборной команды ведомства, страны. 8. Прогнозирование спортивного результата в армспорте. 9. Разработка дневных циклов тренировок по армспорту. 10. Разработка недельных циклов тренировок по армспорту. 11. Проведение тренировочных занятий по армспорту в группах спортивного совершенствования 12. Анализ результатов по армспорту на чемпионатах мира и европы.		5 5 5 5 5 5

5	Написание рефератов на темы:		
	4. Планирование подготовки в армспорте.		5
	5. Прогнозирование спортивных результатов в армспорте.		5
	6. Структура годового цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.		5
	7. Особенности моделирования в армспорте.		5
6	Зачет (рубежный контроль)		15
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			

Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A
-------------------------	---	---	---	---	---	---

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Модельные характеристики профессиональной деятельности и личности тренера по армспорту.		5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по армспорту. 2. Технологии восстановления спортсменов армспорта. 3. Формирование общественного мнения о армспорте через средства массовой информации. 4. Особенности применения фармакологии в армспорте.		5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Анализ субъективных факторов ускоряющих адаптацию к профессиональной деятельности. 2. Планирование восстановительных мероприятий в тренировочном процессе борцов. 3. Анализ рынка печатных изданий на спортивную тематику. 4. Составление схемы применения препаратов максимально реализующих возможности борцов. 5. Использование средств фармакологического характера на подавление нежелательных реакций, не снижая работоспособность . 6. Составление краткой характеристики исследовательской работы.		5 5 5 5 5 5

5	Написание рефератов на темы:		
	3. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по армспорту.		5
	4. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по армспорту.		5
	5. Создание имиджа современного борца.		5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)		20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



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

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

**«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта
(армспорт)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2016г.

Москва – 2017 г.

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

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

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

Цель освоения дисциплины (модуля):

Целью освоения дисциплины (модуля) «**Теория и методика армспортом**» является – обеспечить освоение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (СШ), спортивных школах и средних специальных учебных заведениях, владеющих теоретическими знаниями научных достижений в нашей стране и за рубежом и умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (армспорта)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная	Контроль	
1	Введение в дисциплину «Теория и методика армспорта»	1	2	2	49		Зачет
2	«Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в армспорте»	1		6	66		
3	«Классификация, систематика и терминология в армспорте»	1		4	68		
4	«Тренировочное занятие по армспорту»	2	2	4	30	9	Экзамен
5	«Оздоровительная направленность армспорта»	2	2	10	43		
6	«Семестровый экзамен для студентов первого курса»	2			27		
7	«Основы техники армспорта»	3	2	10	77		Зачет
8	«Основы тактики армспорта»	3	2	6	73		
9	«Рекреация в армспорте»	4		8	64	9	Экзамен

10	«Задачи и организация НИР и УИРС по армспорту»	4	2	8	72		
11	«Семестровый экзамен для студентов второго курса»	4			27		
12	«Методика обучения в армспорте»	5		4	32		Зачет
13	«Методика обучения тактике в армспорте»	5		4	39		
14	«Программирование процесса обучения борцов»	5	2	4	30		
15	«Организация и проведение соревнований»	5		4	32		
16	«Тренировочный процесс в группах начальной подготовки»	6	2	4	13	9	
17	«Применение технических средств в тренировке борцов»	6	2	2	14		
18	«Характеристика проявлений двигательных и психических качеств в армспорте»	6		4	14		
19	«Методики исследования в армспорте»	6		4	32		
20	«Семестровый экзамен для студентов третьего курса»	6			27		
21	«Спортивная тактика в армспорте»	7		4	32		Зачет
22	«Средства и методы спортивной тренировки в армспорте»	7	2	2	59		
23	«Виды подготовки борцов»	7		4	32		
24	«Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки борцов»	7		4	32		
25	«Объективные условия спортивной деятельности в армспорте»	8		4	32	9	Экзамен, курсовая работа
26	«Отбор в процессе	8	2	4	30		

	многолетней подготовки»						
27	«Тренировочной этап (углубленная специализация) многолетней подготовки борцов»	8	2	4	39		
28	«Подготовка выпускной квалификационной работы»	8		4	32		
29	«Семестровый экзамен для студентов первого курса»	8			27		
30	«Управление подготовкой борцов»	9	2	2	32		Зачет
31	«Прогнозирование спортивных результатов борцов»	9		4	32		
32	«Тренировочный процесс на этапе совершенствования спортивного мастерства»	9	2	4	54		
33	Модуль 32 «Моделирование спортивной деятельности борца»	9		4	32		
34	«Профессионально-педагогическая деятельность тренера по армспорту»	10	2	4	21	9	
35	«Рекреация борцов»	10	2	4	30		
36	«Агитация и пропаганда»	10		4	17		
37	«Фармакология в армспорте»	10		4	32		
38	«Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы»	10		8	28		
39	«Семестровый экзамен для студентов пятого курса»	10			27		
Итого часов:			32	156	1459	45	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



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

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта
(армспорт)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Составители:

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

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

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

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

Учебная дисциплина «Теория и методика армспорта» относится к профессиональному циклу базовой части основной образовательной программы (ООП) бакалавриата. Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра обусловлено необходимостью формирования у выпускников современных взглядов при решении сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в области армспорта.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как спортивно-педагогическое совершенствование, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология. Интернет - технологии в спорте, безопасность жизнедеятельности, восстановление в спорте, врачебный контроль, аналогичные видам армспорта виды спорта и др.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-3	<i>Знать:</i> - основы теории и методики физической культуры и спорта; - принципы и методы обучения; - медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся; - требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта.	4 6 7		
	<i>Уметь:</i> - применять в профессиональной деятельности положения	2		

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

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

	<p>формирования мотивации к занятиям избранным видом спорта;</p> <p>- методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.</p>	5 8		
	<p>Уметь: использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям избранным видом спорта и воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции.</p>			
	<p>Владеть:</p> <p>- умением формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта;</p> <p>- методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.</p>			
ПК-10	<p>Знать:</p> <p>- теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки;</p> <p>- методики отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта;</p> <p>- современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.</p>	6		
	<p>Уметь:</p> <p>- эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе;</p> <p>- определять предрасположенность к занятиями определенными видами спорта;</p> <p>- анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка;</p> <p>- использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.</p>			
	<p>Владеть: умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.</p>			
ПК-11	<p>Знать:</p> <p>- федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта, примерные программы подготовки по виду спорта;</p> <p>- закономерности становления спортивного мастерства и формирования адаптационных процессов в ведущих функциональных системах;</p> <p>- содержание тренировочного процесса на этапах детско-юношеского и массового спорта;</p> <p>- медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку на этапах детско-юношеского и массового спорта;</p>	3		

	- методы планирования тренировочного процесса.			
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки). 	6 7		
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта; - информационными и компьютерными технологиями при разработке документов планирования; - навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности. 			
ПК-13	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды и методы педагогического контроля и учета его результатов; - содержание и организацию педагогического контроля в избранном виде спорта; - актуальные технологии управления состоянием спортсмена. 	7		
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; - пользоваться профессиональным инструментарием для сбора информации; - фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; - находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся. 			
	<p>Владеть: способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.</p>			
ПК-14	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методике спортивной тренировки в избранном виде спорта; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта. 	3		
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности. 			
	<p>Владеть:</p>			

	<p>- в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности;</p> <p>- способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.</p>			
ПК-15	<p>Знать:</p> <p>- средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности;</p> <p>- эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.</p>	7		
	<p>Уметь:</p> <p>- осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности;</p> <p>- сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.</p>			
	<p>Владеть:</p> <p>- навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;</p> <p>- средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности. - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия;</p> <p>- организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия.</p>			
ПК-26	<p>Знать:</p> <p>- технологию составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем;</p> <p>- функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки;</p> <p>- методы составления финансовых документов.</p>	1 4		
	<p>Уметь:</p> <p>- составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивный экипировки, инвентарь, оборудования;</p> <p>- осуществлять качественный уход за применяемыми в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем;</p> <p>- выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги;</p> <p>- работать с нормативными документами, относящимися к профессиональной деятельности.</p>			
	<p>Владеть:</p> <p>- навыками безопасной и эффективной работы и качественного ухода за оборудованием и инвентарем.</p> <p>- навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки.</p>			
ПК-28	<p>Знать:</p> <p>- методы и средства сбора информации, а также</p>	2		

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

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

4.1 Очное обучение

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 664 часов, самостоятельная работа студентов – 992часов.

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

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (армспорта)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Контроль	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра); форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
I курс	Всего:243 час (6,75 зачетных единиц)	1	14	66	163		Зачет	
1.1	Модуль 1 (1,75 зачетных единиц – 63 часа) Введение в дисциплину «Теория и методика армспорта»		4	12	47		Семинар	
1.2	Модуль 2 (1,5 зачетная единица - 54 часа) «Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в армспорте»		2	14	38		Семинар	
1.3	Модуль 3 (1 зачетная единица – 36 часов) «Классификация, систематика и терминология в армспорте»		2	16	18		Фронтальный письменный Семинар	
1.4	Модуль 4 (1 зачетная единица –36 часов) «Тренировочное занятиепо армспорту»		2	14	20		Фронтальный письменный Семинар	

1.5	Модуль 5 (1,5 зачетных единиц – 54 часа) «Оздоровительная направленность армспорта»		4	10	40		Семинар
I курс	Всего:279 часов (7,75 зачетных единиц)	2	22	78	170	9	Экзамен
1.6	Модуль 6 (2 зачетных единицы – 72 часа) «Основы техники армспорта»		8	20	44		Семинар
1.7	Модуль 7 (2 зачетных единицы – 72 часа) «Основы тактики армспорта»		6	20	46		Семинар
1.8	Модуль 8 (1 зачетная единица – 36 часов) «Рекреация борцов»		4	14	12		Семинар
1.9	Модуль 9 (1,75 зачетных единиц – 63 часа) «Задачи и организация НИР и УИРСпо армспорту»		4	18	41		Фронтальный устный
1.10	Модуль 10 (1 зачетная единица – 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов первого курса»				27	9	Экзамен
Всего за I курс: 522 часов (14,5 зачетных единиц)			36	144	233	9	
II курс	Всего:171 часо (3,75 зачетных единиц)	3	18	72	45		Зачет
2.1	Модуль 11 (1 зачетная единица – 36 часа) «Методика обучения в армспорте»		6	18	12		Семинар
2.2	Модуль 12 (1 зачетные единицы – 36 часов) «Методика обучения тактике в армспорте»		4	18	14		Семинар

2.3	Модуль 13 (0,75 зачетная единица – 36 часов) «Программирование процесса обучения борцов»		4	18	5		Фронтальный письменный
2.4	Модуль 14 (1 зачетная единица - 36 часов) «Организация и проведение соревнований»		4	18	14		Фронтальный устный
II курс	Всего:171 час (4,75 зачетных единиц)	4	14	72	76	9	Экзамен
2.5	Модуль 15 (1 зачетная единица - 36 часов) «Тренировочный процесс в группах начальной подготовки»		4	12	20		Фронтальный практический
2.6	Модуль 16 (0,75 зачетных единицы - 27 часов) «Применение технических средств в тренировке борцов»		2	12	13		Выборочный устный
2.7	Модуль 17 (1 зачетная единица - 36 часов) «Характеристика проявлений двигательных и психических качеств в армспорте»		4	28	4		Семинар
2.8	Модуль 18 (1 зачетная единица - 36 часов) «Методики исследования в армспорте»		4	20	12		Индивидуальный письменный
2.9	Модуль 19 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов второго курса»				27	9	Экзамен
Всего за II курс: 306 часов (8,5 зачетных единиц)			32	144	121	9	
III курс	Всего:252 часа (7 зачетных единиц)	5	28	64	160		Зачет
3.1	Модуль 20 (2зачетные единицы - 72 часа)		8	12	52		Устный выборочный

	«Спортивная тактика в армспорте»						
3.2	Модуль 21 (2 зачетные единицы – 72 часа) «Средства и методы спортивной тренировки в армспорте»		8	12	52		Семинар
3.3	Модуль 22 (1,5 зачетные единицы – 54 часа) «Виды подготовки борцов»		6	28	20		Семинар
3.4	Модуль 23 (1,5 зачетная единица – 54 часа) «Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки борцов»		6	12	36		Фронтальный практический
III курс	Всего:162 часов (4,5 зачетных единиц)	6	8	52	93	9	Экзамен
3.5	Модуль 24 (0,75 зачетная единица – 27 часов) «Объективные условия спортивной деятельности в армспорте»		2	12	13		Семинар
3.6	Модуль 25 (0,75 зачетная единица - 27 часов) «Отбор в процессе многолетней подготовки борцов»		2	12	13		Семинар
3.7	Модуль 26 (1 зачетная единица - 36 часов) «Тренировочной этап (углубленная специализация) многолетней подготовки борцов»		2	14	20		Фронтальный практический
3.8	Модуль 27 (1 зачетные единицы – 36 часов) «Подготовка выпускной квалификационной работы»		2	14	20		Фронтальный письменный
3.9	Модуль 28 (1 зачетная единица - 36 часов)				27	9	Экзамен

	«Семестровый экзамен для студентов третьего курса»						
Всего за III курс: 414 часов (11,5 зачетных единиц)			36	116	253	9	
IV курс	Всего:252 часа (7 зачетных единиц)	7	18	62	172		Зачет
4.1	Модуль 29 (2 зачетных единицы – 72 часа) «Управление подготовкой борцов»		4	12	56		Семинар
4.2	Модуль 30 (2 зачетных единицы– 72 часа) «Прогнозирование спортивных результатов борцов»		4	12	56		Выборочный письменный
4.3	Модуль 31 (1,5 зачетная единица – 54 часа) «Тренировочный процесс на этапе совершенствования спортивного мастерства»		4	12	38		Фронтальный практический
4.4	Модуль 32 (1 зачетная единица – 36 часов) «Моделирование спортивной деятельности борца»		2	12	22		Фронтальный письменный
4.5	Модуль 33 (0,5 зачетной единицы - 18 часов) «Профессионально-педагогическая деятельность тренера по армспорту»		4	14	-		Семинар
IV курс	Всего:198 часов (5,5 зачетных единиц)	8	18	58	113	9	Экзамен
4.5	Модуль 33 (0,5 зачетных единицы - 18 часов) «Профессионально-педагогическая деятельность тренера по армспорту»			8	10		Семинар
4.6	Модуль 34 (1 зачетная единица – 36 часов) «Рекреация борцов»		6	10	20		Семинар

4.7	Модуль 35 (1 зачетная единица – 36 часов) «Агитация и пропаганда»		6	14	16		Фронтальный письменный
4.8	Модуль 36 (1 зачетная единица – 36 часов) «Фармакология в армспорте»		6	18	12		Выборочный письменный
4.9	Модуль 37 (1 зачетная единица - 36 часов) «Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы»			10	26		Фронтальный устный
4.10	Модуль 38 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»				27	9	Экзамен
Всего за IV курс: 450 часов (12,5 зачетных единиц)			36	120	285	9	
Всего за курс: 1440 часов			140	524	992	36	

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

ПРОГРАММНЫЙ МАТЕРИАЛ 1 КУРС, ПЕРВЫЙ СЕМЕСТР

- 1. Модуль 1 (0,5 кредит – 18 часов). Введение в дисциплину «Теория и методика армспорта» Лекции – 2 часа, практические занятия – 10 часов, самостоятельная работа студентов – 6 часов.**

1.1. Содержание курса «Теория и методика армспорта». Практические занятия – 4, самостоятельная работа студентов – 2 часа.

Практические занятия – 4 часа

Разбор основных разделов программы обучения.

Знакомство со спортивной базой университета, на которой будет проходить обучение студентов.

Ознакомление с техническими средствами используемыми студентами в процессе обучения.

Анализ методической базы специализации и видов спорта, родственных армспорту.

Самостоятельная работа студентов - 2 часа

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

1.2. Армспорт в системе физического воспитания. Практические занятия – 2 часов, самостоятельная работа студентов – 2 часа.

Практические занятия – 2 часа

Анализ регламентов соревнований по армспорту, особенностей соревновательных упражнений.

Определение основных качеств необходимых для успешного выступления спортсмену в соревнованиях.

Основные показатели физического развития и функционального состояния борцов.

Самостоятельная работа - 2 часа

1. Выявить уровень результатов выступления в армспорте у сильнейших борцов России и мира, а также динамику его изменения.
2. Получение данных о возрасте участников финалов Чемпионатов России и мира, как показателя спортивного долголетия спортсменов занимающихся армспортом.

1.3. Перспектива армспорта как олимпийского вида. Лекция – 2 часа, практические занятия – 4, самостоятельная работа студентов – 2 часа

Лекция – 2 часа

Возникновение и этапы развития армспорта как вида спорта.

Профессиональный любительский армспорт. Всероссийские любительские чемпионаты, их победители. Российские борцы-любители на международных чемпионатах.

Значение и место армспорта в системе физического воспитания. Прикладное и воспитательное значение армспорта. Деятельность Международной и Российской федераций по развитию армспорта. Многолетняя подготовка высококвалифицированных борцов. Система подготовки профессиональных тренерских кадров по армспорту.

Перспективы дальнейшего развития армспорта.

Национальные виды борьбы.

Практические занятия – 4 часа

1. Армспорт как вид состязаний древних времен. Дебют советских борцов на чемпионатах мира, первые успехи на международных спортивных соревнованиях и достижения на мировой спортивной арене – 2 часа.

2. Этапы развития армспорта в СССР. Выступления Российских борцов на мировой арене в постсоветский период. Состояние развития армспорта на современном этапе развития российского государства и общества в целом – 2 часа.

Самостоятельная работа - 2 часа

Задания для внеаудиторной самостоятельной работы студентов:

1. Создать рейтинговый список по количеству побед на чемпионатах мира десятки выдающихся борцов России и мира.
2. Составить хронологию основных изменения правил соревнований по армспорту.
3. Определить трех тренеров, спортсмены которых наибольшее количество раз побеждали на чемпионатах мира.

2. Модуль 2 (1 кредит – 36 часов) Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в армспорте. - Лекция – 2 часа, практические занятия – 14 часов, самостоятельная работа студентов – 20 часов.

2.1 Травматизм и безопасность на занятиях армспортом. Лекция – 2 часа, практические занятия – 8 часов, самостоятельная работа студентов – 10 часов.

Лекция – 2 часа

Причины травматизма на занятиях армспортом.

Методические и организационные требования, направленные на предупреждение травм. Требования к местам занятий, спортивная форма борца. Значение взаимопомощи для профилактики травматизма.

Оздоровительный аспект в занятиях армспортом. Врачебный и педагогический контроль за состоянием здоровья занимающихся. Самоконтроль спортсмена. Обеспечение режима, питания, двигательной активности, сна и отдыха занимающихся. Совмещение занятий армспортом с другими видами спортивной деятельности.

Практические занятия – 8 часов

Значение разминки в предупреждении травматизма при занятиях армспортом. -2 часа.

Разминка в учебных, учебно-тренировочных, тренировочных и соревновательных условиях в зависимости от уровня подготовленности занимающихся. - 2 часа.

Специфическое значение разминки при изучении отдельных приемов и при решении конкретных тактико-технических задач в условиях спортивного поединка.- 2 часа.

Специальные упражнения для овладения методами подготовки необходимых мышечных групп для основной части занятия . – 2 часа.

Самостоятельная работа студентов - 10 часов

Изучение приемов разминочных упражнений. Отработка практических навыков овладения разминочными упражнениями на различных этапах обучения.

Объяснение, показ и обучение специальным упражнениям для укрепления мышечно-связочного аппарата.

2.2. Специальные упражнения при занятиях армспортом.

Практические занятия – 6 часов, самостоятельная работа студентов – 10 часов

Практические занятия – 4 часа

Значение специальных упражнений на начальном этапе обучения техники борьбы. Специальные упражнения - это физические упражнения специфичные для борцов занимающихся армспортом.

1. Упр. с партнером

2. Упр. с тренажёром

Биомеханический анализ техники с позиций предупреждения травматизма. Специальные упражнения для укрепления мышечно-связочного аппарата борца.

Самостоятельная работа студентов - 10 часов

Упражнения для укрепления связок. Упражнения для мышц предплечий (индивидуальные и парные), движения на себя с поворотом и без поворота .

Упражнения с сопротивлением. Перетягивание палки, в положении сидя, стоя; перетягивание каната, перетягивание и выталкивание партнера.

Упражнения с использованием резинового эспандера . Натяжение на себя, от себя с вращением кисти внутрь.

Подготовительные упражнения к выполнению основных технических движений , при выполнении приемов (верхом, прямой рукой, пронацией кисти), на месте и в движении.

Упражнения на канате: подъем в положении рук сорок пять градусов без подключения ног и др.

3. Модуль 3 (1 кредит – 36 часов) Классификация, систематика и терминология в армспорте. Лекция – 2 часа, практические занятия – 16 часов, самостоятельная работа студентов – 18 часов.

3.1. Классификация, систематика и терминология в армспорте. Лекция – 2 часа, практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа студентов -6 часов.

Лекция – 2 часа

Содержание понятий «классификация», «систематика» и «терминология» в армспорте.

Техника как важнейший объект классифицирования в борьбе. Процесс классифицирования техники борьбы. Классификация техники и тактики, общеразвивающих и специальных упражнений.

Анализ классификации, её свойства (иерархическое деление, субординация, соподчинение и гибкость).

Международная терминология, ее применение и связь с отечественной терминологией.

Практические занятия – 8 часов

Классификационная схема техники в армспорте.

Терминология техники в армспорте и ее разновидности.-2 часа.

Порядок образования полных названий приемов техники в армспорте.

Подклассы приемов техник в армспорте.- 2 часа

Иерархическое построение классификации техники армспорта и ее методическое значение.

Субординация как свойство классификационной схемы техники армспорта.- 2 часа

Соподчинение объектов классифицирования техники и способ решения спорных случаев в практике армспорта.

Гибкость классификационной схемы техники армспорта - один из признаков ее правильности и долголетия.- 2 часа

Самостоятельная работа студентов - 6 часов

1. Перерисовать схему классификации техники армспорта и проанализировать ее – 2 часа.

2. Разработать правила образования названий технических действий в борьбе. – 2 часа.

3. Выписать основные термины, характеризующие соревновательную деятельность борцов армспорта – 2 часа.

3.2. Специальные термины, востребованные в обучении и тренировке спортсменов в армспорте. Практические занятия – 6 часов, самостоятельная работа студентов 6 часов

Практические занятия – 6 часов

Выделение основных терминов наиболее используемых при обучении борцов. Назначение формализованных терминов и их преимущество перед сленговыми выражениями. Освоение терминов как многоэтапный процесс подготовки борцов. Наиболее востребованные и значимые среди составов терминов понятия, позволяющие специализировать информацию к специфической деятельности в армспорте.

Самостоятельная работа студентов 6 часов

1. Изучение терминологии используемой тренером на занятиях по армспорту – 2 часа.
2. Просмотр терминологических справочников включающих разделы обучения двигательной деятельности – 2 часа.
3. Научиться формулировать основные термины, используемые на тренировках по армспорту – 2 часа.

3.3. Судейская терминология. Практические занятия – 2 часа, самостоятельная работа студентов – 6 часов

Практические занятия – 2 часа

1. Термины, используемые для характеристики соревновательного пространства .
2. Составы терминов, относящиеся к технологии регистрации и обработки результатов, показанных спортсменами.

Самостоятельная работа студентов - 6 часов

1. Ознакомление с основными судейскими терминами, используемыми при судействе соревнований по армспорту .– 2 часа.
2. Привести примеры использования терминов судьями предложенных преподавателем – 2 часа.
3. Просмотр соревнований по армспорту с целью выявления частоты применения основных судейских терминов – 2 часа.

4. Модуль 4 (1 кредит – 36 часов) Тренировочное занятие по армспорту. Лекция – 2 часа, практические занятия – 14 часов, самостоятельная работа студентов – 20 часов.

4.1. Структура учебно-тренировочного занятия в армспорте. Лекция – 2 часа, самостоятельная работа студентов - 4 часа

Лекции – 2 часа

Основные элементы содержания занятий по армспорту. Проектируемое и реально сложившееся содержание занятий. Особенности воздействия на функциональные структуры организма спортсмена занятий по армспорту и отражение данного воздействия на структуру учебно-тренировочного занятия.

Специфика содержания подготовительной, основной и заключительной частей учебно-тренировочных занятий по армспорту.

Последовательность действий тренера и спортсмена при решении основных задач поставленных на учебно-тренировочном занятии. Конкретизация методов и методических приемов, отражающих условия проведения занятий по армспорту .

Определение наиболее эффективной формы организации занятия.

Самостоятельная работа студентов -4 часа

Изучение особенностей функциональных сдвигов в организме спортсменов, занимающихся армспортом.

4.2. Задачи и содержание частей занятия по армспорту. Практические занятия – 4 часов, самостоятельная работа студентов - 4 часа

Практические занятия – 4 часа

1. Постановка образовательных, оздоровительных и воспитательных задач при подготовке к учебно-тренировочным занятиям по армспорту. Ознакомление с формой написания конспектов. Изучение примерных конспектов занятий по армспорту – 2 часа.

2. Написание конспектов подготовительной, заключительной частей занятий по армспорту – 2 часа.

Самостоятельная работа студентов - 4 часа

1. Изучение конспектов учебно-тренировочных занятий по армспорту у личных тренеров – 2 часа.

2. Написание собственных конспектов занятий по армспорту – 2 часа.

4.3. Организация и методика проведения частей занятий по армспорту. Практические занятия – 4 часов, самостоятельная работа студентов – 4 часа

Практические занятия – 4 часа

Проведение подготовительных частей учебно-тренировочных занятий по армспорту – 4 часа.

Самостоятельная работа студентов – 4 часа

1. Проведение заключительных частей занятий по армспорту – 4 часа.

4.4. Обеспечение безопасности при обучении армспорту. Практические занятия – 2 часа, самостоятельная работа студентов – 4 часа

Практические занятия – 2 часа

1. Подробный анализ инструкций безопасности на занятиях по армспорту на ковре. Изучение правил безопасного при занятиях со спортивными снарядами. – 2 часа.

Самостоятельная работа студентов – 4 часа

Доклад с презентацией по технике безопасности на занятиях по армспорту на ковре. – 2 часа.

Сбор материала к докладу и подготовка презентации по технике безопасности на занятиях со спортивными снарядами. – 2 часа.

4.5. Гигиенические нормы для специализированных помещений, в которых проводятся занятия по армспорту. Практические занятия – 4 часов, самостоятельная работа студентов - 4 часа

Практические занятия – 4 часа

Анализ санитарно-гигиенических требований для помещений при занятиях армспортом– 4 часа.

Самостоятельная работа студентов - 4 часа

Описание гигиенических требований к тренировочному залу.

5. Модуль 5 (0,5 кредит – 18 часов) Оздоровительная направленность армспорта. Лекция – 2 часа, практические занятия – 10 часов, самостоятельная работа студентов – 6 часа

5.1. Разностороннее развитие личности средствами армспорта. Лекция – 2 часа, практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа студентов - 2 часов

Лекции – 2 часа

Воспитание трудолюбия. Правильное сочетание работы или учебы с занятиями по армспорту. Планирование рабочего дня, соблюдение режима тренировок и отдыха. Самодисциплина, настойчивость, привычка ценить и рационально использовать время.

Значение волевых качеств в достижении высоких результатов в соревновательной деятельности. Способность противостоять первым неудачам и компенсировать их успешным выступлением в оставшихся поединках.

Способность переносить большие нагрузки, имеющие разнонаправленное воздействие.

Разносторонние физические и психические нагрузки в процессе тренировок и выступления на соревнованиях. Высокие показатели функциональных возможностей основных систем организма. Длительное сохранение высокой работоспособности.

Результаты врачебных и педагогических наблюдений за воздействиями занятий борьбой на организм спортсменов.

Практические занятия – 4 часов

1. Составить план тренировок и занятий в университете на дневной и недельный цикл. Обсуждение соревновательных ситуаций формирующих личностные качества борца – 2 часа.

2. Описание сторон тренировочного процесса способствующих развитию личностных качеств борца. Особенности формирования личностных качеств на тренировках по борьбе. – 2 часа.

Самостоятельная работа студентов - 2 часа

1. Расписать режим дня борцов.
2. Написать возможные варианты отдыха между тренировками и учебой в университете.

5.2. Оздоровительный эффект от любительских занятий армспортом. Практические занятия – 4 часов, самостоятельная работа студентов - 2 часа

Практические занятия – 4 часа

1. Изучение факторов влияющих на разностороннее развитие организма борца. Ознакомление с показателями физического развития и функционального состояния борца - 2 часа.

2. Тестирование психических функций группы занимающихся армспортом. Сравнение данных показателей с представителями других видов спорта. Тестирование двигательных качеств группы занимающихся борьбой. Сравнение данных с представителями других видов спорта – 2 часа.

