

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 (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 в избранном виде спорта»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

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

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована

Экспертно-методическим советом

Института спорта и физического воспитания

Протокол № 8 от «24» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена

на основании решения заседания кафедры

Теории и методики гимнастики

(наименование)

Протокол № 23 от «26» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена

на основании решения заседания кафедры

Теории и методики гимнастики

(наименование)

Протокол № от « » 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена

на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составители: Лисицкая Татьяна Соломоновна, кандидат биологических, профессор, кафедры Теории и методики гимнастики ФГОУ ВО РГУФКСМиТ;

Ростовцева Марина Юрьевна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры Теории и методики гимнастики ФГОУ ВО РГУФКСМиТ;

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)

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	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. 		1	
	<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. 		1	
	<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 . 		2	
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения 		2	

	<p>дидактики, теории и методики физической культуры и спорта;</p> <p>- разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки и требований образовательных стандартов.</p>			
	<p><i>Знать:</i></p> <p>– основы теории и методики физической культуры и спорта;</p> <p>– принципы и методы обучения;</p> <p>– медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся;</p> <p>- требования стандартов спортивной подготовки в современном направлении спортивных видов аэробики</p>		3	
	<p><i>Уметь:</i></p> <p>– применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта;</p> <p>- разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов.</p>		3	
	<p><i>Знать:</i></p> <p>– основы разностороннего развития занимающихся средствами базовых видов аэробики и фитнеса;</p> <p>- принципов построения занятий по фитнесу оздоровительной направленности</p>		1	
	<p><i>Знать:</i></p> <p>– факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе занятий оздоровительным фитнесом и в процессе подготовки спортсменов в спортивных видах аэробики;</p> <p>– особенности протекания восстановления при занятиях различными видами оздоровительного фитнеса и спортивных видах аэробики .</p>		4	
	<p><i>Уметь:</i></p> <p>– подбирать восстановительные средства, используемые после тренировочных нагрузок различной направленности фитнеса;</p> <p>– использовать восстановительные средства, при повышенных тренировочных нагрузках в спортивных видах аэробики.</p>		5	
	<p><i>Владеть:</i></p> <p>– планированием восстановительных мероприятий в тренировочном процессе в спортивных видах аэробики.</p>		6	
ОПК-6				
ОПК-8	<p><i>Знать:</i></p> <p>– эволюцию правил соревнований по спортивной аэробике;</p>		5	

	<ul style="list-style-type: none"> – судейскую терминологию при проведении соревнований по видам спортивной аэробики; – основные требования к оборудованию и личному инвентарю, костюму участников соревнований. 			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – правила соревнований по спортивной аэробики; – документы планирования и проведения соревнований; – особенности организации и проведения соревнований различного уровня; – обязанности организаторов и судей соревнования; – основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований 		5	
	<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 		6	
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. 		3	
	<p><i>Уметь:</i></p> <p>выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта</p>		3	
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – методы научного анализа и обработки результатов исследований 		3	
	<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 		5	
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности 		4	
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы 		4	
	<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. 		5	

ПК-8	Знать: – истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; – санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта.		3	
	Уметь: – 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.		3	
	Владеть: – 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.		3	
ПК-9	Знать: психологическую характеристику двигательной деятельности в оздоровительно-реабилитационном фитнесе и в аэробике со спортивной направленностью		2	
	Знать: – методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции		3	
	Уметь: – использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции		3	
	Владеть: – методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.		3	
	Знать: – формирования мотивации к регулярным занятиям оздоровительной двигательной деятельности и тренировки.		4	
Уметь: – использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со		4		

	спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям.			
	<i>Владеть:</i> – умением формировать мотивацию к занятиям спортивным направлениям аэробики		5	
ПК-10	<i>Знать:</i> – 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.		6	
	<i>Уметь:</i> – эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; – определять предрасположенность к занятиям 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.		6	
ПК-11	<i>Знать:</i> теоретические основы программирования процесса обучения в фитнесе		6	
	<i>Уметь:</i> – составлять обучающие программы по различным направлениям фитнеса;			
	<i>Уметь:</i> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по оздоровительному и спортивному направлениям фитнеса и аэробики.			
	<i>Уметь:</i> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по видам современного пятиборья в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства спортсменов.		6	
ПК-13	<i>Знать:</i> – содержание и организацию педагогического контроля в оздоровительном фитнесе и спортивной аэробике; – актуальные технологии управления состоянием спортсмена.		4	
	<i>Уметь:</i> – разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение;		4	

	<ul style="list-style-type: none"> – 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 технологиями управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию. 		4	
ПК-14	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы теории и методики персонального тренинга; – средства и методы физической, технической и тактической подготовки в спортивных видах аэробики и йоги. 		6	
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; – в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия 		6	
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. 		6	
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; – сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности 			
ПК-26	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – санитарно-гигиенические нормы; – функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки 		6	
	<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 		6	
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками безопасной и эффективной работы, качественного ухода за оборудованием и инвентарем 		6	
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – технологии составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем. 		5	
	<p><i>Уметь:</i></p>		7	

	<ul style="list-style-type: none"> – составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивный экипировки, инвентарь, оборудования 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки 		7	
ПК-28	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; – принципы организации и проведения научно-исследовательских работ 		3	
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в фитнесе с использованием апробированных методик 		3	
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в современном фитнесе 		3	
ПК-30	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – методологии исследовательской деятельности в фитнесе 		7	
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов исследования; – использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся. 		7	
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности 		7	

5. Структура и содержание дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (аэробика и фитнес-гимнастика)»

4.1 Заочная форма обучения (ускоренное обучение)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 112 часов, самостоятельная работа студентов – 1544 часов. Всего 1686 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).

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

Общая трудоемкость 13,5 з.е., или 486 часа.

	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 промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
1.	Раздел 1 Общие основы фитнеса как вида оздоровительно-спортивной деятельности населения. Введение в дисциплину. Понятие «фитнес, аэробика, велнес»		4	8	90			
1.1	Виды фитнес направлений	I	2	2	15			
1.2	История развития фитнеса и аэробики.	I		2	25			
1.3	Тенденции и перспективы развития фитнеса на современном этапе.	I		2	22			
1.4	Характеристика спортивных направлений аэробики. Достижения национальных команд.	I		2	28			
2.	Раздел 2. Базовые виды фитнеса		2	8	152			
2.1	Терминология базовых видов фитнеса	II		2	38			
2.2	Характеристика оборудования, используемого в фитнесе на современном этапе.	I		2	34			

2.3	Техника базовых двигательных действий в классической и степ-аэробике	I	2	2	40		
2.4	Функциональные упражнения с отягощением веса собственного тела	II	2	2	40		
3.	Раздел 3. Обучение хореографии классической аэробики, степ-аэробики, силовых видов.			4	120		
3.1	Теоретические основы формирования двигательного навыка в спорте	II		2	30		
3.2	Цели, задачи, основные принципы обучения упражнениям с малым оборудованием	II		2	30		
3.3	Цели, задачи, основные принципы проведения занятий на кардиотренажерах	II			30		
3.9	Правила обеспечения безопасности обучения и предупреждения травматизма в фитнесе	I			30		
5	Раздел 5. Основы оздоровительной тренировки в фитнесе по методу Пилатеса			2	30		
5.2	Тренировочное занятие мэтпилатес, с малым оборудованием и на тренажерах по методу пилатеса	I		2	30		
6	Раздел 6. Материально-техническое обеспечение занятий фитнесом			2	28		
6.1	Современный комплекс тренажеров, применяемых в фитнесе.	I		2	28		

7	Семестровый экзамен для студентов первого курса	II			27	9	Экзамен
Всего за I курс: 486 часа (13,5 зачетных единиц)			6	24	447	9	