Самостоятельная работа студентов - 2 часа

1. Обработка результатов тестирования психических функций группы.
2. Обработка результатов тестирования двигательных качеств группы.

5.3. Создание оздоровительных центров на базе спортивных клубов по армспорту. Практические занятия – 2 часов, самостоятельная работа студентов – 2 часа

Практические занятия – 2 часа

1. Описание оздоровительного воздействия армспорта. Комплексный эффект армспорта на оздоровление организма занимающихся. Разработка основных принципов оздоровительного подхода при занятиях борьбой - 2 часа.

Самостоятельная работа студентов – 2 часа

1. Обсуждение примерных конспектов занятий армспортом оздоровительной направленности.
2. Составление примерных конспектов занятий армспортом оздоровительной направленности.

1 КУРС, ВТОРОЙ СЕМЕСТР

6. Модуль 6 (2 кредита – 72 часов) Основы техники армспорта. Лекции – 8 часа, практические занятия – 22 часов, самостоятельная работа студентов – 42 часа.

Лекция – 8 часов

Определение понятий "техника" армспорта. Общая характеристика техники и ее значение для становления мастерства борца.

Техника как идеальная модель соревновательной деятельности. Удельный вес техники в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь. Технический арсенал борца и закономерности их формирования.

Биомеханический анализ техники: площадь опоры, опорные поверхности, ОЦМ, угол устойчивости. Внешние и внутренние силы и их роль, при выполнении технических действий (действие пары сил, рычага, плеча рычага силы). Качественные и количественные параметры выполнения действий борца. (Увязать с программой биомеханики или смотреть по курсам).

Практические занятия – 22 часа

1. Просмотр демонстрационных материалов по технике проведения приемов борцов армспорта в учебно-тренировочных и соревновательных поединках. – 6 часов.

2. Практический разбор техники борьбы и подготовительных действий для выполнения технических действий .- 4 часа

3. Практический разбор техники борьбы выполняемой на соревнованиях. – 4 часа.

4. Особенности проведения технических действий борцами различного телосложения и весовых категорий, возраста. – 4 часа.

5. Биомеханический анализ техники из различных классификационных групп . – 4 часа.

Самостоятельная работа студентов - 42 часа

Овладение техническими действиями в различных группах:
- движение верхом, движение пронацией кисти, движения вогнутой кистью
движение прямой рукой и т.п.

Совершенствование техники борьбы в различных условиях: без сопротивления; с сопротивлением; с более тяжелым противником; с высоким противником; со скользким противником и т.п..

7. Модуль 7 (2 кредита – 72 часа) Основы тактики армспорта. Лекции – 8 часа, практические занятия – 22 часов, самостоятельная работа студентов – 42 часов.

Лекция – 8 часа

Определение основных понятий: стратегия и тактика. Разделы стратегии и тактики: стратегия многолетней спортивной деятельности, стратегия участия в соревнованиях, стратегия поведения борца в поединке, тактика участия в соревнованиях, тактика ведения схватки, тактика проведения приемов.

Стратегии ведения поединка - атакующей, контратакующей, защитной. Осуществление стратегического взаимодействия, выбор стратегии поведения, изменение стратегии поведения соперника, стратегические действия. Выбор тактических и технических действий в зависимости от поведения соперника, осуществление тактического взаимодействия. Осуществление технического воздействия (предметное преобразование) и достижение спортивного результата (стадия разрешения конфликта схватки).

Значение тактики в подготовке борцов и ее взаимосвязь с техникой, физической, психологической и теоретической подготовкой спортсменов.

Приемы психологического воздействия на соперника и маскировка своих намерений.

Составление тактического плана поединка. Общий тактический замысел: постановка цели и определение тактических задач, разведка, оценка ситуации, распределение сил по ходу поединка, планирование основных и дополнительных технических и тактических действий, реализация замыслов. Тактические планы проведения поединков с известным и неизвестным соперником. Тактические закономерности ведения схватки и тактики проведения приемов. Оценка эффективности тактики.

Особенности тактики участия в различных соревнованиях (чемпионатах, турнирах, матчевых, отборочных и классификационных).

Анализ тактики ведущих спортсменов России и мира и пути дальнейшего совершенствования тактики армспорта. Примеры применения тактики лучшими мастерами борьбы для достижения победы.

Взаимосвязь тактики и спортивной этики. Требования к соблюдению этических норм в соревновательной обстановке.

Практические занятия – 22 часов

1. Анализ содержания и структуры разделов тактики армспорта (тактика проведения приемов, тактика ведения схваток, тактика участия в соревнованиях). – 6 часов.

2. Благоприятные условия для выполнения технических действий, способы их подготовки при защитных действиях противника, при атакующих действиях, при утомлении противника. – 6 часов.

3. Тактический план схватки. Элементы, необходимые для составления и реализации тактического плана схватки. Тактический план схватки с неизвестным противником. – 6 часов.

4. Анализ тактики ведущих борцов армспорта (на конкретных примерах). – 4 часа.

Самостоятельная работа студентов - 42 часов

Овладение тактическими действиями -10 часов.

Совершенствование тактики борьбы в различных условиях.- 6 часов.

Тактические приёмы: разведка, угроза, сковывание, атака, повторная атака, обман, двойной обман, вызов и др. – 10 часов.

Элементы тактики: цель, разведка, оценка ситуации, планирование основных, дополнительных (запасных) вариантов действий, реализация замыслов. -8 часов.

Тактические действия, необходимые для проведения атакующих действий:

1. Тактика взятия захвата. – 2 часа.
2. Тактический маневр. – 2 часа.
3. Тактическая подготовка. -2 часа.
4. Вход в ситуацию начала атаки (атакующего приема). -2 часа.

8. Модуль 8 (1 кредит – 36 часов) Рекреация в армспорте. Лекции – 4 часа, практические занятия – 16 часов, самостоятельная работа студентов – 16 часов.

Лекция – 4 часа

Применение средств и методов восстановления спортивной работоспособности как ведущий фактор оптимизации подготовки спортсменов.

Применение средств восстановления в соответствии с особенностями тренировочных нагрузок (направленность, объем, интенсивность, продолжительность, нервно-эмоциональная напряженность и др.), состояния спортсмена (пол, возраст, уровень тренированности, индивидуальные особенности и пр.), экологическими факторами окружающей среды.

Использование средств восстановления в период соревнований для направленного воздействия на восстановительные процессы как до соревнований, во время участия в них и после их окончания.

Практические занятия – 16 часов.

Активное воздействие на темпы восстановления непосредственно в различных формах учебно-тренировочного процесса для повышения уровня функциональных возможностей спортсменов, развития двигательных качеств и совершенствования технико-тактического мастерства. – 4 часов.

Оперативное восстановление функционального состояния спортсменов. – 2 часа.

Текущее восстановление. – 2 часа.

Педагогические, гигиенические, медико-биологические и психологические средства. – 4 часа.

Основные положения применения восстановительных средств в армспорте. – 4 часа.

Самостоятельная работа студентов – 16 часов

Определить основные средства и методы восстановления работоспособности. Разобрать применение средств восстановления в зависимости от особенностей тренировочных нагрузок. Выявить влияние на темпы восстановления различных средств.

9. Модуль 9 (1 кредит – 36 часов) Задачи и организация НИР и УИРС по армспорту». Лекции – 6 часов, практические занятия – 20 часов, самостоятельная работа студентов – 28 часов.

9.1. Проблемы совершенствования теории и методики в армспорте. Лекция – 4 часа, практические занятия – 2 часа, самостоятельная работа студентов - 4 часа.

Лекции – 4 часа

Значение УИРС в подготовке специалистов по армспорту в ИФК. Задачи и содержание УИРС: изучение и анализ научно-методической литературы, постановка задач исследований, овладение современными методами проведения научных исследований в области теории и методики спорта и своей специализации, овладение знаниями и умениями обработки данных исследований, формулирование выводов и практических рекомендаций.

Практические занятия – 2 часа

Ознакомление с современными направлениями исследовательской деятельности в армспорте и видах спорта родственных спортивной борьбе.

Самостоятельная работа студентов - 4 часа

Работа с электронными каталогами библиотеки университета. Поиск работ по направлениям интересующих студентов. Составить список работ.

9.2. Общая схема организации исследований. Лекция – 2 часа, практические занятия – 6 часа, самостоятельная работа студентов - 6 часов.

Лекция – 2 часа

Методология научной деятельности. Общая схема хода научного познания. Использование методов сбора научных данных. Применение методов математической статистики.

Тематика исследований и выбор тем выпускных работ.

Значение участия в работе научно-студенческого общества, семинарах и конференциях кафедр и университета.

Практические занятия – 6 часа

1. Выбор направления исследовательской деятельности и формулирование рабочего названия темы. Написание актуальности исследовательской деятельности – 2 часа.
2. Разработка рабочей гипотезы. Принципы поиска списка литературы для теоретического анализа состояния проблемы – 2 часа.
3. Составление индивидуального и рабочего планов исследовательской деятельности – 2 часа.

Самостоятельная работа студентов – 6 часов

Изучение индивидуального и рабочего планов исследовательской деятельности.

9.3. Анализ используемой методики по избранной проблеме. Практические занятия – 12 часов, самостоятельная работа студентов – 18 часов

Практические занятия – 12 часов

1. Изучение существующих исследований по направлению выбранной темы – 4 часа.
2. Описание практической значимости предполагаемого исследования – 2 часа.
3. Определение предполагаемых результатов, которые могут быть получены в результате исследований – 2 часа.
4. Подбираются корректные методики исследовательской деятельности позволяющие удовлетворить интерес студентов – 4 часа.

Самостоятельная работа студентов - 18 часов

1. Определить объект и предмет исследований .– 2 часа.
2. Сформулировать выше указанные положения письменно. – 2 часа.
3. Заполнение карточек для заказа литературы в читальном зале университета. – 2 часа..
4. Посещение читального зала для сбора информации по состоянию проблемы из специальной литературы. – 12 часов.

10. Модуль 10 (1 кредит – 36 часов) Семестровый экзамен для студентов первого курса. Самостоятельная работа студентов – 27 часов, экзамен – 9 часов.

10.1. Повторение первого курса обучения. Самостоятельная работа студентов - 27 часов

Самостоятельная работа студентов - 27 часов

Повторение разделов модульного обучения за первый курс:

1. Армспорт в системе физического воспитания – 2 часа.
2. Перспектива армспорта в будущем как олимпийского вида спорта – 2 часа.
3. Травматизм и безопасность на занятиях армспортом — 2 часа.
4. Терминология соревновательных упражнений в армспорте – 2 часа.
5. Структура учебно-тренировочного занятия в армспорте – 2 часа.
6. Разностороннее развитие личности средствами армспорта – 2 часа.
7. Оздоровительный эффект от любительских занятий армспортом – 2 часа.
8. Техника армспорта – 4 часа.
9. Тактика армспорта – 4 часа.
10. Рекреация в армспорте – 1 час.
11. Проблемы совершенствования теории и методики в армспорте – 2 часа.
12. Общая схема организации исследований – 2 часа.

12.2. Сдача экзамена - 9 часов

Подготовка помещения для экзамена. Жеребьевка билетов. Подготовка по вопросам доставшегося билета. Ответ экзаменатору. Оценка ответа экзаменатором.

2 КУРС, ТРЕТИЙ СЕМЕСТР

11. Модуль 11 (1,75 кредита – 36 часов). Методика обучения в армспорте. Лекция – 6 часов, практические занятия – 18 часов, самостоятельная работа студентов – 39 часов.

11.1. Характеристика методов обучения в армспорте. Лекция – 2 часа, практические занятия – 8 часов, самостоятельная работа студентов - 4 часа

Лекции – 2 часа

Предмет и задачи обучения. Применение дидактических принципов при обучении в армспорте. Воспитывающий характер обучения. Оздоровительная направленность. Сознательность и активность обучаемых. Наглядность и прочность. Доступность и индивидуализация. Систематичность и постепенное повышение требований. Взаимосвязь дидактических принципов.

Положительный и отрицательный перенос навыков и его учет при построении обучения. Зависимость методов и особенностей построения процесса обучения от структуры и сложности формируемых двигательных действий, от специфики проявляемых при этом физических качеств. Характеристика основных методов обучения в армспорте.

Практические занятия – 8 часов

1. Характеристика возрастных особенностей спортсменов при начале освоения армспорта. – 4 часа.

2. Анализ построения процесса обучения в армспорте. – 4 часа.

Самостоятельная работа студентов - 16 часов

1. Изучение научно-методической литературы по вопросу применения методов обучения в армспорте – 8 часов.

2. Написание реферата по обучению одному из технических действий в армспорте – 8 часов.

11.2. Методика обучения в армспорте. Лекция – 4 часа, практические занятия – 10 часов, самостоятельная работа студентов - 23 часа.

Лекции – 4 часа

Определение готовности к обучению: физической, координационной, психической.

Структура процесса обучения: этап начального разучивания, этап углубленного разучивания и этап закрепления и совершенствования (достижение вариативности) навыка.

Этап начального разучивания: цели и задачи; методы и методические приемы разучивания упражнений в армспорте; разучивание по частям и в целом (слитно). Использование подводящих упражнений при разучивании.

Предупреждение и устранение ошибок при обучении технике армспорта: характерные ошибки, основные причины ошибок – недостаточная физическая подготовленность, недостаточное понимание двигательной задачи, недостаточный самоконтроль, утомление, отрицательный перенос навыков, ошибки в предшествующих фазах, неблагоприятные условия для выполнения действия и т.д. Меры предупреждения ошибок и методика их исправления.

Контроль и самоконтроль за освоением техники движений. Оценка эффективности обучения, интервалы отдыха, интервалы между занятиями.

Этап углубленного разучивания: цели и задачи. Метод последовательного усложнения условий выполнения двигательных действий. Сравнительные методы. Особенности применения метода слова. Идеомоторная тренировка. Аналитический метод демонстраций. Методы сенсорного ориентирования, лидирования и сопровождения движений. Контроль и оценка эффективности обучения.

Этап закрепления и совершенствования навыков: цели и задачи. Методы стандартно-повторного и повторно-переменного упражнения и их сочетание. Приближение условий деятельности в тренировке к соревновательным условиям.

Приемы достижения вариативности действия. Метод направленного сопряжения («сопряженный метод») как основа взаимодействия процессов совершенствования техники и воспитания физических качеств. Перестройка техники двигательных действий.

Контроль и оценка степени автоматизированной, устойчивости навыка к утомлению, к сбивающим факторам, вариативности действия.

Практические занятия – 10 часов

1. Специальные и подводящие упражнения для освоения техники армспорта . – 4 часа.
2. Предупреждение и устранение ошибок в процессе обучения техники армспорта – 6 часов.

Самостоятельная работа студентов - 23 часа

1. Определение последовательности использования методов обучения техники армспорта – 16 часов.
2. Написание примерного конспекта первого занятия по обучению техники армспорта.– 7 часов.

12.Модуль 12 (1 кредит – 36 часов). Методика обучения тактике армспорта. Лекция – 4 часа, практические занятия – 18 часов, самостоятельная работа студентов – 14 часов.

12.1. Характеристика методов обучения тактики армспорта. Лекция – 2 часа, практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа студентов - 4 часа.

Лекции – 2 часа

Предмет и задачи обучения. Применение дидактических принципов при обучении в тактики армспорта. Воспитывающий характер обучения. Оздоровительная направленность. Реализация дидактических принципов и их взаимосвязь.

Учет переноса навыков при построении обучения в тактики армспорта. Подбор методов и структуры построения процесса обучения в тактики армспорта в соответствии со сложностью формируемых двигательных действий, и спецификой проявляемых при этом физических качеств. Характеристика основных методов обучения.

Практические занятия – 4 часа

1. Характеристика возрастных особенностей спортсменов армспорта при начале освоения различных тактических действий – 2 часа.
2. Анализ построения процесса обучения тактическим действиям – 2 часа.

Самостоятельная работа студентов - 4 часа

1. Изучение научно-методической литературы по вопросу применения методов обучения при освоении тактических действий – 2 часа.
2. Написание реферата по обучению тактики проведения технического действия в армспорте. – 2 часа.

12.2. Методика тактики армспорта. Лекция – 2 часа, практические занятия – 14 часов, самостоятельная работа студентов – 10 часов

Лекции – 2 часа

Определение готовности к обучению: физической, координационной, психической подготовки.

Особенности структуры процесса обучения: этап начального разучивания, этап углубленного разучивания и этап закрепления и совершенствования (достижение вариативности) навыка.

Этап начального разучивания: цели и задачи; методы и методические приемы разучивания. Использование подводящих упражнений при разучивании тактических действий в армспорте.

Предупреждение и устранение ошибок при обучении: характерные ошибки, основные причины ошибок – недостаточная физическая подготовленность, недостаточное понимание двигательной задачи, недостаточный самоконтроль, утомление, отрицательный перенос навыков,

ошибки в предшествующих фазах, неблагоприятные условия для выполнения действия и т.д. Меры предупреждения ошибок и методика их исправления.

Контроль и самоконтроль за освоением тактических действий. Оценка эффективности обучения, интервалы отдыха, интервалы между занятиями.

Этап углубленного разучивания: цели и задачи. Метод последовательного усложнения условий выполнения действий. Сравнительные методы. Особенности применения метода слова. Идеомоторная тренировка. Аналитический метод демонстраций. Контроль и оценка эффективности обучения.

Этап закрепления и совершенствования навыков: цели и задачи. Методы стандартно-повторного и повторно-переменного упражнения и их сочетание. Приближение условий деятельности в тренировке к соревновательным условиям.

Приемы достижения вариативности действия. Метод направленного сопряжения («сопряженный метод») как основа взаимодействия процессов совершенствования техники и воспитания физических качеств. Перестройка техники двигательных действий.

Контроль и оценка степени автоматизированной, устойчивости навыка к утомлению, к сбивающим факторам, вариативности действия.

Практические занятия – 14 часов

1. Основы методики обучения тактике армспорта. Последовательность обучения. – 4 часа.

2. Изучение биомеханических тактических механизмов достижения успеха в армспорте в стойке и применение их в технико-тактических структурах. – 10 часов.

Самостоятельная работа студентов - 10 часов

1. Определение последовательности использования методов обучения тактики армспорта. – 10 часов.

2. Написание примерного конспекта первого занятия по обучению тактики армспорта. – 2 часа.

13. Модуль 13 (1 кредит – 36 часов). Программирование процесса обучения борцов. Лекция – 4 часа, практические занятия – 18 часов, самостоятельная работа студентов – 14 часов.

13.1. Теоретические основы программирования обучения в армспорте. Лекция – 4 часа, практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа студентов - 4 часа

Лекции – 4 часа

Элементы программирования обучения в армспорте. Виды программ обучения борцов. Структура линейной и разветвлённой программ обучения. Особенности программирования процесса обучения в армспорте.

Практические занятия – 4 часа

Обсуждение особенностей реализации различных программ обучения с учетом специфики армспорта.

Самостоятельная работа студентов - 4 часа

1. Изучить опыт использования линейных программ в освоении двигательных действий – 2 часа.

2. Анализ применения разветвленных программ при обучении различным двигательным действиям – 2 часа.

13.2. Составление обучающих программ по армспорту. Практические занятия – 14 часов, самостоятельная работа студентов - 10 часов.

Практические занятия – 14 часов

1. Тестирование двигательных способностей начинающих борцов – 2 часа.

2. Подбор средств и методов обучения в армспорте– 4 часа.

3. Определение объема необходимого учебного материала и его распределение по этапам обучения – 2 часа.

4. Контроль уровня освоения соревновательной техники в армспорте– 2 часа.

5. Создание ступеней освоения соревновательной техники в армспорте. – 4 часа.

Самостоятельная работа студентов - 10 часов

1. Составление примерной программы обучения техники борьбы верхом. – 5 часов.

2. Составление примерной программы обучения техники борьбы пронацией кисти.– 5 часов.

14.Модуль 14 (1 кредит – 36 часов). Организация и проведение соревнований по армспорту. Лекция – 4 часа, практические занятия – 18 часов, самостоятельная работа - 14 часов.

14.1. Основы организации и проведения соревнований по армспорту. Лекция – 4 часа.

Лекции – 4 часа

Значение и виды соревнований по армспорту. Подготовка к проведению соревнований. Положение о соревнованиях. Создание и работа организационного комитета. Подготовка мест соревнований. Реклама соревнований. Формирование и подготовка судейской коллегии. Размещение и обслуживание участников.

Проведение соревнований по армспорту.

Мероприятия до начала соревнований. Открытие соревнований. Работа главной судейской коллегии по руководству соревнованиями. Закрытие соревнований. Подведение итогов соревнований.

14.2. Положение о соревнованиях. Практические занятия – 2 часа, самостоятельная работа студентов - 2 часа

Практическое занятие – 2 часа

Анализ структуры и содержания разделов положения о соревнованиях – 2 часа.

Самостоятельная работа студентов - 2 часа

Составление положения о соревнованиях по армспорту. Обсуждение подготовленных студентами положений о соревнованиях.

14.3. Судейская коллегия, функции, права и обязанности. Практические занятия – 6 часов, самостоятельная работа студентов – 6 часов.

Практическое занятие – 6 часов

Анализ прав и обязанностей главного судьи, его заместителей, главного секретаря, врача соревнований. – 4 часа.

Деятельность судей по армспорту. – 2 часа.

Самостоятельная работа студентов - 6 часов

1. Расписать деятельность судей по армспорту. – 4 часа.
2. Выписать из правил соревнований по армспорту состав судейской бригады и их функции.– 2 часа.

14.4. Информационное обеспечение соревнований. Практические занятия – 2 часа, самостоятельная работа студентов - 2 часа

Практическое занятие – 2 часа

Реклама соревнований и подготовка средств информации для участников соревнований.

Самостоятельная работа студентов – 2 часа

Разработка основных форм представления хода состязания на информационных носителях.

14.5. Нарушение правил и санкции. Практические занятия – 2 часа, самостоятельная работа студентов - 2 часа

Практическое занятие – 2 часа

Изучение возможных штрафных санкций к участникам соревнований или представителям команд при проведении состязаний по армспорту.

Самостоятельная работа студентов – 2 часа

Выявить наиболее распространенные штрафные санкции к участникам соревнований по армспорту.

14.6. Эмблемы и церемонии. Практические занятия – 6 часов, самостоятельная работа студентов - 2 часа

Практическое занятие – 6 часов

1. Создание эмблемы соревнований – 2 часа.
2. Проведение репетиции открытия и закрытия соревнований – 4 часа.

Самостоятельная работа студентов – 2 часа

1. Разработка сценария открытия соревнований. Написание сценария награждения победителей соревнований – 2 часа.

2 КУРС, ЧЕТВЕРТЫЙ СЕМЕСТР

15. Модуль 15 (1 кредит – 36 часов). Тренировочный процесс в группах начальной подготовки. Лекция – 4 часа, практические занятия – 12 часов, самостоятельная работа студентов – 20 часов.

15.1. Содержание и направленность тренировочного процесса в группах начальной подготовки. Лекция – 4 часа, практическое занятие - 2 часа, самостоятельная работа - 8 часов.

Лекции – 4 часа

Организация учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки.

Тренировочные нагрузки и особенности методики проведения учебно-тренировочных занятий по армспорту в группах начальной подготовки.

Переводные и контрольные нормативы по физической и специальной подготовке в группах начальной подготовки.

Практическое занятие – 2 часа

Анализ содержания учебного плана подготовки 1-го, 2-го и 3-го годов обучения на начальном этапе подготовки борцов.

Самостоятельная работа студентов - 8 часов

1. Изучение учебных планов подготовки борцов 1-го, 2-го и 3-го годов обучения в группах начальной подготовки, определение ошибок и их исправление – 2 часа.

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

3. Составление учебного плана подготовки борцов 2-го года обучения в группе начальной подготовки – 2 часа.

4. Подготовка учебного плана тренировки борцов 3-го года обучения в группе начальной подготовки – 2 часа.

15.2. Краткая характеристика возрастных особенностей физического развития детей 10-11 лет. Практические занятия – 2 часов, самостоятельная работа студентов - 2 часов

Практическое занятие – 2 часа

Анализ морфологического состояния организма. Формирование значительной части двигательных навыков. Характеристика конкретно-образного мышления. Вычленение основных причин, объясняющих приоритетность занятий армспортом.

Самостоятельная работа студентов - 2 часов

Изучение специальной литературы, отражающей возрастные характеристики спортсменов в возрасте 10-11 лет.

15.3. Подготовка и проведение занятий по ОФП, технике и элементам тактики. Практические занятия – 6 часов, самостоятельная работа студентов – 8 часов

Практическое занятие – 6 часа

1. Применение разнообразных общеразвивающих и специальных упражнений, их дозировка, сочетание с играми и состязательными формами проведения. – 2 часа.
2. Изучение элементов техники – 2 часа.
3. Применение упражнений направленных на развитие мышц, несущих основную нагрузку при проведении технических действий. – 2 часа.

Самостоятельная работа студентов – 8 часов

1. Написание конспекта занятия по ОФП – 3 часа.
2. Составление конспекта занятия по СФП – 3 часа.
3. Подготовка конспекта занятия по проведению специализированных игр . – 2 часа.

15.4. Прием и сдача контрольно-переводных нормативов по годам обучения на данном этапе. Практические занятия – 2 часа, самостоятельная работа студентов - 2 часа

Практическое занятие – 2 часа

Подготовка протоколов сдачи контрольно-переводных нормативов по годам обучения на данном этапе.

Самостоятельная работа студентов – 2 часа

Проведение тестирования спортсменов различных годов обучения в группах начальной подготовки.

16. Модуль 16 (0,75 кредит – 27 часов). Применение технических средств в тренировке борцов. Лекция – 2 часа, практические занятия – 12 часов, самостоятельная работа студентов – 13 часов.

16.1. Роль технических средств в подготовке спортсменов занимающихся армспортом. Лекция – 2 часа, практическое занятие - 2 часа, самостоятельная работа - 2 часа.

Лекции – 2 часа

Применение технических средств в различных направлениях подготовки спортсменов.

Использование технических средств при подготовке спортсмена занимающегося армспортом.

Изменения функциональной направленности применения технических средств по ходу многолетней подготовки спортсмена занимающегося армспортом.

Значение технических средств для оценки комплексного воздействия тренировочных нагрузок в армспорте на организм спортсменов.

Практическое занятие – 2 часа

Обсуждение применения технических средств в подготовке спортсменов занимающихся армспортом. Определение перспектив развития науки и техники, и их значение в подготовке борцов в будущем.

Самостоятельная работа студентов - 2 часа

Изучение современного рынка технического оборудования необходимого в тренировочном процессе борцов.

16.2. Тренажеры и вспомогательное оборудование в борьбе. Практические занятия – 10 часов. Самостоятельная работа студентов - 11 часов

Практическое занятие – 10 часов

1. Изучение опыта использования тренажеров и вспомогательного оборудования в подготовке борцов армспорта. – 6 часов.

2. Методическая направленность работы используя тренажеры и вспомогательного оборудования (в том числе борцовские манекены). – 4 часа.

Самостоятельная работа студентов - 10 часов

1. Описание тренажеров и вспомогательного оборудования применяемых в подготовки борцов – 2 часа.

2. Разработка комплекса упражнений для работы на тренажерах– 2 часа.

3. Разработка комплекса упражнений для работы на тренажерах и вспомогательном оборудовании – 2 часа.

4. Составить годовой план график использования вспомогательных средств на начальном этапе подготовки борцов – 4 часа.

17.Модуль 17 (1 кредит – 36 часов). Характеристика проявлений двигательных и психических качеств в армспорте. Лекция – 4 часа, практические занятия – 28 часов, самостоятельная работа студентов – 4 часа.

17.1. Двигательные качества и их проявление в армспорте. Лекции – 2 часа, практические занятия – 14 часов, самостоятельная работа студентов – 2 часа

Лекции – 2 часа

Общая характеристика основных физических качеств: силы, быстроты (скорости), выносливости, гибкости и ловкости (координационных способностей).

Сила. Динамометрические показатели проявляемых усилий, время поддержания уровня необходимых усилий или число повторений. Разновидности проявления силы: абсолютная максимальная, общая и относительная сила, динамическая и статическая силовая выносливость. Проявление силы в борьбе.

Быстрота или скорость. Показатели скоростных качеств: время специфических реакций, время достижения максимальной скорости, уровень максимальной скорости. Проявление быстроты в борьбе.

Выносливость. Разновидности выносливости: общая и специальная, силовая, скоростная, статическая, координационная, эмоциональная и т.д. Показатели выносливости: объем выполненных упражнений (м, км, время, кг.), интенсивность (скорость, мощность). Энергетическое обеспечение выносливости. Проявление выносливости в борьбе.

Гибкость. Факторы, определяющие гибкость. Измерение гибкости. Показатели гибкости. Активная и пассивная гибкость. Проявление гибкости в борьбе.

Ловкость (координационные способности). Факторы, обеспечивающие проявление координационных способностей: развитие нервно-двигательного аппарата и органов управления движениями, уровень физических качеств, технико-тактическая подготовленность, морфофункциональные свойства организма. Основные формы проявления координационных способностей: соизмерение и регулирование пространственных, временных и динамических параметров движений; поддержание статического и динамического равновесия; выполнение двигательных действий без излишней мышечной напряженности. Координационные способности в борьбе.

Практические занятия – 14 часов

1. Изучение проявления двигательных качеств в армспорте - 2 часа.
2. Изучение отличий в физической подготовке борцов от спортсменов занимающихся другими видами спорта. - 2 часа.
3. Проанализировать задачи развития физических качеств борца в отдельности и в комплексе применительно к различным разделам техники и разному контингенту занимающихся. - 4 часа.
4. Анализ проявление различных физических качеств при выполнении приемов техники, относящихся к различным группам классификации, при решении различных тактико-технических задач. - 2 часа.

5. Анализ структуры двигательных качеств при проведении поединков - 2 часа.

6. Рассмотреть понятия: "скоростно-силовая подготовка", "силовая выносливость", "координация движений" и др. - 2 часа.

Самостоятельная работа студентов – 2 часа

Изучение структуры двигательных качеств по борьбе в научных источниках.

17.2. Психологическая характеристика двигательной деятельности в армспорте. Лекция – 2 часа, практические занятия – 14 часов, самостоятельная работа студентов – 2 часа.

Лекции – 2 часа

Ведущие ощущения и восприятия в армспорте: зрительные, пространственные, временные, силовые, тактильные, кинестетические. Двигательные представления (идеомоторика) в армспорте. Процессы мышления: сравнение, анализ, синтез, абстракция, конкретизация, логическое заключение, выводы и т.д. Характер мыслительных задач.

Эмоциональные процессы и состояния. Длительность и степень эмоциональных напряжений, динамика эмоциональных состояний. Характеристика эмоций, причины, вызывающие их, влияние на выступление в соревнованиях.

Волевые процессы. Виды и качественные особенности волевых усилий в армспорте..

Процессы внимания и ориентирования. Внешнее и внутреннее внимание, его объем, интенсивность, концентрация, распределение, устойчивость, переключение. Ориентирование в соревновательных ситуациях в армспорте. Требования, предъявляемые армспортом к личности спортсмена.

Практические занятия – 14 часов

1. Изучение длительности и степени эмоциональных напряжений и их влияние на эффективность соревновательной деятельности – 4 часа.

2. Характеристика эмоций и их влияние на выступление в армспорте - 4 часа.

3. Виды и качественные особенности волевых усилий в армспорте - 2 часа.

4. Проявление внешнего и внутреннего внимания, его объем, интенсивность, концентрация, распределение, устойчивость, переключение - 2 часа.

5. Динамика изменения показателей двигательных реакций под воздействием различных структур как двигательных так и психических нагрузок - 2 часа.

Самостоятельная работа студентов – 2 часа

Составление психологической характеристики в армспорте.

18. Модуль 18 (1 кредит – 36 часов). Методики исследования в армспорте. Лекция – 4 часа, практические занятия – 20 часов, самостоятельная работа студентов – 12 часов

18.1. Характеристика основных методов исследования, используемых в армспорте. Лекции – 4 часа, практические занятия – 2 часа, самостоятельная работа студентов – 4 часа

Лекции – 4 часа

Характеристика основных методов исследования, используемых в армспорте. Педагогические и инструментальные методы исследования. Использование медико-биологических методов исследования. Применение в методиках исследований аппаратуры общего и специального назначения (датчики, регистрирующие приборы, измерительная аппаратура и др.). Метрологический контроль. Средства срочной информации.

Особенности организации и проведения НИР в армспорте. Условия проведения исследований. Естественный, модельный и лабораторный эксперименты. Специфические особенности подбора общих и частных методик исследования.

Практические занятия – 2 часа

Поиск методик использованных по направлению выбранного исследования. Изучение методологии исследовательской деятельности по схожим направлениям исследований.

Самостоятельная работа студентов – 4 часа

Просмотр научных материалов по направлению предполагаемых исследований.

18.2. Подбор методик в соответствии с целями и задачами исследований. Практические занятия – 2 часа, самостоятельная работа студентов – 2 часа.

Практические занятия – 2 часа.

1. Создание перечня наиболее распространенных методов исследований по выбранному направлению – 2 часа.

2. Выбор наиболее информативных методов исследований по теме выпускной квалификационной работы - 2 часа.

Самостоятельная работа студентов – 4 часа

Просмотр научных материалов по направлению предполагаемых исследований.

18.3. Сбор научных данных по избранному направлению исследований. Практические занятия – 10 часов, самостоятельная работа студентов – 2 часа.

Практические занятия – 10 часов.

1. Конкретизация исследовательского материала для объективного и всестороннего освещения проблемы и ее решения – 2 часа.
2. Определение объема необходимой информации для корректного восприятия полученных в ходе исследований результатов - 2 часа.
3. Подготовка материалов или оборудования к проведению сбора информации - 2 часа.
4. Сбор информации по направлению избранного исследования - 2 часа.
5. Обработка полученных данных - 2 часа.

Самостоятельная работа студентов – 4 часа

Просмотр научных материалов по направлению предполагаемых исследований.

18.4. Критерии оценки полученных результатов исследований. Практические занятия – 6 часов, самостоятельная работа студентов – 2 часа.

Практические занятия – 6 часов.

1. Формирование критериев оценки полученных в ходе исследований данных в соответствии со спецификой исследуемого контингента – 2 часа.
2. Оценка результатов исследований - 2 часа.
3. Представление результатов исследований в виде таблиц и рисунков - 2 часа.

19. Модуль 19 (1 кредит – 36 часов) Семестровый экзамен для студентов второго курса. Самостоятельная работа студентов – 27 часов, экзамен – 9 часов.

19.1. Повторение второго курса обучения. Самостоятельная работа студентов - 27 часов.

Самостоятельная работа студентов - 27 часов

Повторение разделов модульного обучения за второй курс:

1. Методика обучения в армспорте – 2 часа.

2. Теоретические основы программирования обучения в армспорте – 2 часа.
3. Организационные основы спортивной школы по армспорту – 2 часа.
4. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки – 4 часа
5. Роль технических средств в подготовке спортсменов занимающихся армспортом – 2 часа.
6. Двигательные качества и их проявление в армспорте – 4 часа.
7. Психологическая характеристика двигательной деятельности в армспорте – 4 часа.
8. Характеристика основных методов исследования, используемых в армспорте – 5 часов.

19.2. Сдача экзамена - 9 часов

Подготовка помещения для экзамена. Жеребьевка билетов. Подготовка по вопросам доставшегося билета. Ответ экзаменатору. Оценка ответа экзаменатором.

3 КУРС, ПЯТЫЙ СЕМЕСТР

20.Модуль 20 (1 кредит – 36 часов). Спортивная тактика в армспорте. Лекция – 4 часа, практические занятия – 12 часов, самостоятельная работа - 20 часов.

20.1. Тактика в армспорте. Лекция – 4 часа, практические занятия - 8 часов, самостоятельная работа – 10 часов.

Лекции – 4 часа

Основы спортивной тактики в армспорте. Стратегия и тактика в армспорте. Индивидуальная и командная тактика. Тактический замысел как элемент моделирования тактики. Элементы спортивной тактики в армспорте. Варианты соревновательной деятельности в зависимости от ситуации. Распределение сил по ходу соревнования.

Значение тактики и ее взаимосвязь с техникой. Техничко-тактическое мастерство в армспорте. Тактические знания, умения и навыки. Тактические задачи и их решения. Тактическое мышление и его слагаемые: способность быстро воспринимать и перерабатывать информацию, прогнозировать развитие ситуаций армспорта, находить оптимальные варианты тактических решений.

Оценка эффективности тактики. Тактика и спортивная этика. Пути дальнейшего совершенствования тактики в армспорте.

Практические занятия – 8 часов

1. Обсуждение технико-тактического мастерства борцов – 4 часа.
2. Анализ тактической составляющей выступления борца в отдельном поединке - 2 часа.
3. Изучение тактических вариантов выполнения технических действий в поединке - 2 часа.
4. Основные подходы в распределении сил соревновании - 2 часа.

Самостоятельная работа студентов – 10 часов

1. Расписать тактику выступления в соревновании из двух и трех участников в весовой категории и более 20 участников в весовой категории - 2 часа.
2. Раскрыть особенности тактики борцов. – 2 часа.
3. Описание тактических вариантов выступления в командных и личных соревнованиях – 4 часа.
4. Выделить особенности тактических подходов при выступлении в предварительном и финальном этапе соревнования - 2 часа.

20.2. Критерии оценки эффективности компонентов тактики. Практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа – 10 часов.

Практические занятия – 4 часа

1. Метрические характеристики тактического мастерства – 2 часа.
2. Анализ тактики в соревновательных упражнениях борцов - 2 часа.

Самостоятельная работа студентов - 10 часов

Составление метрических характеристик выступления спортсмена в соревновании:

1. Объем тактических действий – 4 часа.
2. Разносторонность тактических решений – 2 часа.
3. Рациональность тактики – 2 часа.
4. Эффективность тактики - 2 часа.

21. Модуль 21 (1 кредит – 36 часов). Средства и методы спортивной тренировки в армспорте. Лекция – 4 часа, практические занятия – 12 часов, самостоятельная работа - 20 часов.

21.1. Основные и дополнительные средства тренировки борцов. Лекция – 2 часа, практические занятия - 4 часа, самостоятельная работа – 6 часов.

Лекции – 2 часа

Основные средства спортивной тренировки – физические упражнения. Классификация упражнений борца - общеразвивающие, специально-подготовительные и соревновательные упражнения.

Характеристика различных видов упражнений, их место и значение в процессе тренировки в различные годы обучения.

Методы применения основных средств тренировки для совершенствования двигательных навыков и физических качеств борца.

Основные параметры строгой регламентации физической нагрузки при выполнении специальных и специально-подготовительных упражнений (количественные - число упражнений, число повторений, чередование нагрузки и отдыха и др.; качественные - рациональная структура упражнений, амплитуда, время выполнения, динамика проявления необходимых усилий, площадь ковра, необходимая для выполнения упражнения и др.).

Практические занятия – 4 часа

1. Обсуждение применения основных средств тренировки в армспорте. - 2 часа.
2. Анализ использования дополнительных средств тренировки при подготовке борцов - 2 часа.

Самостоятельная работа студентов – 6 часов

Внеаудиторная самостоятельная работа студентов 6 часов – приобретение опыта работы с монитором сердечного ритма.

Задания для внеаудиторной самостоятельной работы студентов:

1. Составить характеристику средств восстановления и стимулирования работоспособности - 2 часа.
2. Повторить учебный материал, "Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в армспорте" - 2 часа.
3. Повторить учебный материал, "Применение технических средств в тренировке борцов" - 2 часа.

21.2. Методы спортивной тренировки в армспорте. Лекция – 2 часа, практические занятия - 4 часа, самостоятельная работа – 4 часа.

Лекции – 2 часа

Словесные методы: рассказ, объяснение, беседа, анализ, обсуждение.

Наглядные методы: показ упражнения, учебные кино- и видеоматериалы, наглядные пособия, методы срочной информации и т.д.

Методы практических упражнений: 1) методы освоения и совершенствования техники, 2) методы развития физических качеств в совокупности с технико-тактической подготовкой.

Методы овладения техникой: 1) разучивание движения в целом, 2) разучивание движений по частям с последующим объединением их в единое целое.

Методы развития двигательных качеств, технико-тактической и психологической подготовки: строго регламентированных упражнений (равномерный, переменный, интервальный), игровой, соревновательный.

Методы тренировки в армспорте. Их применение на разных ступенях спортивного мастерства борца на этапах его подготовки в годовом цикле, для совершенствования различных сторон подготовленности.

Практические занятия – 4 часа

1. Изучение методов тренировки в борьбе. - 2 часа.
2. Анализ игрового метода тренировки борцов. - 2 часа.

Самостоятельная работа студентов – 6 часов

1. Приобретение опыта работы с монитором сердечного ритма. – 2 часа.
2. Анализ общепринятых в теории и методике спорта методов спортивной тренировки применительно к армспорту. - 2 часа.
3. Специфические методы технико-тактической и психологической подготовки в армспорте. - 2 часа.

21.3. Особенности применения методов тренировки борцов на различных этапах многолетней подготовки. Практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа – 8 часов.

Практические занятия – 4 часа

1. Анализ содержания и применения словесного, наглядного и практического методов по этапам многолетней подготовки борцов. – 2 часа.
2. Применение игрового, соревновательного и строго регламентированного упражнений в ходе подготовки борцов. - 2 часа.

Самостоятельная работа студентов - 8 часов

Описание правил игр, эстафет и соревнований, используемых на различных этапах многолетней подготовки борцов:

1. Описание игр и эстафет, используемых на начальном этапе подготовки борцов. – 2 часа.
2. Расписать состав соревновательных упражнений и их характер, используемых на различных этапах многолетней подготовки борцов. – 2 часа.
3. Написать основные отличия методов строго регламентированного упражнения в различных группах СШ по армспорту. – 2 часа.
4. Составить список наглядных методов, используемых на этапах многолетней подготовки спортсменов, занимающихся армспортом – 2 часа.

22. Модуль 22 (1,5 кредит – 54 часов). Виды подготовки борцов. Лекция – 6 часа, практические занятия – 36 часов, самостоятельная работа - 12 часов.

22.1. Основные составляющие видов подготовки борцов. Лекция – 6 часов.

Лекции – 6 часов

Цели и задачи физической подготовки в армспорте. Значение уровня развития физических качеств и двигательных способностей для достижения высокого спортивного мастерства.

Основные формы, средства и методы общей и специальной физической подготовки в армспорте. Комплексное использование средств и методов физической подготовки в армспорте. Содержание общей и специальной физической подготовки на разных ступенях и этапах тренировки борца. Взаимосвязь физической подготовки с другими видами подготовок.

Общая и специальная физическая подготовка в армспорте на этапах овладения спортивным мастерством.

Роль и значение технической подготовки в армспорте для достижения высоких спортивных результатов. Взаимосвязь технической подготовки с другими сторонами подготовки борца.

Цель, задачи и содержание технической подготовки в армспорте. Совершенствование структуры технической подготовленности: базовых движений и действий, составляющих основу технической оснащённости; индивидуальных особенностей их выполнения, формирующих индивидуальный стиль.

Достижение результативности техники в армспорте за счет ее эффективности, стабильности, вариативности, экономичности.

Стадии и этапы технического совершенствования. Техническая подготовка в годичном тренировочном цикле. Средства и методы технической подготовки в армспорте, применение технических средств и специальной аппаратуры.

Возникновение ошибок и недостатков в технической подготовленности, их выявление и устранение.

Понятие о тактической подготовке. Роль и значение тактической подготовки в армспорте. Связь тактической подготовкой с другими сторонами подготовки: технической, физической и психологической.

Особенности тактической подготовки в армспорте.

Овладение основами тактического мастерства: тактическими знаниями, умениями, навыками, тактическим мышлением. Постоянное их совершенствование, пополнение, углубление и обновление.

Тактическая подготовка к соревнованиям по армспорту с учетом характера соревнования, уровня своей подготовленности, других факторов, определяющих тактику соревновательной деятельности.

Средства и методы тактической подготовки.

Цель и задачи психологической подготовки в армспорте. Связь психологической подготовки с другими сторонами подготовки в армспорте.

Направления психологической подготовки: общая психологическая подготовка, подготовка к выступлениям в соревнованиях, подготовка к конкретному соревнованию, управление психическим состоянием при выступлении в соревнованиях.

Общая психологическая подготовка: специализированное и повышение уровня психических качеств, способствующих овладению мастерством в армспорте; развитие воли и способности к проявлению максимальных волевых усилий; формирование необходимых личностных свойств и устойчивого интереса к спортивному совершенствованию.

Подготовка к выступлению в соревнованиях: адаптация психики к соревновательным нервно-эмоциональным напряжениям; проработка различных ситуаций соревновательной деятельности; повышение психической помехоустойчивости; накопление соревновательного опыта; овладение средствами саморегуляции психических процессов и состояний.

Подготовка к конкретному соревнованию: изучение информации о предстоящем соревновании; определение исходного уровня психической

готовности в совокупности с другими сторонами подготовленности борца и достижение состояния боевой готовности; определение цели, постановка задач и выработка установки выступления в соревновании; актуализация мотивов выступления; прогнозирование и моделирование предстоящего психического состояния.

Управление психическим состоянием в процессе выступления в соревновании: достижение оптимального состояния психической готовности в ходе разминки; применение средств саморегуляции психических процессов и состояний; адекватное реагирование на изменения психофункционального состояния и воздействия соревновательной среды; проявление предельных волевых усилий.

Накопление соревновательного опыта: подготовка и участие в соревнованиях по борьбе различного уровня значимости.

Критерии оценки психологической подготовки. Средства и методы психологической подготовки в различного уровня значимости.

Цели и задачи теоретической и интеллектуальной подготовки. Связь их с другими видами подготовки.

Содержание специальной теоретической подготовленности: овладение определенным объемом знаний основ теории и методики армспорта; получение специальной научной информации и овладение знаниями общих научных основ о спортивной деятельности и подготовке спортсмена; получение информации о состоянии и развитии армспорта в стране и мире.

Содержание интеллектуальной подготовки: развитие интеллектуальных способностей (памяти, внимания, восприятия, воображения, мышления); овладение понятиями мировоззренческого характера; воспитание моральных и нравственных норм поведения; направленное формирование личности; привитие способности к самообразованию и самосовершенствованию; формирование усилий использовать полученные при занятиях борьбой знания, умения и навыки в жизни.

Средства и методы теоретической и интеллектуальной подготовки.

22.2. Техническая подготовка. Практические занятия – 8 часов, самостоятельная работа – 4 часа.

Практические занятия – 8 часов

Последовательность совершенствования технических действий. Отработка компонентов технических действий и их целостного выполнения в различных условиях, разными партнерами, с различной быстротой. Совершенствование приемов в упражнениях без партнера, с партнером, в индивидуальных уроках.

Совершенствование приемов условиях единоборства с противником. Оптимизация параметров своих приемов и боевых действий в зависимости от действий противника.

Критерии оценки технической подготовленности. Содержание и методы технической подготовки на этапах годовичного цикла тренировки.

Самостоятельная работа студентов – 4 часов

1. Подбор упражнений для совершенствования техники армспорта. – 2 часа.
2. Методический анализ причин возникновения ошибок и недостатков в процессе технической подготовки в армспорте. – 2 часа.

22.3. Тактическая подготовка. Практические занятия - 8 часов, самостоятельная работа – 2 часа.

Практические занятия – 8 часов

Тактическая подготовка в армспорте.

Особенности тактической подготовки в армспорте. Направления в тактической подготовке: овладение основными компонентами тактических действий; освоение и совершенствование тактических умений и способностей рационального и целесообразного применения тактических действий; овладение тактическими основами ведения поединка с различными противниками; формирование индивидуального стиля борьбы.

Подбор и выполнение упражнений для развития тактических умений, навыков, способностей и тактического мышления.

Подбор и выполнение упражнений с партнером для успешного применения подготавливающих и основных действий против противников наступательного, контратакующего и защитного стиля.

Формирование навыков и умений наблюдения за действиями противников в ходе соревновательных поединков, распознавание тактических замыслов, составление плана схватки, принятия решений и их реализации.

Основные критерии оценки тактической подготовленности.

Тактическая подготовка на этапах становления мастерства.

Самостоятельная работа студентов – 2 часа

1. Выбор подготавливающих и основных действий в поединке с противником наступательного, контратакующего и защитного стиля.
2. Роль разминки при составлении тактического плана выступления в соревновании.

22.4. Физическая подготовка. Практические занятия – 8 часов, самостоятельная работа – 2 часа.

Практические занятия – 8 часов

1. Анализ физических качеств и двигательных способностей, необходимых для достижения высокого спортивного мастерства в армспорте. – 4 часа.

2. Составление и разбор комплексов упражнений, направленных на решение задач общей и специальной физической подготовки в армспорте. – 2 часа.

3. Практическое выполнение упражнений общей и специальной физической подготовки в армспорте. – 2 часа.

Самостоятельная работа студентов – 2 часа

Разработать комплексы, направленные на развитие гибкости и подвижности суставов рук и голеностопных суставов, а также на укрепление опорно-двигательного аппарата борца.

22.5. Психологическая подготовка. Практические занятия – 8 часов, самостоятельная работа – 2 часа.

Практические занятия – 8 часов

Разбор средств, приемов и методов формирования и совершенствования психических и личностных качеств, наиболее важных в борьбе.

Анализ и подбор упражнений с партнером, способствующих: развитию восприятия пространственно-временных характеристик двигательных действий; совершенствованию свойств внимания в условиях взаимодействия с противником; развитию двигательных реакций.

Развитие волевых качеств: проведение учебно-тренировочных поединков с различными противниками, с постановкой различных задач, проведение тренировочных соревнований, индивидуальных уроков с установкой проявления максимальных волевых усилий, ликвидация психологических барьеров, препятствующих проявлению достигнутого уровня технико-тактического мастерства.

Анализ и подбор средств и методов для повышения психологической устойчивости к помехам и достижения психологической готовности к конкретному соревнованию.

Подбор средств и приемов проведения предсоревновательной разминки и разминки между схватками для сохранения боевой готовности.

Основные критерии оценки психологической подготовленности в армспорте.

Самостоятельная работа студентов – 2 часа

Овладение приемами и методами саморегуляции психического состояния при выступлении в соревнованиях: словесными; с использованием движений, поз и других воздействий; аутогенной, психорегулирующей или психомышечной тренировки.

22.6. Интеллектуальная подготовка. Практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа – 2 часа.

Практические занятия – 4 часа

Преподавание специальной научной информации и овладение знаниями общих научных основ о спортивной деятельности и подготовке спортсмена; донесение информации о состоянии и развитии армспорта в стране и мире.

Самостоятельная работа студентов - 2 часа

Изучение специальной литературы.

Наблюдения за действиями других спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях. Самоанализ своих действий в учебно-тренировочном процессе и соревнованиях.

Чтение художественной литературы, приобщение к миру искусства.

23. Модуль 23 (1 кредит – 36 часов). Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки борцов. Лекция – 4 часа, практические занятия – 12 часов, самостоятельная работа - 20 часов.

23.1. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе начальной специализации. Лекция – 4 часа, практическое занятие - 2 часа, самостоятельная работа - 6 часов.

Лекции – 4 часа

Цель подготовки в учебно-тренировочных группах 1-го и 2-го годов обучения. Режимы тренировочной работы и требования к физической, технической и спортивной подготовленности. Соотношение средств физической и технико-тактической подготовленности по годам обучения. Показатели соревновательной нагрузки в годичном цикле. Контрольно-переводные нормативы по годам обучения на тренировочном этапе.

Краткая характеристика возрастных особенностей физического развития детей 12-13 лет.

Основная направленность тренировочного процесса в армспорте.

Продолжение формирования специальных умений овладения базовыми средствами атаки и защиты, позволяющими поединки в соответствии с уровнем развития тактических качеств.

Решение задачи повышения функциональных возможностей юных спортсменов для увеличения темпов и повышения качества освоения техники и тактики.

Практическое занятие – 2 часа

1. Режимы тренировочной работы и требования к физической, технической и спортивной подготовки.

2. Составление плана подготовки учебно-тренировочной группы 1-го и 2-го года обучения.

Самостоятельная работа студентов – 6 часов

Распределение тренировочных воздействий по годам обучения этапа начальной специализации:

1. Распределение тренировочного материала по разделам подготовки на 1-ом году обучения в тренировочной группе СШ по армспорту. – 2 часа.

2. Определение соотношения средств физической и технико-тактической подготовки по годам этапа начальной специализации – 2 часа.

3. Выявление показателей соревновательной нагрузки в годичном цикле учебно-тренировочной группы 1-го и 2-го года обучения в тренировочной группе – 2 часа

23.2. Краткая характеристика возрастных особенностей физического развития детей 12-13 лет. Практические занятия – 2 часов, самостоятельная работа студентов - 4 часа

Практическое занятие – 2 часа

Анализ возрастных особенностей детей 12-13 лет.

Темпы увеличения аэробной емкости (суммарное потребление кислорода). Эффективность выполнения упражнений аэробного характера. Увеличение капиллярной сети мышц, координации деятельности вегетативных систем, большего использования окисления жиров в обеспечении энергией работающих мышц.

Проявление внешние признаки начальной фазы полового созревания, увеличивается возбудимость нервных процессов, повышается реактивность и эмоциональность в ответных реакциях при мышечной работе особенно соревновательного характера. Улучшение регуляции движений, снижения времени простой двигательной реакции.

Самостоятельная работа студентов - 4 часа

Изучение специальной литературы, отражающей возрастные характеристики спортсменов в возрасте 12-13 лет.

23.3. Подготовка и проведение занятий по армспорту. Практические занятия – 6 часов. Самостоятельная работа – 6 часов.

Практическое занятие – 6 часов

Проведение тренировочных занятий по армспорту в соответствии с требованиями данного этапа многолетней подготовки.

Самостоятельная работа студентов - 6 часов

1. Написание конспекта занятия для учебно-тренировочной группы 1-го года обучения– 3 часа.

2. Написание конспекта занятия для учебно-тренировочной группы 2-го года обучения – 3 часа.

23.4. Прием и сдача контрольно-переводных нормативов по годам обучения на данном этапе. Практические занятия – 2 часа, самостоятельная работа студентов - 4 часа.

Практическое занятие – 2 часа

Подготовка протоколов сдачи контрольно-переводных нормативов по годам обучения на данном этапе.

Самостоятельная работа студентов – 4 часа

Проведение тестирования в УТГ 1-го и 2-го года обучения на тренировочного этапа многолетней подготовки борцов.

3 КУРС, ШЕСТОЙ СЕМЕСТР

24. Модуль 24 (1 кредит – 36 часов). Объективные условия спортивной деятельности в армспорте. Лекция – 4 часа, практические занятия – 18 часов, самостоятельная работа - 14 часов.

24.1. Структура соревновательной деятельности. Лекция – 2 часа, практические занятия - 9 часов, самостоятельная работа – 7 часов.

Лекции – 2 часа

Понятие структуры соревновательной деятельности спортсмена.
Структура соревновательной деятельности в армспорте.

Компоненты соревновательной деятельности и оценка их параметров в армспорте.

Уровень специальной физической, технико-тактической и психологической подготовленности; арсенал технико-тактических приемов; эффективность соревновательных действий; устойчивость спортивной техники при воздействии сбивающих факторов и утомления; восприятие информации о противнике; принятие решения в условиях лимита и дефицита времени и пространства; воплощение принятых решений при активном противоборстве соперника.

Практические занятия – 9 часов

1. Соревновательная нагрузка. Количество подготовительных, контрольных, подводящих, отборочных и основных соревнований – 4 часа.

2. Анализ выступления борцов в соревновании и цикле соревнований. – 5 часов.

Самостоятельная работа студентов - 7 часов

Осуществление видеозаписи соревнований по армспорту с последующим анализом видеозаписи.

24.2. Особенности тренировочной деятельности в армспорте. Лекция – 2 часа, практические занятия – 9 часов, самостоятельная работа – 7 часов.

Лекции – 2 часа

Характеристика тренировочных нагрузок в армспорте. Основные показатели тренировочной нагрузки: объем, интенсивность, сложность и психическая напряженность, интервалы отдыха и восстановление.

Взаимовлияние тренировочных нагрузок в армспорте и принципы их построения и планирования в дневных, недельных, мезо- и макроциклах.

Практические занятия – 9 часов

Разбор и методический анализ тренировочных нагрузок в армспорте и их динамика на различных этапах подготовки. Показатели тренировочных нагрузок.

Количество тренировочных занятий в неделю и на этапах годичного цикла. Объем физической подготовки на этапах годичного цикла (в часах). Объем специальной подготовки на этапах годичного цикла (в часах, тренажерах, с партнером, с противником в учебно-тренировочных поединках). Количество тренировок различной направленности на этапах годичного цикла.

Самостоятельная работа студентов - 7 часов

Изучение опыта построения тренировочного процесса в армспорте в дневных, недельных, мезо и макроциклах.

25. Модуль 25 (1 кредит – 36 часов). Отбор в процессе многолетней подготовки борцов. Лекция – 4 часа, практические занятия – 18 часов, самостоятельная работа - 14 часов.

25.1. Система отбора как составная часть методики подготовки борцов. Лекция – 4 часа, практические занятия - 2 часа, самостоятельная работа – 2 часа.

Лекции – 4 часа

Система отбора как составная часть общей системы подготовки спортсмена. Виды спортивного отбора: первичный, на этапах овладения спортивным мастерством, отбор при комплектовании сборных команд.

Принципы отбора.