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

Общая трудоемкость 13,5 з.е. или 486 часов

№	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 промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
1	Раздел 1. Характеристика различных направлений ментального фитнеса	III		4	62			
1.4	Оздоровительный фитнес для взрослого населения и людей с ограниченными возможностями	III		2	30			
1.6	Фитнес для дошкольников, школьников, студентов	III		2	32			
2	Раздел 2. Гимнастические упражнения как предмет изучения	IV	2	6	120			
2.3	Биомеханические основы техники силовых упражнений	IV	2	2	40			
2.4	Структура и классификация упражнений с эспандером	IV		2	40			
2.7	Структура и классификация функциональных упражнений с гантелями, фитболами, бодибарами, медболами.	IV		2	40			

3	Раздел 3. Методы проведения групповых упражнений		2	6	138		
3.4	Круговой метод тренировки в оздоровительном фитнесе	III	2	2	40		
3.5	Упражнения на растягивание. Хатха-йога.	IV		2	58		
3.8	Музыкальное сопровождение занятий оздоровительным фитнесом .	IV		2	40		
4	Раздел 4. Система базовой подготовки в спортивной аэробике	III-IV	4	4	104		
4.2	Специальная техническая подготовка	IV		2	52		
4.5	Хореографическая подготовка	III	2	2	52		
5	Зачет Экзамен	III IV			27	9	Экзамен
Всего за II курс: 486 часов (13,5 зачетных единиц)			6	20	451	9	

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

Общая трудоемкость: 8 з.е. или 288 часов

№	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 промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			

3	Раздел 3. Европейские системы ментального фитнеса	V	2	2	40		
3.6	Танцевальные направления в фитнесе	V		2	20		
3.7	Состав, структура и композиция комбинаций в спортивной аэробике	V	2		20		
4	Раздел 4. Система базовой подготовки в гимнастике	V	2	4	44		
4.1	Основы теории и методики отбора в спортивной аэробике, фитнес-аэробике, спортивной йоге.	V		2	20		
4.3	Общая и специальная физическая и функциональная подготовка	V-VI	2	2	24		
5	Раздел 5. Основы методики тренировки в спортивных видах аэробики			4	40		
5.1	Принципы и структура тренировочного процесса ф спортивных направлениях аэробики	V		2	20		
5.3	Периодизация тренировочного процесса. Управление нагрузкой	V		2	20		
7	Раздел 7. Соревнования и показательные выступления		2	6	48		
7.1	Соревнования как вид деятельности и их классификация	VI	2		10		
7.2	Показательные выступления, спортивные праздники	VI		2	10		

7.3	Моделирование соревновательной деятельности	VI		2	10		
7.4	Организационные основы проведения соревнований.	VI		2	18		
9	Раздел 9. Основы научно-исследовательской деятельности		2	4	52		
9.1	Цели, задачи и проблематика научных исследований в фитнес	VI	2	2	26		
9.2	Современные методы исследований	VI		2	26		
10	Зачет, Экзамен	V VI			27	9	Экзамен
Всего за III курс: 288 часов (8 зачетных единиц)			8	20	251	9	

4.4. Четвертый год обучения (7-й семестр)

Общая трудоемкость: 12 з. е. или 432 часов

№	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 промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
4	Раздел 4. Система базовой подготовки в спортивных видах аэробики	VII	2	2	30			

4.4	Психологическая и теоретическая подготовка	VII	2	2	30		
5	Раздел 5. Основы методики тренировки	VII	2	4	72		
5.4	Принципы подготовки спортсменов высокой квалификации	VII	2	2	36		
5.5	Интегральная подготовка спортсменов высшей квалификации	VII		2	36		
6	Раздел 6. Материально- техническое обеспечение занятий фитнесом	VII		2	20		
6.2	6.2 Современный учебно- тренировочный центр, фитнес клуб .	VII		2	20		
7	Раздел 7. Соревнования и показательные выступления	VII	2	4	98		
7.5	Правила соревнований и основы судейства	VII	2		38		
7.6	Материально-техническое обеспечение соревнований	VII		2	30		
7.7	Судейский корпус соревнований разного типа	VII		2	30		
8	Раздел 8. Система обеспечения занятий фитнесом	VII		6	120		
8.1	Менеджмент в фитнес индустрии	VII		2	20		
8.2	Организационно-методическое обеспечение.	VII		2	20		