Основные пути отбора в армспорте. Путь, базирующийся на долгосрочном прогнозе развития способностей у начинающего спортсмена к успешному овладению армспортом.

Путь, базирующийся на поэтапном отборе в процессе овладения спортивным мастерством в акрмспорте.

Показатели (примеры) отбора : возраст; анатомо-морфологические данные; общее состояние здоровья; уровень развития физических качеств с учетом двигательной деятельности; потенциальные возможности систем организма к достижению высокого уровня работоспособности; психические качества, свойства личности, способствующие достижению высокого мастерства и другие (учеба в школе, родители, места жительства, материальное положение в семье и т.д.).

Средства и методы отбора: педагогические, медико-биологические, психологические.

Практические занятия – 2 часов

Доклады по темам:

1. Целей, задач и значения отбора в армспорте.
2. Пути и этапы отбора юных борцов.
3. Педагогические, медико-биологические, психологические средства и методы отбора.

Самостоятельная работа студентов – 2 часа

Подготовка доклада по одной из тем практического занятия.

25.2. Основные пути отбора в армспорте. Практические занятия – 2 часа, самостоятельная работа – 4 часа.

Практические занятия – 2 часа

Путь, базирующийся на долгосрочном прогнозе развития способностей у начинающего спортсмена.

Путь, базирующийся на поэтапном отборе в процессе овладения спортивным мастерством в армспорте.

Самостоятельная работа студентов - 4 часа

1. Обосновать значимость высокой стабильности показателей получаемые в процессе тестирования – 2 часа.
2. Разработка путей использования показателей характеризующихся меньшей стабильностью – 2 часа.

25.3. Этапы спортивного отбора. Практическое занятие – 2 часа, самостоятельная работа – 2 часа.

Практическое занятие – 2 часа

Содержание и направленность отбора юных спортсменов на 4-х этапах: 1) первичный отбор детей и подростков; 2) этап углубленной проверки соответствия отобранного контингента занимающихся требованиям, предъявляемым к успешной специализации в избранном виде спорта (этап вторичного отбора); 3) этап спортивной ориентации; 4) этап отбора в сборные команды ДСО, округов, страны.

Самостоятельная работа студентов - 2 часа

Подготовить батарею тестов и контрольные нормативы для одного из этапов отбора спортсменов, занимающихся армспортом.

25.4. Средства и методы отбора, применяемые в армспорте. Практические занятия – 12 часов, самостоятельная работа – 6 часов.

Практические занятия – 12 часов

1. Знакомство с основными методами отбора: антропометрические обследования, медико-биологические исследования, педагогические наблюдения, контрольные испытания (тесты), психологические и социологические обследования – 2 часа.
2. Контрольные упражнения, используемые при отборе на различных этапах многолетней подготовки – 2 часа.
3. Прием и сдача контрольно-переводных нормативов по годам обучения на этапе начальной подготовки и оценка полученных результатов – 2 часа.
4. Прием и сдача нормативов для зачисления в учебно-тренировочные группы и оценка полученных результатов – 2 часа.
5. Прием и сдача контрольно-переводных нормативов по годам обучения в учено-тренировочной группе и оценка полученных результатов – 2 часа.
6. Прием и сдача нормативов для зачисления в группы спортивного совершенствования СШ и оценка полученных результатов – 2 часа.

Самостоятельная работа студентов - 6 часов

1. Подготовка протоколов тестирования подготовленности спортсменов по годам обучения на этапе начальной подготовки – 2 часа.
2. Подготовка протоколов тестирования при зачислении их в учебно-тренировочные группы – 2 часа.
3. Подготовка протоколов тестирования при зачислении их в группы спортивного совершенствования – 2 часа.

26. Модуль 26 (1 кредит – 36 часов). Тренировочный этап (углубленная специализация) многолетней подготовки борцов. Лекция – 6 часа, практические занятия – 18 часов, самостоятельная работа - 12 часов.

26.1. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе углубленной специализации. Лекция – 6 часов, практическое занятие - 2 часа, самостоятельная работа - 8 часов.

Лекции – 6 часов

Цель подготовки в учебно-тренировочных группах 3-го и 4-го годов обучения. Режимы тренировки. Изменения в соотношениях средств физической и технико-тактической подготовленности по годам обучения. Количество контрольных, отборочных основных и главных стартов в годичном цикле. Распределение разделов подготовки в годичном цикле.

Особенности протекания пубертатного периода у юношей.

Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе углубленной специализации.

Осуществление углубленной специализации по всему комплексу. Планирование периодов и этапов годового цикла. Целенаправленное использование принципа концентрации (усиления) тренировочных нагрузок. Чередование концентрированных и поддерживающих нагрузок. План-схемы годового цикла подготовки борцов 3-го и 4-го года обучения учебно-тренировочного этапа.

Тренировочный процесс на 3-м и 4-м году обучения учебно-тренировочного этапа имеет важное значение в дальнейшем формировании базовых средств нападения и защиты, некоторых тактических качеств, приобретенных на 1-м и 2-м годах обучения этого этапа. Это позволит создать необходимые предпосылки для роста технико-тактической подготовленности юных борцов.

Помимо группового метода проведения занятий ведущей формой становится индивидуальный урок, упражнения в парах и учебно-тренировочные схватки. Существенно увеличивается общий объем тренировочной работы, в том числе применение специальных упражнений.

В связи с решением задач, связанных с качеством выполнения приемов передвижения и специализированных действий, их скоростью и точностью, тренировочный процесс направлен на повышение уровня основных физических качеств. Рекомендуется применять упражнения на развитие силы, гибкости, ловкости, быстроты одиночных и серийных движений.

Важным этапом освоения тактической подготовки в этот период является развитие умения выполнять как атакующие, так и защитные действия в зависимости от маневрирования, подготавливающих действий и применяемых приемов противника. Реализация тактических намерений во многом связана с проявлением волевых усилий спортсмена, которые должны быть направлены на развитие активности, инициативности и смелости. Необходимо находить баланс между инициативностью и терпеливостью (выдержкой), учитывая при этом, что у подростков наблюдается повышенная возбудимость нервных процессов.

Практическое занятие – 2 часа

Изучение содержания планов подготовки борцов в учебно-тренировочных группах 3-го и 4-го годов обучения.

Самостоятельная работа студентов – 8 часов

1. Конспектирование режимов тренировочной работы и требования к физической, технической и спортивной подготовленности – 4 часа.
2. Разработка план-схемы подготовки учебно-тренировочной группы 3-го года обучения – 2 часа.
3. Разработка план-схемы подготовки учебно-тренировочной группы 4-го года обучения – 2 часа.

**26.2. Особенности протекания пубертатного периода у юношей.
Практические занятия – 2 часов.**

Практическое занятие – 2 часа

Препубертатная фаза. Характеристика роста тела и изменения в деятельности вегетативных систем организма.

Пубертатная фаза. Увеличение активности половых желез и улучшение деятельности всех функциональных систем организма. Динамика роста длины и массы тела. Различия протекания этой фазы у девочек и мальчиков. Нарастание активности половых желез и дальнейшее совершенствование деятельности всех функциональных систем юных спортсменов.

Постпубертатная фаза. Завершение прироста мышечной массы и тела в длину и снижение темпа прироста физических качеств. Полная физиологической зрелости организма.

Различия по уровню полового созревания и физической подготовленности. Опережающий (акселерированный) тип развития, нормальный тип (соответствие паспортного и биологического возраста) и запаздывающий тип развития (ретардированный).

Потенциал развития спортсменов, имеющих высокий уровень всех физических качеств и функциональных возможностей при нормальных и замедленных темпах полового созревания.

26.3. Подготовка и проведение занятий по армспорту. Практические занятия – 14 часов, самостоятельная работа студентов – 4 часа

Практическое занятие – 14 часа

1. Составление типовых недельных и дневных циклов тренировок по армспорту в соответствии с режимом тренировочной работы для учебно-тренировочных групп 3-го и 4-го года обучения - 2 часа.

2. Написание конспектов проведения занятий по армспорту с учебно-тренировочными группами 3-го и 4-го года обучения - 4 часа.

3. Проведение студентом занятия по армспорту с УТГ 3-го года обучения по утвержденным преподавателем конспектом - 4 часа.

4. Написание конспекта проведения занятия по армспорту с учебно-тренировочными группами 4-го года обучения - 4 часа.

Самостоятельная работа студентов – 4 часа

1. Повторить контрольно-переводные нормативы по годам обучения в учебно-тренировочных группах изученных в предыдущем модуле – 2 часа.

2. Посетить тренировки УТГ 3-го и 4-го года обучения– 2 часа.

27. Модуль 27 (1 кредит – 36 часов). Подготовка выпускной квалификационной работы. Лекция – 4 часа, практические занятия – 18 часов, самостоятельная работа - 14 часов.

27.1. Интеграция научных знаний. Лекция – 2 часа, практическое занятие - 4 часа, самостоятельная работа – 2 часа.

Лекции – 2 часа

Интеграция научных знаний путем обобщения концепций, теорий и учений об одном и том же объекте исследования в целостную, упорядоченную систему знаний.

Три основных периода становления системы знаний: 1) эмпирический, 2) аналитический, 3) системный.

Логическое осмысление соревновательного упражнения борцов: 1) видовой состав (*особенное*), 2) способ повторения (*всеобщее*), 3) эффект воздействия (*единичное*).

Три методологических подхода к ее изложению: 1) телеологический, 2) актологический, 3) онтологический.

Значение общеметодологических подходов в исследовательской деятельности в области армспорта. Осознание места и значимости исследовательской деятельности в общей системе теории и методики армспорта.

Подходы и методы исследовательской деятельности разработанных и апробированных в видах спорта имеющие виды соревновательных упражнений схожие со структурой армспорта.

Практическое занятие – 4 часа

1. Представление результатов исследований в виде рисунков и таблиц - 2 часа.

2. Анализ результатов исследований представленных на рисунках и таблицах - 2 часа.

Самостоятельная работа студентов - 2 часа

Описание рисунков и таблиц, представленных в исследовательской работе.

27.2. Требования к выпускной квалификационной работе. Лекция - 2 часа, практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа - 2 часа.

Лекция - 2 часа

Область применения. Нормативные ссылки. Термины и определения. Обозначения и сокращения. Ответственность и полномочия. Общие положения. Требования к ВКР бакалавра. Требования к содержанию структурных элементов. Оформление ВКР. Порядок подготовки и защиты. Критерии оценивания. Ответственность и полномочия участников процесса подготовки ВКР. Разрешение споров, возникающих при подготовке и защите ВКР. Изменения. Согласование, хранение, рассылка.

Практическое занятие – 4 часа

1. Изучение требований к оформлению результатов исследований.
2. Опрос студентов по требованиям к структуре написания глав ВКР.

Самостоятельная работа студентов – 2 часа

Просмотреть нормативные документы по структуре и оформлению глав ВКР.

27.3. Содержание научно-исследовательской работы студентов. Практические занятия – 4 часов, самостоятельная работа студентов – 4 часа.

Практическое занятие – 4 часа

1. Научно-исследовательская работа по дисциплинам учебного плана, содержащая элементы научного исследования.
2. Выполнение научно-исследовательских заданий в рамках ознакомительной, педагогической, производственной, научно-исследовательской и квалификационной практик.
3. Подготовка курсовых работ.
4. Теоретическая и экспериментальная научно-исследовательская работа, предусмотренная учебным планом, по тематике и планам, утвержденным для каждого курса.
5. Подготовка выпускных квалификационных работ.

Самостоятельная работа студентов – 4 часа

1. Участие в работе студенческого научного кружка (СНО).
2. Участие в научных и научно-практических конференциях, научных семинарах, программах дополнительной профессиональной подготовки по направлению кафедры.
3. Подготовка печатных научных работ (статей и др.) по результатам научно-исследовательской деятельности.
4. Участие в выполнении хоздоговорной тематики кафедры (научно-исследовательская деятельность по грантам).
5. Участие в конкурсах студенческих научно-исследовательских работ

27.4. Работа в студенческом научном обществе. Практические занятия – 2 часа, самостоятельная работа студентов – 2 часа

Практическое занятие – 2 часа

Изучение цели СНО. Основные задачи СНО. Функции СНО. Структурные единицы СНО. Определение наиболее активных студентов из числа группы для выдвижения их кандидатур в СНО университета.

Самостоятельная работа студентов – 2 часа

Разработать рекомендации по улучшению работы СНО – 2 часа.

27.5. Подготовка и участие в научных конференциях кафедры, университета. Практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа студентов – 4 часа

Практическое занятие – 4 часа

1. Участие в кафедральных студенческих конференциях - 2 часа.
2. Участие в общеуниверситетских конференциях - 2 часа.

Самостоятельная работа студентов – 4 часов

1. Написание доклада для представления материалов исследований – 2 часа.
2. Создание презентации к докладу на конференции - 2 часа.

28. Модуль 28 (1 кредит – 36 часов) Семестровый экзамен для студентов третьего курса. Самостоятельная работа студентов – 27 часов, экзамен – 9 часов.

28.1. Повторение третьего курса обучения. Самостоятельная работа студентов - 27 часов

Самостоятельная работа студентов - 27 часов

Повторение разделов модульного обучения за третий курс:

1. Тактика в армспорте – 2 часа.
2. Основные средства тренировки борца– 2 часа.
3. Методы тренировки в армспорте – 2 часа.
4. Основные составляющие видов подготовки спортсменов – 2 часа
5. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса на этапе начальной специализации – 3 часа.
6. Основы организации и проведения соревнований по армспорту – 2 часа.
7. Структура соревновательной деятельности – 2 часа.
8. Особенности тренировочной деятельности в армспорте – 2 часов.
9. Система отбора как составная часть методики подготовки борцов - 2 часа.
10. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса на этапе углубленной специализации - 2 часа.
11. Интеграция научных знаний - 2 час.
12. Требования к выпускной квалификационной работе - 4 часа.

28.2. Сдача экзамена - 9 часов

Подготовка помещения для экзамена. Жеребьевка билетов. Подготовка по вопросам доставшегося билета. Ответ экзаменатору. Оценка ответа экзаменатором.

4 КУРС, СЕДЬМОЙ СЕМЕСТР

29. Модуль 29 (1 кредит – 36 часов). Управление подготовкой борцов. Лекция – 4 часа, практические занятия – 14 часов, самостоятельная работа - 18 часов.

29.1. Основы управления подготовкой спортсменов занимающихся армспортом. Лекция – 2 часа.

Лекции – 2 часа

Спортивная тренировка как процесс управления.

Значение и задачи педагогического контроля за подготовкой и состоянием спортсменов в армспорте. Учет тренировочных нагрузок. Контроль за состоянием спортсменов.

Управление процессом спортивного совершенствования на основе данных контроля.

Оперативное, текущее, этапное управление.

29.2. Планирование подготовки борцов. Лекция – 2 часа, практические занятия – 6 часов, самостоятельная работа студентов – 8 часов.

Лекции – 2 часа

Значение и задачи планирования подготовки в армспорте. Виды планирования: перспективное, текущее, оперативное.

Четырехлетнее перспективное планирование борцов старших разрядов. Цели, задачи и структура перспективного четырехлетнего плана. Анализ подготовки команды за прошедший сезон и тенденции динамики результатов сильнейших борцов страны, мира – основные исходные данные для перспективного планирования. Определение задач, направленности и содержания тренировочного процесса, по отдельным годам в соответствии с особенностями подготовки команды и отдельных спортсменов. Совершенствование календаря соревнований и системы отбора. Повышение квалификации тренерского состава.

Годовое планирование. Цели и задачи годового планирования. Структура годового плана подготовки команды. Календарь соревнований и периодизация годичного цикла подготовки. Одноцикловое и двухцикловое построение подготовки в зависимости от особенностей календаря соревнований. Характеристика периодов и этапов годичного цикла, их направленность и содержание тренировочного процесса.

Планирование тренировочных нагрузок по этапам и периодам годового цикла. Особенности сочетания тренировочных нагрузок с учетом их взаимовлияния.

Практические занятия – 8 часов.

1. Разбор перспективных и годовых планов подготовки сборных команд ведомств и страны с анализом показателей тренировочных нагрузок, их распределение по годам, периодам, этапам, а также контрольных заданий и планируемых результатов.– 4 часа.

2. Разбор и составление примерного годового плана подготовки сборной команды ведомства, страны. – 2 часа.

3. Разбор документов текущего и оперативного планирования учебных планов тренировочных сборов, недельных циклов, расписаний занятий. – 2 часа.

Самостоятельная работа студентов - 6 часов

1. Разработка перспективного плана подготовки спортсменов групп спортивного совершенствования. – 2 часа.

2. Составление годового плана подготовки групп спортивного совершенствования с анализом показателей тренировочных нагрузок, их распределение по годам, периодам, этапам. – 2 часа.

3. Планирование контрольных заданий и результатов подготовки. – 2 часа.

29.3. Создание стимулов у борцов к выполнению большого объема нагрузок. Практические занятия – 2 часа, самостоятельная работа – 2 часа.

Практические занятия – 2 часа

1. Создание ориентиров на выполнение нагрузок без принуждения.
2. Правила формирования стимулов на выполнение больших нагрузок.
3. Спортивные успехи в качестве подтверждения полученной тренировочной нагрузки.
4. Генерализованное управление с помощью стимулов.
5. Применение управления с помощью нагрузок.

Самостоятельная работа студентов - 2 часа

Задания для внеаудиторной самостоятельной работы студентов:

Изучить специальную литературу по вопросу управления деятельностью и составить список стимулов для выполнения большого объема нагрузок.

29.4. Контроль и оценка результатов воздействия на подготовленность борцов. Практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа – 4 часа.

Практические занятия – 4 часа

1. Субъективные показатели состояния спортсмена.
2. Текущие врачебно-педагогические наблюдения.
3. Тестирование.

4. Углубленные медицинские и этапные комплексные обследования.

Самостоятельная работа студентов - 4 часа

Составить комплекс тестов для оценки состояния спортсменов группы спортивного совершенствования СШ по армспорту.

29.5. Корректировка процесса подготовки. Практические занятия – 2 часа, самостоятельная работа – 4 часа.

Практические занятия – 2 часа

1. Оперативное управление.
2. Текущее управление.
3. Этапное управление.

Самостоятельная работа студентов - 4 часа

1. Выписать способы регулирования тренировочных нагрузок в течение дня и по дням недели – 2 часа.
2. Указать причины регулирования тренировочных нагрузок в недельных циклах – 1 час.
3. Написать основное содержание углубленного и этапного обследования. – 1 час.

30. Модуль 30 (1 кредит – 36 часов). Прогнозирование спортивных результатов борцов. Лекция – 4 часа, практические занятия – 14 часов, самостоятельная работа - 18 часов.

30.1. Прогнозирование спортивных результатов в армспорте. Лекция – 4 часа.

Лекции – 4 часа

Значение и задачи прогнозирования спортивных результатов в армспорте.

Классификация прогнозов: краткосрочные, среднесрочные, долгосрочные. Методы прогнозирования спортивных результатов и достижений: метод экспертных оценок, анализ динамики результатов, экстраполяция, их использование в армспорте.

Динамика личных и командных результатов по армспорту последние десятилетия на российских соревнованиях, чемпионатах мира и европы.

Прогноз результатов соревнований в армспорте

30.2. Краткосрочный и долгосрочный прогноз. Практическое занятия – 2 часов, самостоятельная работа студентов – 4 часа.

Практические занятия – 2 часа.

Получение данных из различных источников и документов планирования:

1. Достижение званий МС и МСМК от начинающих спортсменов.
2. Календарь ответственных соревнований .
3. Цикличность спортивной подготовки.
4. Время пребывания спортсмена высокой квалификации в сборных командах России, общества, краев и областей.

Самостоятельная работа студентов – 4 часа

1. Прогноз состава и выступления сборной команды России на чемпионате Европы текущего года – 2 часа.
2. Прогноз состава и выступления сборной команды России на чемпионате мира текущего года – 2 часа.

30.3. Методы прогнозирования спортивных результатов и достижений. Практическое занятия – 2 часов, самостоятельная работа студентов – 6 часов.

Практические занятия – 2 часа.

Разбор методики комплексного прогноза, моделирования, методы экспертных оценок, метод экстраполяции с построением графиков результатов

Самостоятельная работа студентов – 6 часов.

Расписать значение методов экспертной оценки, их применение и требования к ним:

1. Метод простой ранжировки (или метод предпочтения). Метод задания весовых коэффициентов – 2 часа.
2. Метод последовательных сравнений – 2 часа.
3. Метод парных сравнений – 2 часа.

30.4. Особенности прогнозирования спортивного результата в армспорте и учет их значимости для результата в комплексе. Практические занятия – 10 часов, самостоятельная работа студентов – 8 часов.

Практические занятия – 10 часов.

1. Динамика изменения результатов спортсмена и прогнозирование в армспорте – 4 часа.
2. Прогнозирование спортивного результата в легких весовых категориях в армспорте – 2 часа.
3. Прогнозирование спортивного результата в средних весовых категориях в армспорте – 2 часа.

4. Прогнозирование спортивного результата в тяжелых весовых категориях в армспорте – 2 часа.

Самостоятельная работа студентов – 8 часов

1. Построение динамики результатов по армспорту за последние 4 года на чемпионатах России – 2 часа.

2. Выявление динамики результатов в легких весовых категориях в армспорте за последние 4 года на чемпионатах России – 2 часа.

3. Выявление динамики результатов в средних весовых категориях в армспорте за последние 4 года на чемпионатах России – 2 часа.

4. Выявление динамики результатов в тяжелых весовых категориях в армспорте за последние 4 года на чемпионатах России – 2 часа.

31. Модуль 31 (1 кредит – 36 часов). Тренировочный процесс на этапе совершенствования спортивного мастерства. Лекция – 4 часа, практические занятия – 14 часов, самостоятельная работа - 16 часов.

31.1. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства. Лекция – 4 часа, практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа – 6 часов.

Лекции – 4 часа

Основная задача тренировочного процесса на данном этапе. Принципы формирования групп.

Структура годичного цикла на этапе спортивного совершенствования. Основной принцип тренировочной работы. Планирование всей подготовки и распределение тренировочных нагрузок в соответствии с установленной в армспорте периодизацией и направленностью тренировочного процесса по периодам и этапам годового цикла.

Прочный фундамент специальной подготовленности в армспорте и устойчивая мотивация к достижению высокого мастерства.

Общая тенденция увеличения объема тренировочной работы. На этом этапе создаются предпосылки для развития тактического мышления, требующего быстроты анализа информации о действиях противника в условиях дефицита времени для выбора тактических решений.

Наряду с ростом технической подготовленности важное место занимает дальнейшее развитие психических качеств, особенно эмоциональной устойчивости и выдержки.

Практические занятия – 4 часа.

Изучение содержания план-схемы годовичного цикла подготовки борцов и составление годового плана для ГСС 1-го года обучения, ГСС 2 –го года обучения и ГСС 3 –го года обучения.

Самостоятельная работа студентов – 6 часов

1. Ознакомление с режимом тренировочной работы и требованиями к физической, технической и спортивной подготовленности спортсменов групп ГСС по армспорту– 2 часа.
2. Составление план-схемы годовичного цикла подготовки борцов ГСС 2-го года обучения – 2 часа.
3. Составление план-схемы годовичного цикла подготовки борцов ГСС 3-го года обучения – 2 часа.

31.2. Подготовка и проведение занятий по армспорту. Практические занятия – 10 часов, самостоятельная работа студентов – 10 часов.

Практические занятия – 10 часов.

1. Разработка недельных и дневных циклов тренировок по борцов в соответствии с режимом тренировочной работы для групп ГСС мастерства в СШ по армспорту 1-го года обучения - 4 часа.
2. Разработка недельных и дневных циклов тренировок по борцов в соответствии с режимом тренировочной работы для групп ГСС мастерства в СШ по армспорту 2-го года обучения - 4 часа.
3. Разработка недельных и дневных циклов тренировок по борцов в соответствии с режимом тренировочной работы для групп ГСС мастерства в СШ по армспорту 3-го года обучения - 4 часа.

Самостоятельная работа студентов – 10 часов

Написание конспектов проведения учебно-тренировочных занятий по армспорту для ГСС 1-го, 2-го и 3-го года обучения.

32. Модуль 32 (1 кредит – 36 часов). Моделирование спортивной деятельности борца. Лекция – 2 часа, практические занятия – 16 часов, самостоятельная работа – 18 часов.

32.1. Значение моделирования спортивной деятельности и его особенности в армспорте. Лекция – 2 часа.

Лекции – 2 часа

Значение и задачи моделирования спортивной деятельности. Особенности моделирования в армспорте.

Блок-схема модели сильнейшего спортсмена в армспорте.

Характеристика спортивной деятельности в армспорте. Требования к отдельным сторонам подготовки борца.

Уровень специальной физической подготовленности сильнейших борцов армспорта.

Техническая подготовленность борца. Эффективность и устойчивость спортивной техники к сбивающим факторам.

Требования к тактической подготовке для успешного выступления в соревнованиях.

Медико-биологические показатели работоспособности и адаптации к нагрузкам.

Уровень психологической подготовленности сильнейших борцов. Типологические особенности высшей нервной деятельности борцов, обеспечивающие надежность их выступления. Стабильность психических процессов и способность к управлению психическим состоянием в процессе тренировки и соревнований. Психологическая устойчивость к перенесению специальных тренировочных нагрузок.

Морфологические особенности, возраст и спортивный стаж сильнейших борцов России и мира.

32.2. Особенности соревновательной модели деятельности в армспорте. Практические занятия – 12 часов, самостоятельная работа – 10 часов.

Практические занятия – 12 часов.

Изучение моделей соревновательной деятельности борцов армспорта.

Учет индивидуальных особенностей спортсменов при построении модели соревновательной деятельности.

Самостоятельная работа студентов – 10 часов.

Построение моделей соревновательной деятельности борцов армспорта.

32.3. Составление блок-схемы сильнейших борцов армспорта. Практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа студентов – 8 часов.

Практические занятия – 4 часа.

1. Анализ результатов по армспорту чемпионатах мира и европы , формулировка основных требований к спортсмену, претендующему на завоевание 1-3 места на чемпионате мира - 2 часа.

2. Изучение структур физической, технико-тактической функциональной и психологической подготовленности, морфометрических особенностей, возраста и спортивного стажа высококвалифицированных борцов – 2 часа.

Самостоятельная работа студентов – 8 часов

Составление блок-схем основных сторон подготовленности сильнейших борцов:

1. Функциональной подготовленности – 2 часа.
2. Психологической подготовленности – 2 часа.
3. Морфометрических показателей – 2 часа.
4. Возраста и стажа занятий – 2 часа.

33. Модуль 33 (0,5 кредит – 18 часов). Профессионально-педагогическая деятельность тренера по армспорту. Лекция – 4 часа, практические занятия – 14 часов.

33.1. Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по армспорту. Лекция – 4 часа.

Лекции – 4 часа

Требования к профессиональной подготовке тренера. Многогранность профессиональной педагогической деятельности тренера. Учебно-тренировочная, воспитательная функции тренера. Планирование, контроль, учет и коррекция.

Дидактические, академические, коммуникативные, гностические, психомоторные, авторитарные, психомоторные, авторитетные, перцептивные, экспрессивные, суггестивные, организаторские способности. Стрессоустойчивость. Авторитарный, демократический и либеральный стили деятельности тренера.

Взаимоотношения тренера со спортсменами, с коллегами, с врачом, с семьей спортсмена, с учителями и преподавателями, с представителями средств массовой информации.

Классификация тренеров.

Оценка деятельности и личности тренера.

Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по борьбе.

33.2. Особенности деятельности тренера по армспорту. Практические занятия – 14 часов.

Практические занятия – 14 часов.

1. Анализ специализированных умений тренера при проведении тренировочных занятий различной направленности – 6 часов.
2. Изучение специфики деятельности личного тренера. – 4 часа.
3. Планирование тренировочных нагрузок с учетом кумулятивных эффектов – 2 часа.
4. Координация работы тренеров на сборе. – 2 часа.

4 КУРС, ВОСЬМОЙ СЕМЕСТР

33. Модуль 33 (0,5 кредит – 18 часов). Профессионально-педагогическая деятельность тренера по армспорту. Практические занятия – 8 часов, самостоятельная работа – 10 часов

33.2. Особенности деятельности тренера по армспорту. Самостоятельная работа – 2 часа.

Самостоятельная работа студентов – 2 часа

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

33.3. Оценка деятельности и личности тренера. Практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа студентов – 2 часа.

Практические занятия – 4 часа.

1. Формирование критериев оценки профессиональных качеств тренеров по армспорту - 2 часа.

2. Изучение критериев оценки индивидуальных свойств личности, необходимых тренеру по армспорту. – 2 часа.

Самостоятельная работа студентов – 2 часа

Подготовить комплексную оценку профессиональной деятельности личного тренера студента.

33.4. Профессиональная адаптация тренера по борьбе. Практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа студентов – 6 часов.

Практические занятия – 4 часа.

1. Выявление противоречий между профессионально-педагогической подготовленностью, предварительными представлениями о труде тренера и реальными требованиями повседневной практики учебно-тренировочной работы - 1 час.

2. Оценка объективных факторов влияющих на успешность профессиональной адаптации. – 1 час.

3. Анализ субъективных факторов ускоряющих адаптацию к деятельности тренера. Пути развития творческого подход к своей профессиональной деятельности – 2 часа.

Самостоятельная работа студентов – 6 часов

1. Определение типовых трудностей начального этапа деятельности молодого тренера по армспорту. Превращение из студента в тренера. Освоение профессионально-педагогических знаний и поиск собственных путей улучшения тренерской работы – 2 часа.

2. Выписать характеристики интегративного этапа формирования стиля деятельности тренера по армспорту. Отбор отдельных способов и приемов работы в систему профессиональных действий, обобщение тренерского опыта, укрепление принципиальной позиции тренера о методических подходах и путях совершенствования спортсмена на различных этапах спортивного совершенствования – 2 часа.

3. Охарактеризовать этап «Утверждения» стиля деятельности тренера. Накопление достаточного количества фактов из практической работы. Формирование умения отбирать главное в работе, строить прогнозы, интуитивного корректирования учебно-тренировочной работы в зависимости от реально сложившихся условий. Уверенность в своих силах, возросшее чувство удовлетворенности своей работой – 2 часа.

34. Модуль 34 (1 кредит – 36 часов). Рекреация борцов. Лекция – 6 часа, практические занятия – 18 часов, самостоятельная работа - 12 часов.

34.1. Факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе подготовки спортсменов в армспорте. Лекция – 2 часа, практические занятия - 8 часов, самостоятельная работа – 6 часов.

Лекции – 2 часа

Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по армспорту.

Непосредственные причины. Организационные причины травматизма: уровень теоретической и практической подготовленности тренера; график соревнований; качество судейства; неудовлетворительное материально-техническое обеспечение тренировочного процесса; санитарно-гигиенические и метеорологические условия. Методические причины спортивного травматизма: комплектование групп; отсутствие разминки; нарушение принципа постепенности; форсирование физических нагрузок; недостатки лечебного контроля.

Опосредованные причины, обусловленные индивидуальными особенностями спортсмена: низкий уровень технико-тактической подготовленности; слабая физическая подготовка; недостаточный уровень морально-волевой подготовки; психоэмоциональная неустойчивость; отклонения в состоянии здоровья (скрытая и явная патология ОДА); дисциплинарные нарушения; прочие причины.

Механизм возникновения спортивной травмы. Относительная величина (сила) травмирующего воздействия, превышающая или не превышающая физиологическую прочность травмируемой ткани. Частота повторения травмы: одномоментная травма; повторная травма; хронически повторяющаяся травма. Место приложения силы: прямой механизм (удар, столкновение, падение); не прямой механизм (некоординированное сгибание, разгибание, скручивание, падение, приседание); комбинированный механизм.

Анатомо-топографические изменения. Распределение (локализация) травм в области отдельных частей тела спортсмена (голова, шея, верхние конечности, туловище, нижние конечности), которые, в свою очередь, подразделяются на отдельные звенья ОДА (область предплечья, плечевой сустав, плечо, локтевой сустав, предплечье, лучезапястный сустав, кисть, грудная клетка, живот, поясничный отдел, таз, тазобедренный сустав, бедро, коленный сустав, голень, голеностопный сустав, стопа). Всего 20 позиций. Локализация травм в области подсистемы: кожные покровы (подкожная клетчатка, фасции, подкожные слизистые сумки); органы движения (мышцы и сухожилия, суставы, центральная и периферическая нервные системы); органы опоры (надкостница, кости).

Анатомо-структурные изменения. Характер травмы: микротравмы (перенапряжения) ОДА; макротравмы ОДА (ушибы, ранения, ссадины, разрывы мышц и сухожилий, повреждения суставов, переломы, вывихи и т.п.). Степень распространенности патологического процесса: изолированная травма; сочетанная травма; комбинированная травма. Фаза травматической болезни: острая; подострая; хроническая. Стадия травматической болезни: компенсации; субкомпенсации; декомпенсации.

Практические занятия – 8 часов

1. Изучение характера травматизма спортсменов на занятиях борьбой. Правила организации занятий. – 2 часа.
2. Причины травматизма на занятиях борьбой. Комплекс ОФП для снятия напряжения мышц после окончания тренировки. – 2 часа.
3. Анализ наиболее частых травматизма спортсменов на занятиях армспортом. – 4 часа.
- 4.

Самостоятельная работа студентов – 6 часов

1. Оценка состояние методики укрепления суставов спортсменов занимающихся армспортом. – 2 часа.
2. Выявление суставов подверженных наибольшему травматизму у борцов. – 2 часа.
3. Разработка комплекса упражнений для укрепления наиболее уязвимых частей опорно-двигательного аппарата у юных борцов – 2 часа.

34.2. Технологии восстановления борцов. Лекция – 4 часа, практические занятия – 10 часов, самостоятельная работа – 6 часов.

Лекции – 4 часа

Различные средства и методы восстановления спортивной работоспособности как ведущий фактор оптимизации подготовки борцов.

Применение средств восстановления в соответствии с особенностями тренировочных нагрузок (направленность, объем, интенсивность, продолжительность, нервно-эмоциональная напряженность и др.), состояния спортсмена (возраст, уровень тренированности, индивидуальные особенности и пр.), экологическими факторами окружающей среды.

Использование средств восстановления в период соревнований для направленного воздействия на восстановительные процессы как до соревнований, во время участия в них и после их окончания.

Активное воздействие на темпы восстановления непосредственно в различных формах учебно-тренировочного процесса для повышения уровня функциональных возможностей спортсменов, развития двигательных качеств и совершенствования технико-тактического мастерства.

Восстановительные мероприятия основного уровня. Оперативное восстановление функционального состояния спортсменов. Текущее восстановление.

Педагогические, гигиенические, медико-биологические и психологические средства.

Основные положения применения восстановительных средств в армспорте.

Практические занятия – 10 часов

1. Восстановительные средства, используемые после тренировочных нагрузок. – 2 часа.
2. Раскрыть особенности протекания восстановления при занятиях борьбой– 2 часа.
3. Планирование восстановительных мероприятий в тренировочном процессе борцов – 2 часа.
4. Основные направления применения педагогических средств восстановления. – 4 часа.

Самостоятельная работа студентов - 6 часов

1. Составление плана использования восстановительных средств в тренировочном процессе спортсменов.- 4 часа
2. Составление схемы использования различных восстановительных средств по ходу соревнований. – 2 часа.

35. Модуль 35 (1 кредит – 36 часов). Агитация и пропаганда. Лекция – 6 часа, практические занятия – 18 часов, самостоятельная работа - 12 часов.

35.1. Формирование общественного мнения о армспорте, как гармонично развивающего вида спорта. Лекции – 6 часов, практические занятия - 12 часов, самостоятельная работа – 6 часов.

Лекции – 6 часов

Структурные элементы общественного мнения.

Функции формирования общественного мнения о армспорте: соревновательная реклама, общеспортивная коммуникация, лоббирование, консультирование. Этапы формирования общественного мнения: постановка задач, выбор обращений, выбор носителей, реализация плана, оценка результатов деятельности. Составные части деятельности в области формирования общественного мнения. Главная задача «публик-релейшнз».

Создание имиджа армспорта. Этапы создания образа вида спорта. Социальные характеристики борьбы. Понятие имиджа армспорта. Правила построения положительного имиджа.

Средства массовой информации. Основные виды печатной прессы. Круг интересов деловой, профессиональной, Региональной и федеральной прессы. Особенности работы с региональным и федеральным телевидением. Радио как вид средств массовой информации. Возрастание роли Интернета. Тенденции слияния Интернет-изданий с телевизионными, печатными и радио ресурсами. Взаимодействия с информационными агентствами. Практические рекомендации по подготовке работы со средствами массовой информации.

Отношения с журналистами Основные факторы формирования отношений с журналистами. Основные приемы работы со средствами массовой информации.

Практические занятия – 12 часов

1. Изучение механизма формирования общественного мнения. Восприятие реформации (объективной, субъективной, тенденциозной и т.д.) на уровне отдельных людей. Выводы и оценки индивидуума - на основе имеющихся знаний, опыта, умения анализировать, уровня информированности. Обмен имеющейся информацией, выводами, дискуссии с другими людьми.– 4 часа.

2. Анализ рынка печатных изданий на спортивную тематику. Их направленность и специфика. Периодичность издания. Объем издания. Стоимость размещения информации и рекламы – 2 часа.

3. Преимущества радио перед другими средствами массовой информации. Сбор информации о предоставлении услуг радиовещательными структурами. Организация встречи с представителями компаний. Обсуждение информационного материала. Предложение тематического сценария передачи – 2 часа.

4. Дифференциация каналов телевидения по следующим признакам:
- информация; музыка; кино; культура и искусство и т.д.;

- для детей; для молодежи; для женщин; для пенсионеров; для пожилых людей; для домохозяек и т.д.;

- республиканская программа; программа для национальных групп населения; программа для проживающих вне территорий своих национальных образований; общегосударственная (интеграционная – межгосударственная, зарубежная, на зарубежную аудиторию) телепрограмма, местная (региональная, вплоть до кабельной сети поселка, микрорайона) программа;

- круглосуточные программы; программы, вещающие определенное время (или с плавающим графиком вещания);

- подготовка сценария передачи посвященной армспорту как вида спорта отражающего олимпийские принципы физического воспитания человека - 2 часа.

5. Международные и российские сайты по армспорту, их адреса, структурные элементы, оценка функциональности. Создание сайта для управления и координации деятельности в области армспорта. Формулирование цели сайт. Определение состава потенциальных посетителей. Сбор и создание собственных информационных материалов (контент). Оформление этих материалов (web- дизайн). Обеспечение доступа к материалам пользователей сети (техническая поддержка, хостинг). Рекламирование ресурса - 2 часа.

Самостоятельная работа - 6 часов

1. Подготовить профессионально ориентированную информацию о проходящих соревнованиях по борьбе. – 2 часа

2. Создание образа армспорта как комплексного вида спорта. – 2 часа.

3. Сделать презентацию новой спортивной базы по армспорту. – 2 часа.

35.2. Динамика количества занимающихся армспортом в России и мире. Наполняемость групп занимающихся армспортом по этапам подготовки в СШ, СШОР на базах Подмосковья. Практические занятия - 6 часов, самостоятельная работа – 6 часов.

Практические занятия – 6 часов

1. Состояние основных баз (СШ) России ведущих подготовку спортсменов-борцов. Сбор информации по количеству занимающихся спортсменов на этих базах. – 2 часа.

2. Состав стран участниц чемпионатов мира по армспорту. Изучение динамики количества стран участниц международных соревнований различного уровня. Представители стран занимавшие призовые места на чемпионатах мира за последние 10 лет. Изменения состава по сравнению с предыдущими десятилетиями – 2 часа.

3. Сравнение популярности армспорта в России и во всем мире. Анализ состояния ветеранского движения в нашей стране – 2 часа.

Самостоятельная работа – 6 часов

1. Посещение одной из СШ города Москвы или Подмосковья. Выписать количество групп СШ и общее число занимающихся. Сделать оценку материально-технического оснащения СШ – 2 часа.
2. Беседа с руководством СШ об использовании различных информационных ресурсов для рекламы СШ и пропаганды занятий борьбой – 2 часа.
3. Интервьюирование тренеров СШ по количеству желающих заниматься армспортом и наполняемость групп СШ. Изучение пожеланий тренеров по улучшению пропаганды занятий армспортом. – 2 часа.

36.Модуль 36 (1 кредит – 36 часов). Фармакология в армспорте. Лекция – 6 часа, практические занятия – 18 часов, самостоятельная работа - 10 часов.

36.1. Фармакология в спортивной тренировке борцов. Лекции – 4 часа, практические занятия - 8 часов, самостоятельная работа – 4 часа.

Лекции – 4 часа

Управление работоспособностью спортсмена. Особенности фармакологической поддержки на различных этапах многолетней подготовки борцов. Фармакологическое обеспечение подготовительного, базового, предсоревновательного периодов подготовки квалифицированных борцов.

Фармакологические препараты: витамины, коферменты, минералы, энзимы, адаптогены, антиоксиданты, антигипоксанты, анаболизирующие препараты, психоэнергизаторы, макроэрги, иммуномодуляторы, регуляторы нервно-психического статуса, гепатопротекторы, актопротекторы, стимуляторы кроветворения и кровообращения, аминокислоты.

Допинг. Общие положения. Сроки выведения некоторых препаратов. Анаболические стероиды. Производные тестостерона.

Коррекция отдельных состояний во время тренировки спортсменов. Топическое лечение травм. Фармакологическая реабилитация для предотвращения перетренировки. Преодоление состояния иммунодефицита.

Особенности фармакологического обеспечения при концентрированных нагрузках.

Практические занятия – 8 часов

1. Составить список фармакологических препаратов, используемых спортсменами во время применения больших концентрированных нагрузок и расписать их назначение. – 2 часа.

2. Изучение схем применения фармакологической поддержки на подготовительном периоде годичного цикла. – 2 часа.

3. Анализ содержания фармакологического обеспечения на базовом периоде тренировки. Применение фармакологии для восстановления спортсменов. – 2 часа.

4. Фармакологическая реабилитация в случаях перенапряжения спортсменов. – 2 часа.

Самостоятельная работа - 4 часа

1. Изучение специальной литературы посвященной фармакологической подготовки спортсменов.

36.2. Фармакологическая поддержка на соревнованиях по армспорту. Лекция - 2 часа, практические занятия – 10 часов, самостоятельная работа – 8 часов.

Лекция – 2 часа.

Максимальная реализация возможностей спортсмена. Поддержание пика суперкомпенсации. Продление работоспособность на все время стартов (предварительный и финальный этапы соревнований). Подавлять нежелательные реакции, не снижая работоспособности.

Количество принимаемых фармакологических препаратов. Роль адаптогенов, эргонасыщенных препаратов, ноотропов. Комплексное применение препаратов как ускорителя процессов восстановления между стартами. Обеспечение высокой сократительной способности мышечных волокон. Стимуляция процессов обмена в клетках головного мозга, нервных окончаниях.

Соревновательные фармакологические препараты препятствующие возникновению нарушений метаболизма, стимулирующие процессы клеточного дыхания, способствующие усиленному синтезу эргонасыщенных соединений.

Фармакологическое обеспечение в соревновательном процессе и в период базового этапа подготовки.

Внимание к соревновательному режиму: питье, еда, фармакология должны тщательно контролироваться спортивным врачом.

Практические занятия – 8 часов

1. Составление схемы применения препаратов максимально реализующих возможности борцов. – 3 часа.

2. Анализ препаратов поддерживающих пик суперкомпенсации. Правила применения средств фармакологической поддержки работоспособности на все время выступления борца. – 3 часа.

3. Использование средств фармакологического характера на подавление нежелательных реакций, не снижая работоспособность – 2 часа.

Самостоятельная работа – 6 часов

Составить список фармакологических средств ограниченного использования. Выписать побочные эффекты их применения.

37. Модуль 37 (0,5 кредит – 18 часов). Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы. Практические занятия – 10 часов, самостоятельная работа - 8 часов.

37.1. Написание доклада. Практические занятия - 4 часа, самостоятельная работа – 2 часа.

Практические занятия – 4 часа

1. Изучение схемы доклада. Краткое содержание всей исследовательской деятельности. Обоснование актуальности выбранной темы. Основная проблема, цель, задачи, объект и предмет ВКР – 2 часа.

2. Составление краткой характеристики содержания исследовательской работы. Написание выводов. Описание практической реализации работы – 2 часа.

Самостоятельная работа – 2 часа

1. Работая над докладом, студент старается сделать его для себя удобным. Выделяет цифры курсивом. Из текста доклада находят сокращения, которые меняются на развернутые определения. Выделяются ключевые слова и определения. Несколько раз прочитать текст доклада, фиксируя время чтения. Начитать текст, контролируя свою речь, следя за дикцией, темпом, громкостью и интонацией при произношении. Готовятся ответы на замечания рецензента в письменной форме – 2 часа.

37.2. Подготовка презентации. Практическое занятие - 2 часа, самостоятельная работа – 6 часов.

Практическое занятие – 2 часа

Проверка знаний студентами PowerPoint. Оптимальное количество слайдов в презентации. Основные принципы компьютерной презентации.

Заголовочный и итоговый слайды. В итоговом слайде необходимо поблагодарить научного руководителя и всех, кто проводил консультации и давал рекомендации.

Основные требования к каждому слайду.

Следует помнить, что визуальное восприятие слайда презентации занимает от двух до пяти секунд, в то время как продолжительность некоторых видов анимации может превышать 20 секунд.

Рекомендуется настроить временной режим презентации.

Презентация помогает оформить доклад, но не заменяет его.

Самостоятельная работа – 2 часа

Подготовить компьютерную презентацию ВКР. Подготовить к каждому слайду заметки по докладу, распечатать их и использовать при подготовке к защите выпускной квалификационной работы, в крайнем случае – на самой презентации. Можно распечатать некоторые ключевые слайды в качестве раздаточного материала. Тренировка доклада по ВКР с применением компьютерной презентации.

37.3. Аprobация выпускной квалификационной работы. Практические занятия – 2 часа

Практические занятия – 2 часа

Участие в апробации выпускных квалификационных работ студентов кафедры Теории и методики единоборств. Обсуждение представленных на апробацию работ. Доклад с компьютерной презентацией выполненной исследовательской работы. Ответы на вопросы студентов и преподавателей присутствующих на заседании кафедры.

37.4. Устранение выявленных недостатков работы. Практическое занятие - 4 часа, самостоятельная работа – 4 часа

Практическое занятие – 4 часа

Анализ выступлений студентов во время апробации. Обсуждение основных недостатков по представленному материалу. Внесение исправлений и дополнений в соответствии со сделанными замечаниями на апробации. Внесение исправлений в выпускную квалификационную работу, доклад и презентацию. Проверка сделанных исправлений преподавателем и окончательное утверждение обновленного доклада и презентации.

Самостоятельная работа – 4 часа

1. Изучение высказанных замечаний на апробации. Анализ ответов на вопросы по ВКР – 2 часа.
2. Подготовка ответов на замечания рецензента. Тренировка доклада с внесенными изменениями и дополнениями после апробации – 2 часа.

38. Модуль 38 (1 кредит – 36 часов) Семестровый экзамен для студентов четвертого курса. Самостоятельная работа студентов – 27 часов, экзамен – 9 часов.

38.1. Повторение четвертого курса обучения. Самостоятельная работа студентов - 27 часов

Самостоятельная работа студентов - 27 часов

Повторение разделов модульного обучения за четвертый курс:

1. Основы управления подготовкой спортсменов занимающихся армспортом – 2 часа.
2. Планирование подготовки борцов – 2 часа.
3. Прогнозирование спортивных результатов и его значение в армспорте – 2 часа.
4. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования – 4 часа.
5. Значение моделирования спортивной деятельности и его особенности в армспорте – 2 часа.
6. Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по армспорту – 3 часа.
7. Факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе подготовки спортсменов по армспорту – 4 часа.
8. Технологии восстановления спортсменов – 2 часа.
9. Формирование общественного мнения о армспорте через средства массовой информации – 2 часа.
10. Фармакология в спортивной тренировке – 2 часа.
11. Фармакологическая поддержка на соревнованиях – 2 часа.

38.2. Сдача экзамена - 9 часов

Подготовка помещения для экзамена. Жеребьевка билетов. Подготовка по вопросам доставшегося билета. Ответ экзаменатору. Оценка ответа экзаменатором.

5. Образовательные технологии

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

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

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

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

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

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

Учебная деятельность состоит из трех этапов:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Непрерывный текущий контроль способствует комплексному решению целого ряда актуальных задач обучения: - интенсивное выявление индивидуальных особенностей; - оперативное определение материала, требующего доработки; - стимулирование посещаемости (через требование отчитаться за каждый пропущенный контроль); - повышение качества образовательных услуг в свете современных требований.

Виды контроля:

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

2. **РУБЕЖНЫЙ (ПЕРИОДИЧЕСКИЙ)** – призван выявить результаты на промежуточных этапах обучения (настраивая обучаемых на дальнейшее закрепление слабо освоенного).

3. **КУРСОВОЙ (ИТОГОВЫЙ)** – служит для оценки уровня усвоения дисциплины по завершении её прохождения.

4. **КОНТРОЛЬ ОСТАТОЧНЫХ ЗНАНИЙ** – по блоку дисциплин – обеспечивает определение прочности усвоенного (через 6-12 мес.); на основании его результатов корректируются программы и методика преподавания.

5. **ТЕКУЩИЙ** – проводится на плановых занятиях и в ходе проверки самостоятельных работ. Главная цель текущего контроля – оперативная оценка работы преподавателя и обучаемых, а также их индивидуальных особенностей. Функции текущего контроля: содействует более оперативному выявлению отстающих для надлежащего реагирования; оптимизирует индивидуальные занятия; рационализирует работу с программным материалом.

Требования к текущему контролю.

1. Итоговые оценки определяются по результатам непрерывного текущего контроля.

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

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

Базовые формы текущего контроля - проверка заданий на самостоятельную работу (конспектов, отчётных документов и др.)

Опросы. Классификация опросов: 1) по охвату обучаемых: сплошной (фронтальный), выборочный, индивидуальный; 2) по методу проверки: устный, письменный, “машинный”; 3) по методу получения ответов: альтернативный, конструируемый. 4) по объёму проверяемого материала: краткий, развёрнутый.

Примеры использования опросов: собеседование – индивидуальный устный опрос; “летучка” – краткий фронтальный письменный опрос; семинар – выборочный развёрнутый устный опрос; контрольная работа – фронтальный конструируемый письменный опрос.

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

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

Оптимизация текущего контроля на лекциях и групповых занятиях: выделить в тексте краткие фрагменты, даваемые под запись; дополнять каждый фрагмент вопросом-заглавием; пронумеровать полученные блоки “вопрос-ответ”; выделить наиболее важные блоки, задаваемые к очередной “летучке”.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной деятельности студентов как условие формирования способностей студентов к самообучению и самореализации и как показатель качества деятельности преподавателей в подготовке будущих специалистов. Функциями учебно-методического обеспечения явились создание единства и системности теоретической, методической и практической подготовки студентов, личностной и профессиональной самоорганизации, самообучения и самореализации, среды личностного выбора и индивидуальной траектории профессионального становления, условий для повышения качества усвоения содержания педагогических дисциплин, индивидуализация процесса профессиональной самостоятельной деятельности.

Виды самостоятельной деятельности студентов во время лекций, семинарских занятий, на педагогической практике. Учебно-методическое обеспечение представлено разнообразными видами самостоятельной работы студентов (реферирование, конспектирование, проекты, схемы, педагогические ситуации, эссе и т.п.), каждый из которых был снабжен специфическими методами работы: формулировка суждений, поиск зависимостей, доказательств, имитации и т.п. Основные методы: драматизация проблемных педагогических ситуаций, демонстрация субъект-субъектных взаимодействий, коллективная рефлексия, алгоритмизация, дифференциация научных суждений, оппонирование, «театр одного актёра», имитационные диалоги, парирование.

Особенности освоения видов самостоятельной работы: на младших курсов студенты лучше работают с текстами и драматизациями, на старших курсах успешнее работа по осуществлению проектов и научных понятий.

Особую сложность вызывают у студентов задания связанные с рефлексией, с самооценкой качества выполненного задания и переносом теоретического знания на педагогическую практику. Преодоление данного противоречия осуществляется с помощью личностной и профессиональной презентации студентов на лекциях,

семинарских занятиях в педагогической практике и на различных конференциях, где они приобретают опыт коммуникаций и творческой самореализации.

Способы самообучения и самореализации рассматриваются как показатели качества разработанного и апробированного учебно-методического обеспечения. Самообучение рассматривается как профессиональная характеристика, а самореализация - как личностная. Способность к самообучению формируется значительно быстрее по сравнению с самореализацией. Процесс самореализации более сложный, так как в нем проявляются личностные характеристики, в некоторой степени, задерживающие этот процесс - неуверенность, отсутствие гибкости мыслительных процессов, низкий уровень воображения и др. Несмотря на разницу протекания этих процессов, эксперимент подтвердил, что спроектированное на научных принципах учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов обуславливает качество данной работы и качество профессиональной подготовки и личностного развития.

Внеучебные виды деятельности носят творческий характер, методы были ориентированы на индивидуальное развитие. Студенты могли быстро реагировать на сложившиеся педагогические ситуации и находить верные способы их разрешения.

Показателями качества реализуемого учебно-методического обеспечения самостоятельной работы студентов являются сформированные способы решения педагогических задач, творческие работы по проектированию, перенос теоретического знания в практическую деятельность, способность систематизировать материал, вести диалог в коллективе, осуществлять самооценку выполненной работы относительно требований стандарта, идей развивающего образования и ценностных ориентации как целевых установок процесса обучения и воспитания.

Становление опыта самостоятельной работы студентов обеспечивается сформированными способами самоорганизации, самопознания содержания педагогических дисциплин. Самостоятельная деятельность выявляет мотивы, познавательные профессиональные и личностные интересы, обуславливает возникновение поисковой творческой деятельности студентов, учит рефлексии, самоконтролю и самооценке.

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

1 семестр

1. Выписать права и обязанности студентов университета.
2. Описать свои представления об участии студента в общественной жизни университета.
3. Подготовка специалистов армспорта в институтах физической культуры.
4. Выявить уровень результатов выступления в армспорте у сильнейших борцов России и мира, а также динамику его изменения.
5. Получение данных о возрасте участников финалов Чемпионатов России и мира, как показателя спортивного долголетия спортсменов занимающихся армспортом.
6. История армспорта (Древний период:).
7. История армспорта (Современный период).
8. Описать динамику правил проведения соревнований по армспорту.
9. Указать причины создания международной федерации по армспорту.
10. Расписать причины и условия создания Международной федерации по армспорту.
11. Этапы развития армспорта в нашей стране.
12. Написать краткий хронологический конспект выступлений выдающихся борцов мира, СССР и России.

13. Создать рейтинговый список по количеству побед на чемпионатах мира десятки выдающихся борцов России и мира.
14. Составить хронологию изменения основных позиций в правилах соревнований по армспорту..
15. Определить трех тренеров, спортсмены которых наибольшее количество раз побеждали чемпионате мира.
16. Международная терминология, ее применение и связь с отечественной терминологией.
17. Упорядочение множества предметов и явлений, встречающихся в деятельности тренера по армспорту.
18. Описать многоуровневая классификационная схема техники армспорта.
19. Терминология техники армспорта и ее разновидности.
20. Описать порядок образования полных названий приемов техники армспорта.
21. Основные понятия в армспорте.
22. Выписать санитарно-гигиенические нормы и требования к местам проведения занятий борьбе.
23. Перерисовать схему конфликтного взаимодействия борцов и проанализировать ее.
24. Требования к личному инвентарю спортсменов для участия в соревнованиях.
25. Оборудование зала для борьбы для проведения тренировочного процесса и соревнований.
26. Виды инвентаря и оборудования необходимые для обеспечения учебно-тренировочного процесса в армспорте.
27. Выписать основные термины, характеризующие соревновательную деятельность борцов.
28. Основные термины, используемые при судействе соревнований по армспорту.
29. Изучение особенностей функциональных сдвигов в организме спортсменов, занимающихся армспортом.
30. Изучение конспектов тренировочных занятий по армспорту у личных тренеров.
31. Написание конспектов занятий по армспорту.
32. Проведение заключительных частей занятий по армспорту.
33. Сбор материала к докладу и подготовка презентации по технике безопасности на занятиях армспортом.
34. Расписать режим дня борцов.
35. Составление примерных конспектов занятий по армспорту оздоровительной направленности.

2 семестр

1. Выделить основные характеристики техники армспорта.
2. Описать биомеханические структуры двигательных действий борца.
3. Изучить технические действия(верхом.)
4. Изучить технические действия(прямой кистью).
5. Выписать тактиктическое проведения технических действий в атаке.
6. Выделить педагогические требования к объяснению и демонстрации простых и сложных технико-тактических действий.
7. Выписать тактиктическое проведения технических действий в защите.
8. Методика обучения техники и тактики

9. Расписать и привести примеры специальных упражнений, используемых для развития физических качеств.

10. Описать и привести примеры подготовительных упражнений, используемых для развития физических качеств.

11. Описать условия необходимые для воспитания физических качеств.

12. Разработка плана проведения научно-исследовательской работы.

13. Описать проведение педагогического эксперимента в армспорте.

14. Выделить основные проблемы тренировки в армспорте.

15. Привести пример дневника тренировок, который можно составить в Excel.

16. Выделить основы построения тренировок в дневнике спортсмена.

17. Описать вербально-иллюстративный метод обучения.

18. Изучить психические качества борца, их воспитание посредством упражнений.

19. Овладение техническими действиями и совершенствование их в различных условиях.

1. Техническое действие борьба верхом.

2. Техническое действие борьба в крюк

3. Техническое действие борьба прямой кистью

4. Техническое действие борьба толчком

5. Техническое действие борьба коброй.

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

1. Перспектива вхождения армспорта в олимпийскую семью.

2. Изменения правил соревнований по армспорту.

3. Основы техники армспорта . Краткая характеристика техники.

4. Характеристика спортивных баз Москвы и области на территории которых проходят занятия армспортом.

5. Гигиенические требования к содержанию спортивного зала по армспорту.

6. Основные правила обеспечения безопасного проведения занятий по армспорту.

7. Оборудование мест для проведения соревнований по армспорту.

2 семестр

1. Анализ результатов соревнований за истекший год в нашей стране среди юношей и юниоров.

2. Армспорт в системе физического воспитания.

3. Терминология технических действий в армспорте.

4. Судейская терминология по армспорту.

5. Структура тренировочного занятия в армспорте.

6. Разностороннее развитие личности средствами армспорта.

7. Оздоровительный эффект от любительских занятий армспортом.

8. Техника армспорта правой рукой.

9. Техника армспорта левой рукой.

10. Тактика проведения одного технического действия.

11. Тактика проведения поединка

12. Тактика поведения борца на соревнованиях.

6.1.3. Содержание зачетных требований для студентов в I семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Характеристика армспорта как вида спорта и средства разносторонней физической подготовки.
2. Прикладное и воспитательное значение армспорта.
3. Место армспорта и в массовых формах физической культуры.
4. Система управления развитием армспорта в стране.
5. Сочетание государственных и общественных форм работы по развитию армспорта. Источники финансирования подготовки спортсменов.
6. Федерация армспорта РФ (ФАР): задачи, устав, структура, планирование и организация работы, международные связи.
7. Тренерский совет: состав тренерского совета, функциональные обязанности членов тренерского совета, задачи и организация работы.
8. Управление развитием борьбы в субъектах РФ: федерация, тренерский совет, ведомственные спортивные организации, клубы.
9. Возникновение армспорта.
10. Этапы развития армспорта в нашей стране.
11. Подготовка специалистов по армспорту в институтах физической культуры.
12. Участие и достижения отечественных борцов армспорта на чемпионатах мира.
13. Выдающиеся спортсмены, тренеры и специалисты по армспорту в нашей стране.
14. Изменения в правилах соревнований и их влияние на подготовку спортсменов.
15. Состояние армспорта в настоящее время в нашей стране и за рубежом и перспективы его дальнейшего развития.
16. Оценка технических действий в по ходу соревновательного поединка.
17. Организация проведения разминки перед соревнованиями.
18. Оборудование зала для проведения соревнований по армспорту.
19. Требования к спортивной форме на соревнованиях.
22. Санитарно-гигиенические нормы и требования к местам проведения занятий по борьбе.
23. Содержание понятий «классификация», «систематика» и «терминология» в армспорте.
24. Классификация технических действий.
25. Терминология техники армспорта и ее разновидности.
26. Теоретические, методические и судейские понятия и термины в армспорте.
27. Соблюдение терминологии в тренировочной, организационно-управленческой и судейской работе по армспорту.
28. Иерархическое построение классификации техники армспорта и ее методическое значение.
29. Субординация как свойство классификационной схемы техники армспорта.
30. Международная судейская терминология, ее применение и связь с отечественной терминологией.
31. Функции и обязанности судей на соревнованиях по армспорту.
32. Эффективное и безопасное использование инвентаря и оборудования в тренировочном процессе .
33. Основные принципы подбора инвентаря для занятий по армспорту.
34. Основные элементы содержания занятий по армспорту.

35. Особенности воздействия на функциональные структуры организма спортсмена занятий борьбой и отражение данного воздействия на структуре учебно-тренировочного занятия.

36. Специфика содержания подготовительной, основной и заключительной частей учебно-тренировочных занятий по армспорту.

37. Планирование рабочего дня, соблюдение режима тренировок и отдыха. Самодисциплина, настойчивость, привычка ценить и рационально использовать время.

38. Значение волевых качеств в достижении высоких результатов в соревновательной деятельности. Способность противостоять первым неудачам и компенсировать их успешным выступлением в оставшихся видах.

39. Способность переносить большие нагрузки, имеющие разнонаправленное воздействие.

40. Основы разностороннего развития занимающихся средствами армспорта.

41. Принципы построения занятий по армспорту оздоровительной направленности.

42. Разносторонние физические и психические нагрузки в процессе тренировок и выступления на соревнованиях. Высокие показатели функциональных возможностей основных систем организма. Длительное сохранение высокой работоспособности.

43. Результаты врачебных и педагогических наблюдений за воздействиями занятий армспортом на организм спортсменов.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Взаимосвязь техники и тактики при введении поединка.
2. Механизм эффективности приемов техники в армспорте.
3. Биомеханические особенности техники армспорта
4. Фазовая структура техники.
5. Критерии оценки качества выполнения техники армспорта.
6. Роль "атакующего" и "атакованного" в выполнении приемов техники на этапе изучения.
7. Цель и биомеханическая характеристика технических действий в армспорте.
8. Выполнения приемов техники. Их методическое и педагогическое значение.
9. Суть и содержание специальных упражнений и подводящих приемов, используемых в процессе овладения сложной техникой в армспорте.
10. Особенности методики изучения техники армспорта в условиях учебной группы и индивидуально.
11. Методика и значение коррекции выполнения техники армспорта в условиях учебно-тренировочных занятий (типа, "стоп кадр").
12. Методика расширения разнообразия изучаемой техники армспорта в процессе ее повторения.
13. Дидактический принцип последовательности изучения сложной техники армспорта на примере атака (верхом).
14. Характеристика движения атакуемого и атакующего в выполнении приемов техники армспорта .
15. Последовательность изучения техники армспорта в процессе многолетних занятий спортом.
16. Определение основных понятий: стратегия и тактика армспорта.
17. Стратегия многолетней спортивной деятельности в армспорте.
18. Стратегия участия в соревнованиях, стратегия поведения борца в поединке в армспорте.
19. Тактика участия в соревнованиях в армспорте.

20. Тактика ведения схватки в армспорте.
21. Тактика проведения приемов в армспорте.
22. Стратегии ведения поединка - атакующей, контратакующей, защитной.
23. Выбор тактических и технических действий в зависимости от поведения соперника, осуществление тактического взаимодействия.
24. Значение тактики в подготовке борцов и ее взаимосвязь с техникой, физической, психологической и теоретической подготовкой спортсменов.
25. Приемы психологического воздействия на соперника и маскировка своих намерений.
26. Составление тактического плана поединка.
27. Особенности тактики участия в различных соревнованиях (чемпионатах, турнирах, матчевых, отборочных и классификационных).
28. Средства и методы восстановления работоспособности борца и их применение на практике.
29. Взаимосвязь применения средств восстановления и тренировочных нагрузок.
30. Сформулировать актуальность одного из направлений исследований.
31. Значение УИРС в подготовке бакалавров по борьбе в ИФК.
32. Методология научной деятельности.
33. Наиболее распространенные схемы исследований в армспорте.
34. Популярные методы сбора научных данных о различных сторонах деятельности в армспорте.
35. Применение методов математической статистики для обработки полученных данных о различных сторонах деятельности в армспорте.

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

3 семестр

1. Определение последовательности использования методов обучения в армспорте.
2. Написание примерных конспектов первого занятия по обучению армспорте.
3. Изучить опыт использования линейных программ в освоении двигательных действий.
4. Написать примерную линейную программу обучения по армспорту.
5. Анализ применения разветвленных программ при обучении различным двигательным действиям.
6. Изучить возможности использования смешенных программ обучения при освоении армспорта.
7. Составление примерных программ обучения в армспорте.
8. Выписать из программы обучения СШ основные требования по физической, технической и спортивной подготовки для групп начальной подготовки.
9. Представить этапы многолетней подготовки по годам обучения в группах СШ по армспорту.
10. Изучить диапазон спортивных результатов в многолетней подготовке борцов и возраст достижения КМС, МС, МСМК.
11. Придумать и описать несколько парных упражнений по армспорту.
12. Ознакомиться с фронтальной формой организации занимающихся при обучении.
13. Подготовить пример организации круговой тренировки при общефизической подготовке начинающих борцов.
14. Особенности организации и проведения соревнований с различным контингентом занимающихся.

15. Разработка и написание положения о соревнованиях по армспорту.
16. Составление сметы на проведение соревнований по армспорту.
17. Соблюдение техники безопасности при проведении соревнований.
18. Организация медицинского обеспечения во время проведения соревнований по армспорту.
19. Организация и проведение соревнований по борьбе.
20. Обязанности судей соревнований по армспорту.
21. Написание сценариев открытия и закрытия соревнований.
22. Составить отчет о соревнованиях.

4 семестр

1. Написание учебного плана подготовки 1-го года обучения в группе начальной подготовки.
2. Составление учебного плана подготовки 2-го года обучения в группе начальной подготовки.
3. Подготовка учебного плана тренировки 3-го года обучения в группе начальной подготовки.
4. Написание конспекта занятия по ОФП.
5. Составление конспекта занятия по обучению технике в атаке.
6. Подготовка конспекта занятия по обучению в защите.
7. Конспектирование занятия по с использованием подвижных игр.
8. Составить годовой план график использования вспомогательных средств на начальном этапе подготовки борцов.
9. Написать по два упражнения на контор- атаку.
10. Конспектирование методических разработок с использованием тензоплатформы.
11. Расчетное определение целевых ЧСС-зон у борцов во время тренировки.
12. Прямое определение ЧСС макс у спортсменов занимающихся армспортом.

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

3 семестр

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

4 семестр

1. Содержание и формы воспитательной работы с юными спортсменами.

2. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки.
3. Использование технических средств при подготовке борцов.
4. Общая характеристика проявления одного из физических качеств в армспорте.
5. Требования, предъявляемые в армспорте к личности спортсмена.
6. Характеристика основных методов исследования, используемых в армспорте.

6.2.3. Содержание зачетных требований для студентов в III семестре очной формы обучения:

Вопросы для собеседования:

1. Предмет и задачи обучения в армспорте.
2. Применение дидактических принципов при обучении в армспорте.
3. Отличительные черты двигательных умений и навыков в армспорте.
4. Дополнительный и отрицательный перенос навыков и его учет при построении обучения.
5. Зависимость методов и особенностей построения процесса обучения армспорте от структуры и сложности формируемых двигательных действий, от специфики проявляемых при этом физических качеств.
6. Характеристика основных методов обучения в армспорте.
7. Определение готовности к обучению армспортом: физической, координационной, психической.
8. Этап начального разучивания: цели и задачи; методы и методические приемы разучивания упражнений в армспорте; разучивание по частям и в целом (слитно).
9. Этап закрепления и совершенствования навыков: цели и задачи.
10. Элементы программирования обучения в армспорте.
11. Построение структур линейной и разветвлённой программ обучения.
12. Особенности программирования процесса обучения в армспорте.
13. Организационные основы спортивной школы.
14. Основные формы учебно-тренировочного процесса.
15. Особенности проведения занятий по армспорту.
16. Организация и проведение соревнований различного уровня по армспорту.
17. Содержание положения о соревнованиях по армспорту.
18. Основные пункты сметы на проведение соревнований по армспорту.
19. Техника безопасности при проведении соревнований по армспорту.
20. Функции медицинского обеспечения во время проведения соревнований по армспорту.
21. Главная судейская коллегия соревнований по армспорту и ее функции.
22. Сценарий открытия и закрытия соревнований.
23. Содержание отчета о соревнованиях.

Деловая игра

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

6.2.4. Содержание экзаменационных требований для студентов в IV семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Содержание и формы воспитательной работы с юными борцами.
2. Организация и проведение тренировочного процесса в группах начальной подготовки.
3. Содержание и направленность тренировочного процесса в группах начальной подготовки.

4. Тренировочные нагрузки и особенности методики проведения тренировочных занятий по армспорту в группах начальной подготовки.
5. Переводные и контрольных нормативы по физической и специальной подготовке в группах начальной подготовки.
6. Применение технических средств в различных направлениях подготовки спортсменов.
7. Использование технических средств при подготовке в различных частях тренировочного занятия.
8. Изменения функциональной направленности применения технических средств по ходу многолетней подготовки спортсмена занимающегося армспортом.
9. Значение технических средств для оценки комплексного воздействия тренировочных нагрузок на организм спортсменов занимающихся армспортом.
10. Общая характеристика основных физических качеств: силы, быстроты (скорости), выносливости, гибкости и ловкости (координационных способностей).
11. Разновидности проявления силы: абсолютная максимальная, общая и относительная сила, динамическая и статическая силовая выносливость.
12. Проявление силы в армспорте.
13. Проявление быстроты в армспорте.
14. Разновидности выносливости: общая и специальная, силовая, скоростная, статическая, координационная, эмоциональная и т.д.
15. Энергетическое обеспечение выносливости.
16. Проявление выносливости в армспорте.
17. Факторы, определяющие гибкость.
18. Измерение гибкости.
19. Активная и пассивная гибкость.
20. Проявление гибкости в армспорте.
21. Факторы, обеспечивающие проявление координационных способностей: развитие нервно-двигательного аппарата и органов управления движениями, уровень физических качеств, технико-тактическая подготовленность, морфофункциональные свойства организма.
22. Основные формы проявления координационных способностей: соизмерение и регулирование пространственных, временных и динамических параметров движений; поддержание статического и динамического равновесия; выполнение двигательных действий без излишней мышечной напряженности.
23. Координационные способности в армспорте.
24. Ведущие ощущения и восприятия в армспорте: зрительные, пространственные, временные, силовые, тактильные, кинестетические.
25. Двигательные представления (идеомоторика) в армспорте.
26. Процессы мышления: сравнение, анализ, синтез, абстракция, конкретизация, логическое заключение, выводы и т.д.
27. Характер мыслительных задач.
28. Эмоциональные процессы и состояния.
29. Длительность и степень эмоциональных напряжений, динамика эмоциональных состояний.
30. Характеристика эмоций, причины, вызывающие их, влияние на выступление в соревнованиях.
31. Виды и качественные особенности волевых усилий в армспорте. Особенности процессов реагирования.
32. Внешнее и внутреннее внимание, его объем, интенсивность, концентрация, распределение, устойчивость, переключение.
33. Ориентирование в соревновательных ситуациях в армспорте.
34. Характеристика основных методов исследования, используемых в армспорте.

35. Особенности организации и проведения НИР в армспорте.
36. Естественный, модельный и лабораторный эксперименты.
37. Применение методов обработки результатов исследований и проведение научного анализа результатов исследований.
38. Применение апробированных методик проведения научных исследований в армспорте.
39. Технология составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем.
40. Составление служебной документации и технической заявки на приобретение физкультурно-спортивной экипировки, инвентаря, оборудования.
41. Составить планово-финансовый документ по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки.

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

5 семестр

1. Расписать тактику проведения поединка с более физически сильным противником.
2. Описание тактических вариантов проведения поединка с более техничным противником.
3. Выделить особенности тактических подходов при выступлении в предварительном и финальном этапе соревнований.
4. Определить основные тактические варианты выступлений в командных соревнованиях.
5. Составить характеристику средств восстановления и стимулирования работоспособности.
6. Анализ общепринятых в теории и методике спорта методов спортивной тренировки применительно к армспорту.
7. Специфические методы технико-тактической и психологической подготовки в армспорте.
8. Описание игр и эстафет, используемых на начальном этапе подготовки борцов.
9. Расписать состав соревновательных упражнений и их характер, используемых на различных этапах многолетней подготовки.
10. Написать основные отличия методов строго регламентированного упражнения в различных группах СШ по армспорту.
11. Составить список наглядных методов, используемых на этапах многолетней подготовки спортсменов, занимающихся армспортом.
12. Подбор упражнений для совершенствования техники .
13. Методический анализ причин возникновения ошибок и недостатков в процессе технической подготовки в армспорте.
14. Выбор подготовительных и основных технических действий наступательного, контратакующего и защитного стиля в зависимости от противника.
15. Роль разминки при составлении тактического плана выступления в соревновании по армспорту.
16. Разработать комплекс направленный на развитие гибкости и подвижности суставов рук и голеностопных суставов.
17. Разработать комплекс упражнений, направленный на укрепление опорно-двигательного аппарата .
18. Владение приемами и методами саморегуляции психического состояния при выступлении в соревнованиях: словесными; с использованием движений, поз и других воздействий; аутогенной, психорегулирующей или психомышечной тренировки.

19. Самоанализ своих действий в учебно-тренировочном процессе и соревнованиях.
20. Распределение тренировочного материала по разделам подготовки на 1-й год обучения в тренировочной группе СШ по армспорту.
21. Определение соотношения средств физической и технико-тактической подготовки по годам этапа начальной специализации.
22. Выявление показателей соревновательной нагрузки в годичном цикле 1-го и 2-го года обучения в тренировочной группе.
23. Изучение специальной литературы, отражающей возрастные характеристики спортсменов в возрасте 11-12 лет.
24. Тестирование в тренировочных группах 1-го и 2-го года обучения.
25. Подготовка протоколов тестирования подготовленности спортсменов по годам обучения на этапе начальной подготовки.
26. Подготовка протоколов тестирования борцов при зачислении их в учебно-тренировочные группы.
27. Подготовка протоколов тестирования борцов при зачислении их в группы спортивного совершенствования.

6 семестр

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

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

5 семестр

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

6 семестр

1. Значение и виды соревнований в армспорте.
2. Компоненты соревновательной деятельности и оценка их параметров армспорте.
3. Характеристика тренировочных нагрузок в армспорте.
4. Основные пути отбора в армспорте.
5. Содержание тренировочного процесса в тренировочных группах СШ по армспорту.

6.3.3. Содержание зачетных требований для студентов в V семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Основы спортивной тактики в армспорте.
2. Индивидуальная и командная тактика.
3. Элементы спортивной тактики в армспорте.
4. Варианты соревновательной деятельности в зависимости от ситуации.
5. Техничко-тактическое мастерство в армспорте.
6. Оценка эффективности тактики.
7. Специально-подготовительные упражнения в армспорте.
8. Сочетание уупражнений общей и специальной физической подготовки для совершенствования техники борьбы, упражнения с применением тренажерных устройств.
9. Дополнительные средства в системе спортивной тренировки борцов.
10. Характеристика и применение вербальных методов в тренировке борцов.
11. Специфика применения визуальных методов при обучении в армспорте.
12. Методы овладения техничскими действиями в армспорте.
13. Методы развития двигательных качеств, техничко-тактической и психологической подготовки: строго регламентированных упражнений (равномерный, переменный, интервальный), игровой, соревновательный.
14. Цели и задачи физической подготовки в армспорте.
15. Значение уровня развития физических качеств и двигательных способностей для достижения высокого спортивного мастерства.
16. Основные формы, средства и методы общей и специальной физической подготовки в армспорте.
17. Содержание и особенности физической подготовки в армспорте.
18. Роль и значение технической подготовки армспорте для достижения высоких спортивных результатов.
19. Совершенствование индивидуальной техники спортсменов в процессе тренировочных занятий по армспорту.
20. Техническая подготовка в годичном тренировочном цикле.

21. Особенности применения средств и методов технической подготовки в армспорте, применение технических средств и специальной аппаратуры.

22. Понятие о тактической подготовке. Роль и значение тактической подготовки в армспорте. Связь тактической подготовкой с другими сторонами подготовки: технической, физической и психологической.

23. Цель и задачи психологической подготовки в армспорте. Связь психологической подготовки с другими сторонами подготовки.

24. Использование основных направлений психологической подготовки: общая психологическая подготовка, подготовка к выступлениям в соревнованиях, подготовка к конкретному соревнованию, управление психическим состоянием при выступлении в соревнованиях.

25. Применение средств и методов психологической подготовки в армспорте

26. Методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции в борьбе.

27. Использование методов воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.

28. Цели и задачи интеллектуальной подготовки. Связь их с другими видами подготовки.

29. Содержание специальной теоретической подготовленности: овладение определенным объемом знаний основ теории и методики армспорта; получение специальной научной информации и овладение знаниями общих научных основ о спортивной деятельности и подготовке спортсмена; получение информации о состоянии и развитии армспорта в стране и мире.

30. Средства и методы интеллектуальной подготовки.

31. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе начальной специализации.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Значение и виды соревнований в армспорте.
2. Структура соревновательной деятельности в армспорте.
3. Характеристика тренировочных нагрузок в армспорте.
4. Взаимовлияние тренировочных нагрузок и принципы их построения и планирования в дневных, недельных, мезо- и макроциклах.
5. Система отбора как составная часть общей системы подготовки спортсмена.
6. Виды спортивного отбора: первичный, на этапах овладения спортивным мастерством, отбор при комплектовании сборных команд.
7. Основные пути отбора в армспорте
8. Средства и методы отбора: педагогические, медико-биологические, психологические.
9. Эффективное применение педагогических методов (тестов) при отборе.
10. Определение предрасположенности к занятиям армспортом.
11. Анализ и прогноз спортивной одаренности (способности) ребенка к занятиям борьбой.
12. Использование антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в армспорте.
13. Содержание и направленность тренировочного этапа многолетней подготовки .
14. Принципы и методы обучения в армспорте.
15. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки .

16. Требования стандартов спортивной подготовки в борьбе к проведению занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки.

17. Применение положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта при проведении занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки борцов.

18. Разработка и реализация тренировочных и соревновательных программ спортивной подготовки в армспорте с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе.

19. Составление типовых недельных и дневных циклов подготовки армспорте в соответствии с тренировочным этапом многолетней подготовки.

20. Интеграция научных знаний путем обобщения концепций, теорий и учений об одном и том же объекте исследования в целостную, упорядоченную систему знаний.

21. Логическое осмысление соревновательного упражнения борцом: 1) видовой состав (*особенное*), 2) способ повторения (*всеобщее*), 3) эффект воздействия (*единичное*).

22. Использование общеметодологических подходов в исследовательской деятельности в области армспорта.

23. Проведение научно-обоснованной оценки имеющихся результатов исследования

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

25. Научные методы формулирования представлений и обобщений.

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

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

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

7 семестр

1. Разработка перспективного плана подготовки спортсменов групп спортивного совершенствования.
2. Составление годового плана подготовки групп спортивного совершенствования с анализом показателей тренировочных нагрузок, их распределение по годам, периодам, этапам.
3. Планирование контрольных заданий и результатов по армспорту.
4. Изучить специальную литературу по вопросу управления деятельностью и составить список стимулов для выполнения большого объема нагрузок.
5. Составить комплекс тестов для оценки состояния спортсменов группы спортивного совершенствования СШ по армспорту.
6. Выписать способы регулирования тренировочных нагрузок в течение дня и по дням недели.
7. Указать причины регулирования тренировочных нагрузок в недельных

циклах.

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

8 семестр

1. На основе изучения специальной литературы по армспорту и видов спорта имеющих схожие соревновательные упражнения создать и структурировать по значимости список умений и навыков тренеров необходимый в тренировочном процессе.
2. Подготовить комплексную оценку профессиональной деятельности личного тренера студента.
3. Определение типовых трудностей начального этапа деятельности молодого тренера по армспорту.
4. Выписать характеристики интегративного этапа формирования стиля деятельности тренера по армспорту.
5. Охарактеризовать этап «Утверждения» стиля деятельности тренера.
6. Оценка состояние методики укрепления суставов спортсменов занимающихся армспортом.
7. Выявление суставов подверженных наибольшему травматизму у борцов.
8. Разработка комплекса упражнений для укрепления наиболее уязвимых частей пассивной части опорно-двигательного аппарата у юных борцов.
9. Подготовить профессионально ориентированную информацию о проходящих соревнованиях по армспорту.
10. Создание образа армспорта как комплексного вида спорта.
11. Сделать презентацию новой спортивной базы по армспорту.
12. Посещение одной из СШ города Москвы или подмосковья. Выписать количество групп СШ и общее число занимающихся. Сделать оценку материально-технического оснащения СШ.
13. Беседа с руководством СШ об использовании различных информационных ресурсов для рекламы СШ и пропаганды занятий борьбой.

14. Интервьюирование тренеров СШ по количеству желающих заниматься армспортом и наполняемости групп СШ. Изучение пожеланий тренеров по улучшению пропаганды занятий армспортом.

15. Изучение специальной литературы посвященной питанию спортсменов.

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

17. Изучить особенности содержания питания спортсменов перед выступлениями.

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

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

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

21. Подготовить компьютерную презентацию ВКР.

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

23. Тренировка доклада по ВКР с применением компьютерной презентации.

24. Изучение высказанных замечаний на апробации ВКР.

25. Анализ ответов на вопросы по ВКР.

26. Подготовка ответов на замечания рецензента.

27. Тренировка доклада с внесенными изменениями и дополнениями после апробации.

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

7 семестр

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

8 семестр

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

6.4.3. Содержание зачетных требований для студентов в VII семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Спортивная тренировка как процесс управления.
2. Значение и задачи педагогического контроля за подготовкой и состоянием спортсменов в армспорте.

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

34. Составление типовых недельных и дневных циклов подготовки по армспорту в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства .
35. Значение и задачи моделирования спортивной деятельности. Особенности моделирования в армспорте.
36. Блок-схема модели сильнейшего спортсмена.
37. Морфологические особенности, возраст и спортивный стаж сильнейших борцов России и мира.
38. Характеристика спортивной деятельности в армспорте. Требования к отдельным сторонам подготовки .

6.4.4. Содержание экзаменационных требований для студентов во VIII семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Требования к профессиональной подготовке тренера.
2. Авторитарный, демократический и либеральный стили деятельности тренера.
3. Классификация тренеров.
4. Оценка деятельности и личности тренера.
5. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера .
6. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по армспорту.
7. Механизм возникновения спортивной травмы.
8. Особенности протекания восстановления при занятиях армспортом.
9. Подбор восстановительных средств, используемые после тренировочных нагрузок.
10. Использование восстановительные средства, при повышенных тренировочных нагрузках .
11. Применение различных средства и методы восстановления спортивной работоспособности для оптимизации подготовки борцов.
12. Применение средств восстановления в соответствии с особенностями тренировочных нагрузок (направленность, объем, интенсивность, продолжительность, нервно-эмоциональная напряженность и др.), состояния спортсмена (возраст, уровень тренированности, индивидуальные особенности и пр.), экологическими факторами окружающей среды.
13. Использование средств восстановления в период соревнований для направленного воздействия на восстановительные процессы как до соревнований, во время участия в них и после их окончания.
14. Активное воздействие на темпы восстановления непосредственно в различных формах тренировочного процесса для повышения уровня функциональных возможностей спортсменов, развития двигательных качеств и совершенствования технико-тактического мастерства.
15. Восстановительные мероприятия основного уровня. Оперативное восстановление функционального состояния спортсменов. Текущее восстановление.
16. Основные положения применения восстановительных средств в армспорте.
17. Формирование мотивации к занятиям армспортом.
18. Использование знаний в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям армспортом.
19. Умение формировать мотивацию к занятиям армспортом.
20. Структурные элементы общественного мнения.
21. Функции формирования общественного мнения о армспорте.
22. Создание имиджа армспорта как позитивного вида спорта.

23. Средства массовой информации и основные приемы работы с ними.
24. Особенности фармакологической поддержки на различных этапах многолетней подготовки борцов.
25. Фармакологическое обеспечение подготовительного, базового, предсоревновательного периодов подготовки квалифицированных борцов.
26. Допинг. Общие положения. Антидопинговый контроль на соревнованиях по армспорту.
27. Коррекция отдельных состояний во время тренировки спортсменов средствами фармакологии.
28. Особенности фармакологического обеспечения при концентрированных нагрузках в армспорте.
29. Продление работоспособность средствами фармакологии на все время соревнований по армспорте.
30. Планирование проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.
31. Научный анализ и применение научных данных в практической деятельности.
32. Проведение научного анализа результатов исследований, формулирование и представление обобщения и выводов.

Зачетные требования, темы рефератов и задания для самостоятельной работы для студентов заочного обучения корректируются в соответствии с изучаемыми темами.

6.4.4. Примерная тематика выпускных квалификационных работ:

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

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

а) Основная литература:

1. Дешин, А.А. Анализ методики проведения соревнований по системе WAF : соревновательная деятельность // Московская федерация армспорта : Науч.-метод. ежегодник. - 2000-2001. - С. 40-44.
- 2.

3. 11. Живора, П. Борьба на руках : Упражнения для начинающих заниматься армрестлингом // Спорт. жизнь России. - 1994. - № 7. - С. 36.
- 4.
5. 12. Живора, П.В. Армспорт: основы техники = Armsport: Principles of Technique // Теория и практика физ. культуры : тренер : журнал в журнале. - 1999. - № 2. - С. 39-40.
- 6.
7. 13. Махмудов, М.М. Психологическая подготовка спортсменов высшей квалификации перед решающими поединками // Московская федерация армспорта : Науч.-метод. ежегодник. - 2000-2001. - С. 26.
- 8.
9. 14. Махмудов, М.М. Сравнительный анализ величин показателей частоты сердечных сокращений (ЧСС) у юношей и девушек в поединках армспорта / Махмудов М.М. // Всероссийская научная конференция "Совершенствование системы подготовки кадров на кафедрах борьбы в государственных образовательных учреждениях физической культуры" : материалы / [сост. И.Д. Свищев] ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма, Каф. теории и методики борьбы и восточ. единоборств. - М., 2005. - Ч. 2. - С. 38-43.
10. 15. Махмудов, М.М. Формирование специальных умений атаковать при альтернативном выборе простых и комбинационных движений = Formation of special skills to attack in alternative choice and simple combination motions / Махмудов Мехтихан Магометханович // Экстремальная деятельность человека. - 2014. - № 2. - С. 34-36.
11. Корнилов М.С. Армспорт - история и современность // В сборнике: Тенденции и закономерности развития современного российского общества: экономика, политика, социально-культурная и правовая сфера Институт экономики, управления и права. г. Казань, 2013. С. 245-246.
12. Махмудов М.М. Формирование специальных умений атаковать при альтернативном выборе простых комбинационных движений // Экстремальная деятельность человека. 2014. № 2 (31). С. 34-36.

б. Дополнительная:

1. Армспорт : правила соревнований // Спорт в школе. - 2000. - № 15-16. - С. 9-10,15,24.

2. Ахмедшин, И.Г. Российское рукоборье // Пути развития инновационных спортивно-оздоровительных программ в сфере досуга детей и молодежи : сб. тез. - М., 2000. - С. 47-48.

3. Бельский, И.В. Обоснование упражнений в тренировке спортсменов, занимающихся армрестлингом // Вопросы теории и практики физической культуры и спорта : Респ. межведомств. сб. - Минск, 1996. - Вып. 26. - С. 19-20.

4. Бескоровайный, Д.А. Использование REAL-методики для освоения технических приемов борьбы на руках в армспорте / Бескоровайный Д.А. // Физическое воспитание студентов. - 2015. - № 5. - С. 9-15.

5. Виноградов, Г.П. Санкт-Петербург - колыбель российского атлетизма / Г.П. Виноградов // Спорт и здоровье : Первый междунар. науч. конгр., 9-11 сент. 2003 г., Россия, СПб. : (материалы конгр.) / С.-Петербур. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. - СПб., 2003. - Т. 1. - С. 187-188.

6. Власов, В.А. Армрестлинг как средство формирования прикладной физической подготовленности студентов в вузе / В.А. Власов, В.В. Пономарев // Теория и практика физ. культуры. - 2017. - № 11. - С. 35.

7. Влияние биомеханической стимуляции на развитие силы мышц плеча, предплечья и кисти при подготовке спортсменов по борьбе на руках / Власенко С.Н. [и др.] // Вопросы теории и практики физической культуры и спорта : Респ. межведомств. сб. - Минск, 1991. - Вып. 21. - С. 105-108.

8. Воронков, А.В. К вопросу о контроле совершенствования силовой подготовленности студентов, занимающихся армспортом / Воронков А.В., Никулин И.Н., Собянин Ф.Н. // Физическое воспитание студентов. - 2014. - № 2. - С. 3-7.

9. Воронков, А.В. Особенности развития силы мышц-сгибателей кисти и пальцев в армспорте / Воронков А.В., Никулин И.Н., Филатов М.С. // Культура физическая и
в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:
- Сайт Федерации Армрестлинга России - <https://armwrestling-rus.ru/>
- Сайт WAF - <http://www.waf-armwrestling.com/>
- Медиацентр РГУФКСМиТ - <http://tv.sportedu.ru/>

– программное обеспечение дисциплины (модуля):

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

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории № 36 и 36 А, для проведения занятий лекционного типа и семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской. спортивные залы № 14, 27 и 28 для проведения практических занятий.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование на тему: 1. История развития армспорта в нашей стране и мире. 2. Тренировочное занятие по армспорту.	5 неделя 9 неделя	5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Перспектива армспорта в будущем как олимпийского вида. 2. Инвентарь и оборудование для проведения тренировок по армспорту. 3. Термины, используемые для характеристики соревновательного пространства в армспорте. 4. Организация и методика проведения частей занятия по армспорту. 5. Оздоровительный эффект от любительских занятий армспортом.	4 неделя 8 неделя 10 неделя 12 неделя 15 неделя	5 5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Описать правила проведения соревнований по борьбе. 2. Составить хронологию изменения правил соревнований по армспорту. 3. Подготовка инвентаря и оборудования для проведения соревнований по армспорту. 4. Оборудование зала для проведения	3 неделя 5-7 недели 7-8 недели	4 4 4

	тренировочного процесса и соревнований. 5. Выписать основные термины, характеризующие соревновательную деятельность. 6. Составление конспектов и проведение подготовительной части учебно-тренировочных занятий по армспорту. 7. Анализ санитарно-гигиенических требований для залов.	7-8 недели 7-8 недели 12 неделя 13 неделя	4 3 3 3
5	Написание и защита рефератов по разделам: 1. Армспорт в системе физического воспитания. 2. Оборудование мест для проведения соревнований по армспорту 3. Структура тренировочного занятия в армспорте.	2 неделя 5-7 недели 11-12 недели	5 5 5
6	Зачет (рубежный контроль)	16 неделя	15
7	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся
зачетом**

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств
Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр.
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование по темам: 1. Выполнение базовых технических действий правой рукой . 2. Выполнение технических действий левой рукой. 3. Выполнение технических действий в защите правой рукой 4. Тактические приемы проведения технических действий.	28 неделя 28 неделя 31 неделя 35 неделя	5 5 5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Технике проведения приемов борцов армспорта в учебно-тренировочных и соревновательных поединках. 2. Тактический план проведения борцовского поединка 3. Оперативное восстановление функционального состояния борцов.	27 неделя 31 неделя 38 неделя	5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков:	24-26 недели	3

	1. Анализ техники борьбы(Верхом). 2. Анализ техники борьбы (Крюк.) 3. Анализ техники борьбы(Кобра). 4. Анализ тактики выполнения технических действий в правосторонней стойке . 5.Анализ оперативного восстановления состояния борца.	28-31 недели 32-35 недели 36-40 недели 40-42 неделя	3 3 3 3
5	Написание и защита рефератов по разделам: 1. Техника армспорта в правой стойке. 2. Техника армспорта в левой стойке. 3. Тактика проведения технического действия в фронтальной стойке. 4. План тренировок и занятий в университете на дневной и недельный цикл.	24-27 недели 28-31 недели 32-35 недели 37-39 недели	5 5 5 5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	43 неделя	20
7	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	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
экзаменом**

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Методика обучения в армспорте. 2. Организация процесса обучения в армспорте.	10 неделя 14 неделя	5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 6. Методики обучения в армспорте. 7. Методики обучения тактике в армспорте. 8. Программирование процесса обучения борцов. 9. Организация и проведение соревнований по армспорту.	5 неделя 9 неделя 13 неделя 16 неделя	5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Анализ построения процесса обучения в борьбе. 2. Освоение методики обучения технике . 3. Методика обучения в тактики армспорта. 4. Составление обучающих программ по армспорту. 5. Разработка и написание положения о соревнованиях по армспорту. 6. Составление сметы на проведение соревнований по армспорту. 7. Соблюдение правил техники	2-4 недели 5 неделя 6-9 недели 10-12 недели 13-14 недели 13-14 недели	4 4 4 3 3 3

	безопасности при проведении соревнований. 8. Организация медицинского обеспечения во время проведения соревнований по армспорту. 9. Организация и проведение командных соревнований по армспорту. 10. Написание сценариев открытия и закрытия соревнований.	13-14 недели 15-16 недели 15-16 недели	3 3 3
5	Написание и защита рефератов по разделам: 4. Правила составления основных документов необходимых для проведения соревнований по армспорту. 5. Соблюдение техники безопасности при проведении соревнований по армспорту. 6. Сценарии открытия и закрытия соревнований.	13-16 недели 13-16 недели 13-16 недели	5 5 5
6	Зачет (рубежный контроль)	17 неделя	15
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр.

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1.Проявления физических качеств в армспорте.	37 неделя	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1.Анализ содержания тренировочного плана подготовки 1-го, 2-го и 3-го годов обучения на начальном этапе подготовки . 2.Обсуждение применения технических средств в подготовке спортсменов занимающихся армспортом. 10. Комплексный анализ необходимых спортсмену двигательных качеств в сложившихся условиях соревнований по армспорту. 11. Методология исследовательской деятельности в армспорте	21 неделя 24 неделя 37 неделя 38 неделя	5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Применение разнообразных общеразвивающих и специальных упражнений, их дозировка, сочетание с играми и состязательными формами проведения. 2. Изучение элементов техники борьбы . 3. Подготовка протоколов сдачи контрольно-переводных нормативов по годам обучения на данном этапе. 4. Применение тренажеров в тренировочном процессе борцов.	21-23 недели 22 неделя 23 неделя 27 неделя	5 5 5 5

	5. Использование мониторов сердечного ритма в тренировке.	28 неделя	5
	6. Организация и проведение НИР в армспорте.	38-43 недели	5
5	Написание и защита рефератов по разделам: 1. Роль технических средств в подготовке спортсменов занимающихся армспортом. 2. Общая характеристика основных физических качеств. 3. Характеристика основных методов исследования, в армспорте.	24-31 недели	5
		32-37 недели	5
		38-43 недели	5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	44 неделя	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	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 экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Методика обучения в армспорте. 2. Организация процесса обучения в армспорте.	10 неделя 14 неделя	5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Особенности применения методов тренировки борцов на различных этапах многолетней подготовки. 2. Виды подготовки борцов. 3. Тренировочный этап (начальной специализации) многолетней подготовки борцов.	7 неделя 9 неделя 13 неделя	5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Использование основных и дополнительных средств тренировки . 2. Применение методов тренировки в армспорте. 3. Особенности применения методов тренировки борцов на различных этапах многолетней подготовки. 4. Практическое выполнение упражнений общей и специальной физической подготовки в армспорте. 5. Подбор и выполнение упражнений для развития тактических умений, навыков, способностей и тактического мышления в армспорте . 6. Подбор и выполнение упражнений для развития тактических умений, навыков, способностей и тактического мышления в	6 неделя 6-7 недели 7 неделя 9-11 недели 9-11 недели 9-11 недели	5 5 5 5 5 5

	армспорте . 7. Подготовка и проведение занятий на тренировочном этапе (начальной специализации).	13-15 недели	5
5	Написание и защита рефератов на темы:		
	1. Средства и методы тренировки спортсменов и особенности их применения.	1-6 недели	5
	2. Роль и значение тактической подготовки в армспорте.	9-11 недели	5
	3. Содержание занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки борцов.	38-43 недели	5
6	Сдача зачета (рубежный контроль)	17 неделя	15
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 6 семестр.

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Объективные условия спортивной деятельности в армспорте 2. Структура соревновательной деятельности борца	24 неделя 25 неделя	5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Объективные условия спортивной деятельности в армспорте. 2. Отбор в процессе многолетней подготовки юных борцов. 3. Тренировочный процесс на этапе углубленной специализации.	26 неделя 30 неделя 35 неделя	5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Анализ компонентов соревновательной деятельности в армспорте. 2. Оценка воздействия тренировочных нагрузок. 3. Средства и методы отбора в армспорте. 4. Подготовить батарею тестов и контрольные нормативы для одного из этапов отбора спортсменов, занимающихся армспортом. 5. Разработка план-схемы подготовки тренировочной группы 1-го года обучения 6. Создание презентации к докладу на конференции по материалам ВКР.	24-25 недели 24-25 недели 27-29 недели 27-29 недели 32-35 недели 36-40 недели	5 5 5 5 5 5
5	Написание и защита рефератов на темы:	24-26 недели	5

	6. Компоненты соревновательной деятельности и оценка их параметров в армспорте.	24-26 недели	5
	7. Характеристика тренировочных нагрузок в армспорте.	27-29 недели	5
	8. Основные пути отбора в армспорте.		
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	43-44 недели	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Тренировочные нагрузки в армспорте.	3 неделя	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Основы управления подготовкой спортсменов занимающихся армспортом. 2. Прогнозирование спортивных результатов и его значение в армспорте. 3. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования. 4. Значение моделирования спортивной деятельности и его особенности в армспорте.	3 неделя 6 неделя 9 неделя 14 неделя	5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Составление примерного годового плана подготовки сборной команды ведомства, страны. 2. Прогнозирование спортивного результата в армспорте. 3. Разработка дневных циклов тренировок по армспорту. 4. Разработка недельных циклов тренировок по армспорту. 5. Проведение тренировочных занятий по армспорту в группах спортивного совершенствования 6. Анализ результатов по армспорту на чемпионатах мира.	1 неделя 5-6 неделя 8 неделя 8 неделя 8-9 недели 12-16 недели	5 5 5 5 5 5

5	Написание рефератов на темы:		
	1. Планирование подготовки в армспорте.	5 неделя	5
	2. Прогнозирование спортивных результатов в армспорте.	6 неделя	5
	3. Структура годового цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.	7-9 недели	5
	4. Особенности моделирования в армспорте.	14-16 недели	5
6	Сдача зачета (рубежный контроль)	17 неделя	15
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			

Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A
-------------------------	---	---	---	---	---	---

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 8 семестр.

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Модельные характеристики профессиональной деятельности и личности тренера по армспорту.	26 неделя	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по армспорту. 2. Технологии восстановления спортсменов армспорта. 3. Формирование общественного мнения о армспорте через средства массовой информации. 4. Особенности применения фармакологии в армспорте.	26 неделя 30 неделя 35 неделя 38 неделя	5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Анализ субъективных факторов ускоряющих адаптацию к профессиональной деятельности. 2. Планирование восстановительных мероприятий в тренировочном процессе борцов. 3. Анализ рынка печатных изданий на спортивную тематику. 4. Составление схемы применения препаратов максимально реализующих возможности борцов. 5. Использование средств фармакологического характера на подавление нежелательных реакций, не снижая работоспособность . 6. Составление краткой характеристики исследовательской работы.	26 неделя 28 неделя 31 неделя 36 неделя 36 неделя 39 неделя	5 5 5 5 5 5

5	Написание рефератов на темы: 13. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по армспорту. 14. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по армспорту. 15. Создание имиджа современного борца.	23 неделя	5
		25-26 неделя	5
		32-35 недели	5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	40 неделя	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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



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

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

**«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта
(армспорт)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2016г.

Москва – 2017 г.

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

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 40 зачетных единиц.

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

Цель освоения дисциплины (модуля):

Целью освоения дисциплины (модуля) «**Теория и методика армспорта**» является – обеспечить освоение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (СШ), , и средних специальных учебных заведениях, владеющих теоретическими знаниями научных достижений в нашей стране и за рубежом и умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации.

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

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Очная форма обучения

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (армспорта)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная	Контроль	
1	Введение в дисциплину «Теория и методика армспорта»	1	2	10	6		Зачет
2	«Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в армспорте»	1	2	14	20		
3	«Классификация, систематика и терминология в армспорте»	1	2	16	18		
4	«Тренировочное занятие по армспорту»	1	2	14	20		
5	«Оздоровительная направленность армспорта»	1	2	10	6		
6	«Основы техники армспорта»	2	8	22	42	9	Экзамен
7	«Основы тактики армспорта»	2	8	22	42		
8	«Рекреация в армспорте»	2	4	16	16		
9	«Задачи и организация НИР и УИРС по армспорту»	2	6	20	34		

10	«Методика обучения в армспорте»	3	6	18	39		Зачет
11	«Методика обучения тактике в армспорте»	3	4	18	14		
12	«Программирование процесса обучения борцов»	3	4	18	14		
13	«Организация и проведение соревнований»	3	4	18	14		
14	«Тренировочный процесс в группах начальной подготовки»	4	4	12	20	9	Экзамен
15	«Применение технических средств в тренировке борцов»	4	2	12	13		
16	«Характеристика проявлений двигательных и психических качеств в армспорте»	4	4	28	4		
17	«Методики исследования в армспорте»	4	4	20	12		
18	«Спортивная тактика в армспорте»	5	4	12	20		
19	«Средства и методы спортивной тренировки в армспорте»	5	4	12	20		Зачет
20	«Виды подготовки борцов»	5	6	36	12		
21	«Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки борцов»	5	4	12	20		
22	«Объективные условия спортивной деятельности в армспорте»	6	4	18	14	9	
23	«Отбор в процессе многолетней подготовки борцов»	6	4	18	14		
24	«Тренировочной этап (углубленная специализация) многолетней подготовки борцов»	6	6	18	12		
25	«Подготовка выпускной квалификационной	6	4	18	14		

	работы»						
26	«Управление подготовкой борцов»	7	4	14	18		Зачет
27	«Прогнозирование спортивных результатов борцов»	7	4	14	18		
28	«Тренировочный процесс на этапе совершенствования спортивного мастерства»	7	4	14	18		
29	Модуль 32 «Моделирование спортивной деятельности борца»	7	2	16	18		
30	«Профессионально-педагогическая деятельность тренера по армспорту»	7	4	14	-		
31	«Профессионально-педагогическая деятельность тренера по армспорту»	8		8	10	9	Экзамен
32	«Рекреация борцов»	8	6	18	12		
33	«Агитация и пропаганда»	8	6	18	12		
34	«Фармакология в армспорте»	8	6	18	12		
35	«Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы»	8		10	8		

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Рабочая программа дисциплины
**« Б1. Б.19 ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА
(АЭРОБИКА И ФИТНЕС-ГИМНАСТИКА)»**

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 год

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована

Экспертно-методическим советом

Института __МСиФВ_____

Протокол № 19 __ от «25 __»апреля _____2013 __ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена

на основании решения заседания кафедры

_____Т и М гимнастики_____

(наименование)

Протокол №17 __ от «9 __» апреля 2014 __ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена

на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № _18_ от «22 __»апреля _____2015 __ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена

на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № 16 _ от «_13_»апреля _____2016 __ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена

на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № 23 __ от «26 __» __апреля _____2017 __ г.

Составители: **Лисицкая Татьяна Соломоновна**, кандидат биологических, профессор, кафедры Теории и методики гимнастики РГУФКСМиТ;

Ростовцева Марина Юрьевна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры Теории и методики гимнастики РГУФКСМиТ

Рецензент: Рецензент: Булыкина Лариса Владимировна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры Теории и методики волейбола ФГОУ ВО РГУФКСМиТ

1. Цели освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины (модуля) «**Теория и методика избранного вида спорта (АЭРОБИКА И ФИТНЕС-ГИМНАСТИКА)**» – обеспечить освоение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.01 - "Физическая культура" для профессиональной подготовки по дальнейшему развитию фитнеса с целью формирования и поддержания физического и нравственного здоровья различных групп населения; владеющих системой современных научных знаний о закономерностях процессов обучения и тренировки в спорте, формах и методах организации, планирования и управления многолетней спортивной подготовкой в спортивной аэробике, фитнес-аэробике и спортивной йоге в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), средних специальных учебных заведениях, умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации. Дисциплина (модуль) «Теория и методика избранного вида спорта (аэробика и фитнес-гимнастика)» реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (аэробика и фитнес-гимнастика)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата

Учебная дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (аэробика и фитнес-гимнастика)» относится к профессиональному циклу базовой части основной образовательной программы (ООП) бакалавриата. Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра, обусловлено необходимостью формирования у выпускников современных взглядов, при решении сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в области аэробики и фитнеса. Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как спортивно-педагогическое совершенствование, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, анатомия человека, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология, безопасность жизнедеятельности, восстановление в спорте, врачебный контроль. 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	Заочное обучение(Уск. Ф.)	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-3	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – принципы и методы обучения в оздоровительном фитнесе и аэробике; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся в группах начальной подготовки; – требования стандартов спортивной подготовки в спортивно-оздоровительной аэробике и фитнесе к проведению занятий с различным контингентом. 			5
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки с учетом особенностей занимающихся в группах начальной подготовки и требований образовательных стандартов по спортивным видам аэробики. 			
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы теории и методики физической культуры и спорта; – принципы и методы обучения базовым видам аэробики и фитнес-гимнастики; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки гимнасток; - требования стандартов спортивной подготовки в спортивных видах аэробики . 			7
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; - разрабатывать и реализовывать тренировочные и 			

	соревновательные программы спортивной подготовки и требований образовательных стандартов.			
	<i>Знать:</i> – основы теории и методики физической культуры и спорта; – принципы и методы обучения; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся; - требования стандартов спортивной подготовки в современном направлении спортивных видов аэробики			7
	<i>Уметь:</i> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; - разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов.			
	<i>Знать:</i> – основы разностороннего развития занимающихся средствами базовых видов аэробики и фитнеса; - принципов построения занятий по фитнесу оздоровительной направленности			1
	<i>Знать:</i> – факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе занятий оздоровительным фитнесом и в процессе подготовки спортсменов в спортивных видах аэробики; – особенности протекания восстановления при занятиях различными видами оздоровительного фитнеса и спортивных видах аэробики .			9
	<i>Уметь:</i> – подбирать восстановительные средства, используемые после тренировочных нагрузок различной направленности фитнеса; – использовать восстановительные средства, при повышенных тренировочных нагрузках в спортивных видах аэробики.			
ОПК-6	<i>Владеть:</i> – планированием восстановительных мероприятий в тренировочном процессе в спортивных видах аэробики.			
ОПК-8	<i>Знать:</i> – эволюцию правил соревнований по спортивной аэробике; – судейскую терминологию при проведении соревнований по видам спортивной аэробики; – основные требования к оборудованию и личному			2

	инвентарю, костюму участников соревнований.			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – правила соревнований по спортивной аэробике; – документы планирования и проведения соревнований; – особенности организации и проведения соревнований различного уровня; – обязанности организаторов и судей соревнования; – основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований 			4
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – организовывать и проводить соревнования различного уровня; – осуществлять объективное судейство соревнований; – обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований 			
ОПК-11	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы научно-методической деятельности в фитнесе; – апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта. 			4
	<p><i>Уметь:</i></p> <p>выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта</p>			1
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – методы научного анализа и обработки результатов исследований 			5
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта; – применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований 			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности 			7
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы 			9
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик. 			
ПК-8	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – истоки и эволюцию формирования теории спортивной 			2

	<p>тренировки;</p> <ul style="list-style-type: none"> – санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта. 			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать на занятиях по оздоровительному фитнесу знания об истоках и эволюции формирования теории оздоровительной и спортивной тренировки; – соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования в профессиональной деятельности. 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – умениями осуществлять тренерскую деятельность в оздоровительном фитнесе учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ физической культуры; – современными технологиями тренировки в спортивных видах аэробики; - умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности. 			
ПК-9	<p><i>Знать:</i></p> <p>психологическую характеристику двигательной деятельности в оздоровительно-реабилитационном фитнесе и в аэробике со спортивной направленностью</p>			5
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции 			7
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции. 			
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – формирования мотивации к регулярным занятиям оздоровительной двигательной деятельности и тренировки. 			9
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям. 			

	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – умением формировать мотивацию к занятиям спортивным направлениям аэробики 			
ПК-10	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; – методики отбора и спортивной ориентации в современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 			7
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; – определять предрасположенность к занятиями различными видами аэробики и йоги спортивной направленности; – анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в различных видах аэробики спортивной направленности. 			
ПК-11	<p><i>Знать:</i> теоретические основы программирования процесса обучения в фитнесе</p>			4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять обучающие программы по различным направлениям фитнеса; 			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по оздоровительному и спортивному направлениям фитнеса и аэробики. 			9
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по видам современного пятиборья в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства спортсменов. 			9
ПК-13	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – содержание и организацию педагогического контроля в оздоровительном фитнесе и спортивной аэробике; – актуальные технологии управления состоянием спортсмена. 			8
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; – фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; – находить организационные решения для коррекции 			8

	состояния занимающихся.			
	<i>Владеть:</i> – актуальными технологиями управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.			8
ПК-14	<i>Знать:</i> – основы теории и методики персонального тренинга; – средства и методы физической, технической и тактической подготовки в спортивных видах аэробики и йоги.			9
	<i>Уметь:</i> – совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; – в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия			9
ПК-15	<i>Знать:</i> – средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; – эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.			8
	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; – сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности			
ПК-26	<i>Знать:</i> – санитарно-гигиенические нормы; – функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки			1
	<i>Уметь:</i> – осуществлять качественный уход за применяемым в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем; – выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги			
	<i>Владеть:</i> – навыками безопасной и эффективной работы, качественного ухода за оборудованием и инвентарем			
	<i>Знать:</i> – технологии составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем.			5
	<i>Уметь:</i> – составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивный экипировки, инвентаря, оборудования			

	<i>Владеть:</i> – навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки			
ПК-28	<i>Знать:</i> – основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; – принципы организации и проведения научно-исследовательских работ			3
	<i>Уметь:</i> – планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в фитнесе с использованием апробированных методик			
	<i>Владеть:</i> – навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в современном фитнесе			
ПК-30	<i>Знать:</i> – методологии исследовательской деятельности в фитнесе			6
	<i>Уметь:</i> – проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов исследования; – использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся.			8
	<i>Владеть:</i> – опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности			10

3. Структура и содержание дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (аэробика и фитнес-гимнастика)»

4.1 Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, всего - 1459 часа.

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

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (аэробика и фитнес-гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Контроль	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра); форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
I курс		II						
1.1	Раздел 1 «Общие основы фитнеса как вида оздоровительно-спортивной деятельности населения. Введение в дисциплину. Понятие «фитнес, аэробика, велнес.»		2	2	16			
1.2	Раздел 2. «История развития фитнеса и аэробики. Разновидности оздоровительного фитнеса»		2	2	10			
1.3	Раздел 3 «Принципы оздоровительной тренировки»		2	2	10			
1.4	Раздел 4. Фитнес-гимнастика и аэробика для дошкольников, школьников, студентов			2	10			
1.5	Раздел 5. «Обучение упражнениям»			2	10			
1.7	Раздел 7. «Материально-техническое обеспечение занятий аэробикой и фитнес-гимнастикой» «			4	30			
1.8	Раздел 8. «Соревнования и показательные выступления»		2	4	30			

1.9	Раздел 9. «Система обеспечения занятий спортивно-оздоровительной аэробикой»			4	30		
1.10	Раздел 10 «Состав и композиция соревновательных упражнений по спортивной аэробике»			4	30		
1.11	Раздел 11. Основы научно-исследовательской работы		2				
I курс	14,5 з.е. 522 часа		36	144	333	9	
2.1 II курс	Раздел 12 «Основы методики оздоровительной тренировки в аэробике и фитнес-гигиестике»	V	2	6	30		
2.2	Раздел 14. «Материально-техническое обеспечение занятий фитнесом»		2	4	30		
2.3	Раздел 15. Общие основы фитнеса как вида оздоровительно-спортивной деятельности населения		2	4	30		
2.4	Раздел 16. Аэробика и фитнес-гимнастика для дошкольников, школьников, студентов			4	30		
II курс	19 з.е. 360 часов		6	32	313	9	
III курс							

2.5	Раздел 17. Биомеханические основы техники фитнес- упражнений		2	4	25		
2.6	Раздел 18. Структура и классификация упражнений фитнес- гимнастики		2	4	25		
2.7	Раздел 19. «Групповые программы на силу, гибкость, ловкость, равновесие»		2	6	25		
2.8	Раздел 20. «Обучение фитнес-упражнениям»			4	25		
2.9	Раздел 21. «Семестровый экзамен для студентов второго курса»				29	9	Экзамен
3.1	Раздел 22. «Музыка как компонент обучения и создания положительного эмоционального фона в фитнесе»			14			
3.2	Раздел 23. Специальная техническая подготовка в спортивных видах аэробики			14	18		
3.3	Раздел 24. «Хореографическая подготовка»			16	12		
3.4	Раздел 25 «Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки в спортивной аэробике»			14	20		

3.5	Раздел 26 «Объективные условия спортивной деятельности в современном пятиборье»			10	22		
3.6	Раздел 27 «Состав, структура и композиция комбинаций в спортивной аэробике»			18	12		
3.7	Раздел 28 «Основы теории и методики отбора в спортивной аэробике»			20	12		
3.8	Раздел 29 . («Общая, специальная физическая и функциональная подготовка в спортивных видах аэробики»			10	22		
3.9	Раздел 30. «Семестровый экзамен для студентов третьего курса»			18	129	9	Экзамен
III курс	Всего: 8 зачетных единиц, 288 часов		6	30	243	9	
4.1	Раздел 31. «Управление подготовкой спортсменов»		2	4	25		
4.2	Раздел 32. Особенности периодизации тренировочного процесса в различных видах аэробики спортивной направленности. Управление нагрузкой		2	4	25		
4.3	Раздел 33. Соревнования и показательные выступления		2	4	25		
4.4	Раздел 34. Моделирование соревновательной деятельности			2	25		

4.5	Раздел 35. Основы научно-исследовательской деятельности. Цели, задачи и проблематика научных исследований в фитнесе		4	20		
IV	Всего: 360 часа (10 зачетных единиц)		6	30	315	9 Экзамен
4.5 5 курс	Раздел 35 (0,5 зачетных единицы - 18 часов). «Профессионально-педагогическая деятельность тренера по аэробике»		2	10	70	
4.6	Модуль 36 Профессионально-педагогическая деятельность персонального тренера по фитнесу		4	8	77	
4.7	Раздел 37. Организация соревновательной деятельности		2	10	60	
4.8	Современные методы исследований		4	12	60	
4.9	Модуль 39 «Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы»		4	12	70	
4.10	Раздел 40. «Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»		2	10	69	9 Экзамен
Всего за V курс: 10 з.е. 360 ч.			8	38	305	9
Итого 1459						

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

Контрольные вопросы и задания для экзамена студентов I курса

1. Общая характеристика аэробики и фитнес-гимнастики как вида двигательной активности человека.
2. Потенциал аэробики и фитнес-гимнастики как средства воспитания и развития двигательных возможностей человека, укрепления его здоровья.
3. Гимнастика как средство аналитического воздействия на двигательный аппарат человека.
4. Исторические истоки фитнеса. Новые тенденции развития спортивно-оздоровительного фитнеса.
5. Развитие аэробики в СССР.
6. Основные спортивные направления фитнеса.
7. Правила записи и обозначения упражнений классической аэробики.
8. Способы записи упражнений классической аэробики.
9. Двигательное умение и двигательный навык.
10. Разновидности двигательного навыка и его изменения в процессе подготовки.
11. Явление автоматизации двигательных действий и его роль в обучении движениям.
12. Основные этапы формирования двигательного навыка в классической аэробике.
13. Основные правила обеспечения безопасности при занятиях фитнесом.
14. Принципы оздоровительной тренировки в фитнесе.
15. Терминология в фитнесе.
16. Классификация элементов классической аэробики.
17. Методика разучивания хореографических комбинаций в классической аэробике.
18. Методы управления группой.
19. Типы степ-платформ.
20. Особенности средств хореографии и гимнастики, применяемых на занятиях степ-аэробикой.

21. Проблема индивидуализации тренировочной нагрузки в процессе групповых занятий аэробикой.
22. Различия между «внешней» и «внутренней» нагрузками в оздоровительном фитнесе.
23. Методика управления нагрузками в оздоровительном фитнесе.
24. Расчет рабочей частоты сердечных сокращений.
25. Пульсовые зоны в оздоровительной аэробике.
26. Возрастные изменения в морфологии и работе функциональных систем организма человека
27. Классификация различных видов фитнеса.
28. Рейтинг наиболее популярных программ фитнеса на современном этапе развития.
29. Ментальный фитнес: общая характеристика, основные направления, специфика.
30. Кинезиология основных положений и простейших движений в аэробике.

Контрольные вопросы для экзамена студентов II курса

1. Словесный метод, аудиовизуальные методы, моторные методы.
2. Визуальные методы управления группой.
3. Структура урока групповых программ по классической аэробике.
4. Особенности структуры урока в степ-аэробике.
5. Специфика построения урока танцевальных программ.
6. Общая характеристика аэробики спортивной направленности.
7. Спортивная аэробика: история, тенденции развития, характеристика номинаций.
8. Правила соревнований по спортивной аэробике.
9. Фитнес-аэробика: история, тенденции развития, характеристика номинаций.
10. Правила соревнований по фитнес-аэробике.
11. Спортивная йога: история, тенденции развития, характеристика номинаций.

12. Правила соревнований по спортивной йоге.
13. Составление положения о соревнованиях.
14. Характеристика соревнований группы «А» и «Б».
15. Характеристика тренировочных циклов в спортивных направлениях аэробики.
16. Микроцикл тренировки и его разновидности.
17. Понятие тренировочной нагрузки в спортивных направлениях аэробики.
18. Принятая в спортивной аэробике методика определения тренировочной нагрузки.
19. Проблема индивидуализации тренировочной нагрузки в соревновательных направлениях аэробики.
20. Различия между «внешней» и «внутренней» нагрузками в спортивных направлениях аэробики.
21. Методика управления нагрузками.
22. Основные положения методики отбора для занятий спортивными направлениями аэробики.
23. Специальная техническая подготовка в спортивной аэробике.
24. Понятие «базовых» упражнений в классической аэробике.
25. Перенос двигательного навыка и его значение для подготовки спортсменов в аэробике спортивной направленности.
26. Возрастные изменения в морфологии и работе функциональных систем организма человека.
27. Современный зал для занятий оздоровительной аэробикой и требования к его оборудованию.
28. Малое оборудование в аэробике и фитнес-гимнастике.
29. Современные тренажеры для развития спортивно-оздоровительных тренировок.
30. Общая характеристика кардиотренажеров.
31. Общая характеристика современных силовых тренажеров.

Контрольные экзамена студентов III курса

1. Базовые термины и их лексические основы.
2. Терминологически записать упражнения, сохраненные на видео.
3. Отработать речевое сопровождение упражнений, воспроизведенных

по видео в реальном времени.

4. Зарегистрировать и вписать в дневник собственные тренировочные нагрузки за микроцикл тренировки.

5. Составить график изменения личных тренировочных нагрузок микроцикла тренировок.

6. Построить график личных тренировочных нагрузок в расчете на указанный срок соревнований.

7. По результатам наблюдений охарактеризовать группу занимающихся оздоровительным фитнесом.

8. Подобрать по заданию преподавателя цепочки обучающих упражнений для освоения названного целевого упражнения с использованием эффекта переноса двигательного навыка на примере классической аэробики.

9. Подобрать по заданию преподавателя цепочки обучающих упражнений для освоения названного целевого упражнения с использованием эффекта переноса двигательного навыка на примере степ аэробики.

10. Составить конспект линейного метода обучения упражнениям классической аэробики.

11. Составить список упражнений технической «школы» для степ аэробики, используя английскую терминологию.

12. Составить конспект метода обучения упражнениям классической аэробики, используя «блок» метод.

13. Составить список «профилирующих» упражнений для разных структурных групп упражнений на одном из видов фитнес-аэробики.

14. Составить конспект метода обучения упражнениям классической аэробики, используя «метод сложения».

15. По заданию преподавателя составить модификации базовых упражнений классической аэробики.

16. Дать подробное описание действий помощи-страховки при обучении ряду конкретных упражнений, названных преподавателем.

17. Написать положение о соревнованиях заданного типа аэробики со спортивной направленности..

18. Обдумать и записать воображаемую ситуацию, провоцирующую возможную травматическую ситуацию на групповых соревнованиях по степ аэробики.

19. Подобрать музыкальное сопровождение занятий по классической и степ аэробике.
20. Подобрать музыкальное сопровождение для соревновательных комбинаций спортивной аэробике.

Контрольные вопросы и задания для студентов IV курса

1. Приемы формирования двигательных представлений.
2. Понятие «двигательных представлений» и их состав.
3. Автоматизация двигательного действия.
4. Этапность формирования двигательного навыка.
5. Технические средства обучения и тренажеры.
6. Основные принципы составления индивидуальных классификационных (соревновательных) комбинаций.
7. Типы комбинаций: учебные, классификационные.
8. Структура тренировочного процесса.
9. Периодизация подготовки.
10. Понятие «макроцикла», «мезоцикла», «микроцикла» тренировки.
11. Моделирование соревновательной подготовки.
12. Классификация типов телосложения.
13. Методические особенности специализированного отбора.
14. Определение понятий «общая физическая подготовка» (ОФП) и «специальная физическая подготовка» (СФП), их основные цели и задачи.
15. Основные задачи и средства специальной физической подготовки высококвалифицированных спортсменов.
16. Методика воздействия занятий оздоровительным фитнесом на осанку, гибкость, массу тела, компоненты телосложения занимающихся.
17. Влияние занятий фитнесом на двигательно-координационные способности занимающихся.
18. Характеристика программ, направленных на развитие гибкости в фитнесе.

19. Развитие скоростно-силовых способностей занимающихся фитнесом на примере кроссфита, тайбо и других программ.

20. Роль соревнований как фактора совершенствования на различных этапах подготовки гимнасток высокой квалификации.

21. Классификация соревнований.

22. Положение соревнований.

23. Основные направления научных исследований и научного обеспечения оздоровительного фитнеса.

24. Современные методы исследований в фитнесе.

Контрольные вопросы для экзамена студентов V курса

1. Знание гимнастической терминологии (написание контрольной работы по разработанным тестам).
2. Проведение фитнес-упражнений любым способом (по выбору).
3. Определение понятия кондиционная гимнастика, краткая историческая справка
4. Методика обучения упражнениям при проведении занятия потоком, использование всего арсенала методов обучения в фитнесе.
5. Йога как система оздоровительных физических упражнений.
6. Музыкальная грамотность как одна из основных составляющих преподавателя оздоровительной аэробики и фитнес-гимнастики.
7. Музыкальность и ритмичность. Развитие ритмичности на занятиях аэробикой: методы и средства.
8. Основы музыкальной грамоты и её специфика в аэробике и фитнес-гимнастике.
9. Специфика и методы составления музыкальных фонограмм для занятий аэробикой и фитнесом.

Примерные темы выпускных квалификационных работ студентов

1. Влияние занятий степ-аэробикой на развитие физических качеств и координационных способностей детей в возрасте 7-9 лет.
2. Влияние фитнес-программы «BODY-BARRES» на развитие силы и гибкости у женщин 25-35 лет.
3. Влияние танцевальной йоги на развитие физических качеств у женщин среднего возраста.
4. Специальная координационная подготовка детей младшего школьного возраста средствами оздоровительной гимнастики.
5. Применение фитнес-гимнастики на занятиях физической культурой в условиях школы (колледжа).
6. Методика исправления осанки средствами фитнес-гимнастики у детей младшего школьного возраста.
7. Специальная силовая подготовка средствами фитнес-гимнастики у подростков.
8. Анализ популярности фитнес-программ на современном этапе.
9. Влияние занятий по методу Пилатеса на здоровье и физическое развитие женщин первого периода зрелого возраста.
10. Влияние занятий йогой на психоэмоциональное состояние женщин.
11. Влияние занятий на специальных платформах с целью воспитания функции равновесия.
12. Особенности воспитания гибкости у спортсменов, занимающихся спортивной аэробикой на начальном этапе подготовки.
13. Анализ содержания соревновательных программ по фактору трудности спортсменок высшей квалификации.
14. Сравнительный анализ содержания соревновательных программ сильнейших гимнасток мира по спортивной аэробике.
15. Модельные характеристики трудности индивидуальных, парных, групповых композиций, как фактор планирования технической подготовленности в спортивной аэробике.

16. Структурный анализ групповых упражнений сильнейших команд по фитнес-аэробике.
17. Психология общения коллектива гимнасток с тренером.
18. Определение отношений в системе тренер - спортсмен и влияние данного фактора на спортивно-тренировочную и соревновательную деятельность спортсменок высокой квалификации.
19. Оценка надежности соревновательной деятельности гимнасток, участниц финальных соревнований Чемпионата Мира по спортивной аэробике.
20. Взаимосвязь между коэффициентом надежности соревновательной деятельности гимнасток высокой квалификации и спортивным результатом.
21. Исследование динамики тренировочных нагрузок и надежности выполнения индивидуальных (групповых) упражнений в соревновательном периоде у гимнасток высокой спортивной квалификации в спортивной аэробике.
22. Исследование параметров соревновательных нагрузок у спортсменок высокой квалификации (на примере фитнес-аэробики).
23. Изменение характера взаимосвязи показателей физической подготовленности спортсменок высокой квалификации в ходе годичного цикла подготовки (на примере спортивной аэробики или фитнес-аэробики).
24. Методика оценки уровня физической подготовленности юных спортсменок 11-12 лет (на примере спортивной аэробики или фитнес-аэробики).
25. Взаимосвязь показателей физической и технической подготовленности, специализирующихся по спортивной аэробике.
26. Влияние хореографической подготовки на уровень технической подготовленности юных спортсменок в спортивной аэробике.
27. Определение уровня спортивно-технического мастерства сильнейших гимнасток мира в спортивной аэробике.
28. Контроль за хореографической подготовленностью юных гимнасток в спортивной аэробике.
29. Плиометрический метод развития быстроты мышечного сокращения на качество выполнения прыжков в фитнес-аэробике.

30. Спортивный отбор и ориентация в ДЮСШ (на примере спортивной аэробики).
 31. Основные тенденции развития научных исследований в фитнесе.
 32. Методика обучения упражнениям классической аэробики.
 33. Использование фитбола в системе классической хореографии.
 34. Техническая оснащенность элементами различных групп трудности в ансамблевых (групповых) композициях в фитнес-аэробике.
 35. Факторы эффективности обучения гимнасток акробатическим элементам в спортивной аэробике.
 36. Социальное значение развития йоги в России.
 37. Методы достижения целевой частоты сердечных сокращений на занятиях оздоровительным фитнесом в формате групповых программ.
 38. Оздоровительная физическая культура в профилактике остеохондроза позвоночника.
 39. Специфика круговой тренировки в оздоровительном фитнесе.
 40. Варианты интервальных тренировок комплексного развития силы и выносливости.
 41. Оздоровительная ходьба и бег в системе кардиотренировок.
 42. Фитнес-программы и руководство занятиями.
 43. Двигательная активность и ее влияние на индекс массы тела.
 44. Фитнес программы с учетом различного типа ожирения у мужчин и женщин.
 45. Методы тестирования с целью рекомендаций фитнес-программ.
- 5. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов**

Виды контроля и отчетности студентов дифференцированы с таким расчетом, чтобы оценивать не столько степень механического запоминания учебного материала, сколько уровень его усвоения, понимания, осмысления и способности в итоге к практической реализации. Главной составной частью -

экзаменационных требований, обязательным условиям допуска студента к экзамену являются результаты текущей отчетности по каждому самостоятельно выполненному заданию. Изучение курса завершается сдачей экзаменов во всех чётных семестрах (2, 4, 6, 8), т.е. в конце каждого курса обучения.

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

Набранные баллы	51–60	61–67	68–84	85–93	94–100
Оценка по 5-балльной шкале	2	3	4	5	
Оценка по шкале ECTS	F	D	C	B	A
	неудовлетворительно	удовлетворительно	Хорошо	очень хорошо	отлично

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература:

1. Афтимичук О.Е. Оздоровительная аэробика. Теория и методика: (Учебное пособие): / О.Е. Афтимичук. – Гос. ун-т физ. воспитания и спорта. – Кишинев: Ch.: «Valinex» SA, 2011. – 310 с.
2. Лисицкая Т. С. Добро пожаловать в фитнес-клуб! / Т.С. Лисицкая — М. : Издательский центр «Академия», 2008. ... © Лисицкая Т. С., 2008 - 104 с.
3. Лисицкая Т. Велоаэробика. Учебное пособие для студентов / Т. Лисицкая, А. Голенко - М.: Советский спорт. – 2011- 144 с.
4. Основы персональной тренировки / под ред. Роджера В. Эрла, Т. З. Бекля. – К.: Олимпийская литература. – 2012. – 724 с.

5. Патерсен Дж. Система физических упражнений Пилатеса при дефектах осанки и последствий заболеваний и травм / Дж. Патерсен – М.: Издательство Бином. – 2012. – 480 с.
6. Старение и двигательная активность. Под ред. С. Д. Джоунс, Д. Роуз. – К.: Олимп. Лит., 2012. – 440 с.

Дополнительная литература

1. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для студентов вузов физической культуры/ под ред. Е.Б. Мякинченко и М.П. Шестакова. – М.: ТВТ Дивизион, 2006.- 304
2. Лисицкая Т.С. Аэробика. Теория и методика. Том 1/ Лисицкая Т.С., Сиднева Л.В. М.:ФАР. – М. 2002. – 230 с.
3. Лисицкая Т.С. Аэробика. Частные методики. Том 2 / Лисицкая Т.С., Сиднева Л.В. М.:ФАР. – М. 2002. – 218 с.
4. Старение и двигательная активность / под ред. С Д. Джоунк, Д.Дж. Роуз. – К.: Олимп. Лит., 2012 – 440 с.

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

1. vfrg2016@mail.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):

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

	<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>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	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 «Руконт» ЭБС www.rucont.ru
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

7.1. Два мультимедийных класса включающих специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

7.2. Два специализированных зала для фитнеса и аэробики.

7.3. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

DVD-комбо Toshiba SD-26VSR – 2006 г.

Видеопрезентер ELMOHV 110XG – 2006 г.

Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.

Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.

Документ камера Toshiba TLP – 2003 г.

Компьютер офисный СП 1 – 2007 г.

Многофункциональное устройство Canon MF 5750 – 2007 г.

Ноутбук Fujitsu-Siemens AMILO PI 1556 – 2006 г.

Ноутбук Fujitsu-Siemens AMILO PI 1536, 15.4" – 2007 г.
Ноутбук RB Voyager FT 6, Pentium III – 2002 г.
Принтер HP LaserJet 1320 – 2005 г.
Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.
Принтер Canon LPB-810 – 2001 г.
Принтер портативный HP DeskJet 350 – 2002 г.
Принтер HP DJ890 C – 1999 г.
Сканер EPSON 2480 – 2005 г.
Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.
Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок – 2005 г.
Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.
Плеер DVD BDK – 2007 г.
Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.
Сканер EPSON Perfection V10 Photo – 2007 г.
Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.
Стационарный компьютер (монитор 17" Acer AL1716 Cs и системный блок) – 2007 г. – 9 шт.
Стационарный компьютер (монитор 19" Acer AL1916 Cs и системный блок) – 2007 г.
Сканер Epson Perfection V 100 Photo – 2007 г.
Копировальный аппарат Canon iR -1018 – 2007 г.
Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2007 г.

7.4. Спортивный инвентарь

Комплект фитнес оборудования: фитболы 20 штук; бодибары – 20 штук; эспандеры (круглые) 20 штук; эспандеры – резиновые ленты – 15 штук); степ-платформы – 20 штук; гантели – 10 пар; балансировочные платформы – 2 штуки; «русские ремни» - 10 штук; станок хореографический – 2 шт.; скакалки – 20 штук.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (аэробика и фитнес-гимнастика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 15 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<p>Выступления на семинарских занятиях по темам:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Техника упражнений с предметами. 2. Теоретические основы формирования двигательного навыка в спорте. 3. Цели, задачи, основные принципы обучения упражнениям базовым видам фитнеса 4. Двигательные представления их формирование в групповых программах. 	5 5 5 5
2	<p>Тестирование знаний по теме:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Техника упражнений базовых видов фитнеса . 	10
3	<p>Контроль освоения практических навыков:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Контроль методических навыков обучения базовым двигательным действиям упражнения м классической и степ-аэробики. 2. Составление учебных тренировочных комбинаций базовых видов аэробики. 	15 15
4	<p>Написание и защита реферата на тему: «Методика построения группового урока на основе базовых видов фитнеса».</p>	10
	Экзамен	30

	Итого	100 баллов
--	--------------	-------------------

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балла, имея возможность, сдав экзамен на «отлично» (30 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	2		3	4	5	
	Неудовлетворительно		Удовлетворительно	Хорошо	Отлично	

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (аэробика и фитнес-гимнастика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 15 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) заочной формы обучения

I ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выступления на семинарских занятиях	5
	по темам:	
	1. Биомеханические основы техники упражнений спортивной аэробики	5
	2. Структура и классификация упражнений спортивной аэробики.	
	3. Характеристика индивидуальных программ, парных и групповых упражнений в спортивной аэробики.	5
	4. Принципы и методы обучения спортивным упражнениям.	5
	5. Боди балет в оздоровительном фитнесе.	
	6. Хореографическая подготовка в спортивной аэробики.	5
7. Специальная техническая подготовка в спортивной аэробики	5	
2	Тестирование знаний по темам:	5
	1. Хореографическая подготовка в спортивной аэробики.	
	2. Групповые упражнения в оздоровительном фитнесе	10
3	Контроль освоения практических навыков:	5
	1. Выполнение основных структурных групп групповых упражнений в спортивной аэробики	
	2. Методика обучения упражнениям классического экзерсиса.	5
	3. Техника выполнения акробатических и силовых	

	упражнений в спортивной аэробике. 4. Анализ двигательных ошибок в спортивных направлениях аэробики	5 5
4	Написание и защита реферата на тему: «Боди балет и его разновидности в оздоровительном фитнесе».	10
	Экзамен	20
	Итого	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (аэробика и фитнес-гимнастика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 16 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка заочной формы обучения

I ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики

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	Выступления на семинарских занятиях	5
	по темам:	5
	1. Силовой тренинг в фитнесе.	5
	2. Основы теории и методики отбора в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.	5
	3. Общая и специальная физическая и функциональная подготовка в спортивных направлениях аэробики	5
	4. Принципы и структура тренировочного процесса в спортивной аэробике	5
	5. Соревнования как вид деятельности и их классификация.	5
2	6. Организационные основы проведения соревнований.	5
	7. Цели, задачи и проблематика научных исследований в фитнесе.	5
	Тестирование знаний по теме:	5
3	1. Общая и специальная физическая и функциональная подготовка в спортивной аэробике	5
	2. Соревнования как вид деятельности и их классификация.	5
3	Контроль освоения практических навыков:	5
	1. Составление программы кругового метода тренировки в оздоровительном фитнесе.	5
	2. Разработка батареи тестов и контрольных нормативов для одного из этапов отбора спортсменов, занимающихся	5

	спортивной аэробикой. 3. Разработка типовых недельных микроциклов. 4. Составление и проведение комплекса СФП для спортсменов различной квалификации в спортивной аэробике 5. Разработка положения о соревнованиях.	5 5 5
4	Написание и защита реферата на тему: «Проблема и критерии спортивной одаренности в спортивной аэробике».	10
	Экзамен	20
	Итого	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (художественная гимнастика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, 15 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики

Сроки изучения дисциплины (модуля): 9-10 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выступления на семинарских занятиях	5
	по темам:	
	1. Психологическая и теоретическая подготовка.	
	2. Интегральная подготовка спортсменов высшей квалификации.	
	3. Правила соревнований и основы судейства в спортивной аэробике	
4. Судейский корпус соревнований разного типа.	5	

	5. Тренер и его команда 6. Организационно-методическое обеспечение. Документация тренера и спортсмена. 7. Медицинское обеспечение подготовки. 8. Питание. Регуляция веса. 9. Методика подготовки квалификационных работ на материале спортивно-оздоровительного фитнеса	5 5 5 5 5
2	Тестирование знаний по теме: 1. Правила соревнований и основы судейства. 2. Судейский корпус соревнований разного типа.	5 5
3	Контроль освоения практических навыков: 1. Упражнения на вариативную перестройку соединений и комбинаций. 2. Выполнить анализ выступлений сборной команды России по спортивной аэробике на международных соревнованиях. 3. Разбор на практике индивидуальных и групповых соревновательных упражнений по фактору трудности .	5 5 5
4	Написание и защита реферата на тему: «Психологическая подготовка в спортивной аэробике»	10
	Экзамен	20
	Итого	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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



Институт Спорта и физического воспитания

Кафедра Теории и методики гимнастики

АННОТАЦИЯ

К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.19 Теория и методика избранного вида спорта (аэробика и фитнес-гимнастика)»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Направленность (профиль): «Спортивная подготовка»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2013 г.

Москва – 2017 г.

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 37 зачетных единиц.

Цель освоения дисциплины (модуля): освоить учебно-практический материал, необходимый для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы спортивно-оздоровительных центрах, фитнес клубах, детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), 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 (модуль) «Теория и методика избранного вида спорта (аэробика и фитнес-гимнастика)» реализуется на русском языке.

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

- В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:
 - способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3);
 - способность использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста (ОПК-6);
 - способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);
 - способность проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик (ОПК-11);
 - способность использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта (ПК-8);
 - способность формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у занимающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции (ПК-9);
 - способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся (ПК-10);
 - способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта (ПК-11);
 - способность использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию (ПК-13);
 - способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (ПК-14);

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

2. Краткое содержание дисциплины (модуля):
заочная форма обучения

3. Структура и содержание дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (аэробика и фитнес-гимнастика)»

4.1 Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, всего - 1459 часа.

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

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (аэробика и фитнес-гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Контроль	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра); форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
I курс		II						
1.1	Раздел 1 «Общие основы фитнеса как вида оздоровительно-спортивной деятельности населения. Введение в дисциплину. Понятие «фитнес, аэробика, велнес.»		2	2	16			

1.2	Раздел 2. «История развития фитнеса и аэробики. Разновидности оздоровительного фитнеса»		2	2	10		
1.3	Раздел 3 «Принципы оздоровительной тренировки»		2	2	10		
1.4	Раздел 4. Фитнес-гимнастика и аэробика для дошкольников, школьников, студентов			2	10		
1.5	Раздел 5. «Обучение упражнениям»			2	10		
1.7	Раздел 7. «Материально-техническое обеспечение занятий аэробикой и фитнес-гимнастикой» «			4	30		
1.8	Раздел 8. «Соревнования и показательные выступления»		2	4	30		
1.9	Раздел 9. «Система обеспечения занятий спортивно-оздоровительной аэробикой»			4	30		
1.10	Раздел 10 «Состав и композиция соревновательных упражнений по спортивной аэробике»			4	30		
1.11	Раздел 11. Основы научно-исследовательской работы		2				
I курс	14,5 з.е. 522 часа		36	144	333	9	

2.1 II курс	Раздел 12 «Основы методики оздоровительной тренировки в аэробике и фитнес-гимнастике»	V	2	6	30		
2.2	Раздел 14. «Материально-техническое обеспечение занятий фитнесом»		2	4	30		
2.3	Раздел 15. Общие основы фитнеса как вида оздоровительно-спортивной деятельности населения		2	4	30		
2.4	Раздел 16. Аэробика и фитнес-гимнастика для дошкольников, школьников, студентов			4	30		
II курс	19 з.е. 360 часов		6	32	313	9	
III курс							
2.5	Раздел 17. Биомеханические основы техники фитнес-упражнений		2	4	25		
2.6	Раздел 18. Структура и классификация упражнений фитнес-гимнастики		2	4	25		
2.7	Раздел 19. «Групповые программы на силу, гибкость, ловкость, равновесие»		2	6	25		
2.8	Раздел 20. «Обучение фитнес-упражнениям»			4	25		

2.9	Раздел 21. «Семестровый экзамен для студентов второго курса»				29	9	Экзамен
3.1	Раздел 22. «Музыка как компонент обучения и создания положительного эмоционального фона в фитнесе»			14			
3.2	Раздел 23. Специальная техническая подготовка в спортивных видах аэробики			14	18		
3.3	Раздел 24. «Хореографическая подготовка»			16	12		
3.4	Раздел 25 «Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки в спортивной аэробике»			14	20		
3.5	Раздел 26 «Объективные условия спортивной деятельности в современном пятиборье»			10	22		
3.6	Раздел 27 «Состав, структура и композиция комбинаций в спортивной аэробике»			18	12		
3.7	Раздел 28 «Основы теории и методики отбора в спортивной аэробике»			20	12		
3.8	Раздел 29 . («Общая, специальная физическая и функциональная подготовка в спортивных видах аэробики»)			10	22		
3.9	Раздел 30.			18	129	9	Экзамен

	«Семестровый экзамен для студентов третьего курса»						
III курс	Всего: 8 зачетных единиц, 288 часов		6	30	243	9	
4.1	Раздел 31. «Управление подготовкой спортсменов»		2	4	25		
4.2	Раздел 32. Особенности периодизации тренировочного процесса в различных видах аэробики спортивной направленности. Управление нагрузкой		2	4	25		
4.3	Раздел 33. Соревнования и показательные выступления		2	4	25		
4.4	Раздел 34. Моделирование соревновательной деятельности			2	25		
4.5	Раздел 35. Основы научно-исследовательской деятельности. Цели, задачи и проблематика научных исследований в фитнесе			4	20		
IV курс	Всего: 360 часа (10 зачетных единиц)		6	30	315	9	Экзамен
4.5	Раздел 35 (0,5 зачетных единицы - 18 часов). «Профессионально-педагогическая деятельность тренера по аэробике»		2	10	70		
4.6	Модуль 36 Профессионально-педагогическая деятельность персонального тренера по фитнесу		4	8	77		

4.7	Раздел 37. Организация соревновательной деятельности		2	10	60		
4.8	Современные методы исследований		4	12	60		
4.9	Модуль 39 «Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы»		4	12	70		
4.10	Раздел 40. «Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»		2	10	69	9	Экзамен
Всего за V курс: 10 з.е. 360 ч.			8	38	305	9	
Итого 1459							