8.3	Медицинское обеспечение занятий фитнесом	VII			30		
8.4	Питание. Регуляция веса	VII			30		
8.5	Научное обеспечение учебно-тренировочного процесса	VII			10		
8.6	Обеспечение безопасности занятий	VII		2	10		
9	Раздел 9. Основы научно-исследовательской деятельности	VII	2	2	28		
9.3	Методика подготовки квалификационных работ на материале оздоровительного фитнеса или спортивных направлений аэробики	VII	2		14		
9.4	Этапы выполнения выпускной квалификационной работы, апробация и защита	VII		2	14		
	Экзамен	VII			27	9	Экзамен
Всего за 4 курс: 432 часов (12 зачетных единиц)			8	38	395	9	

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

6. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (аэробика и фитнес-гимнастика)»

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

5.1.1 Содержание зачетных требований для студентов в I семестре заочной формы обучения (ускоренное обучение):

Вопросы для устного ответа:

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.

Содержание экзаменационных требований для студентов во I курса 2 семестра заочной формы ускоренного обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Кинезиология основных положений и простейших движений в аэробике.

2. Словесный метод, аудиовизуальные методы, моторные методы.

3. Визуальные методы управления группой.

4. Структура урока групповых программ по классической аэробике.

5. Особенности структуры урока в степ-аэробике.

6. Специфика построения урока танцевальных программ.

7. Общая характеристика аэробики спортивной направленности.

8. Спортивная аэробика: история, тенденции развития, характеристика номинаций.

9. Правила соревнований по спортивной аэробике.

10. Фитнес-аэробика: история, тенденции развития, характеристика номинаций.

11. Правила соревнований по фитнес-аэробике.

12. Спортивная йога: история, тенденции развития, характеристика номинаций.

13. Правила соревнований по спортивной йоге.

14. Составление положения о соревнованиях.

15. Характеристика соревнований группы «А» и «Б».

16. Характеристика тренировочных циклов в спортивных направлениях аэробики.

17. Микроцикл тренировки и его разновидности.

18. Понятие тренировочной нагрузки в спортивных направлениях аэробики.

19. Принятая в спортивной аэробике методика определения тренировочной нагрузки.

20. Проблема индивидуализации тренировочной нагрузки в соревновательных направлениях аэробики.

21. Различия между «внешней» и «внутренней» нагрузками в спортивных направлениях аэробики.

22. Методика управления нагрузками.

23. Основные положения методики отбора для занятий спортивными направлениями аэробики.

24. Специальная техническая подготовка в спортивной аэробике.

25. Понятие «базовых» упражнений в классической аэробике.

26. Перенос двигательного навыка и его значение для подготовки спортсменов в аэробике спортивной направленности.

27. Возрастные изменения в морфологии и работе функциональных систем организма человека.

28. Современный зал для занятий оздоровительной аэробикой и требования к его оборудованию.

29. Малое оборудование в аэробике и фитнес-гимнастике.

30. Современные тренажеры для развития спортивно-оздоровительных тренировок.

31. Общая характеристика кардиотренажеров.

32. Общая характеристика современных силовых тренажеров.

Содержание зачетных требований для студентов III курса 5 семестра заочной форм ускоренного обучения.

Вопросы для устного ответа:

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.

Содержание экзаменационных требований для студентов в III курса 6 семестра заочной формы ускоренного обучения:

Вопросы для устного ответа:

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 в спортивных видах аэробики.
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.

Содержание экзаменационных требований для студентов в IV курса 7 семестра очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Технические средства обучения и тренажеры.
2. Основные принципы составления индивидуальных классификационных (соревновательных) комбинаций.
3. Типы комбинаций: учебные, классификационные в спортивной аэробике, спортивной йоге.
4. Структура тренировочного процесса в спортивной аэробике.
5. Периодизация подготовки в спортивной аэробике.
6. Понятие «макроцикла», «мезоцикла», «микроцикла» тренировки.
7. Моделирование соревновательной подготовки в спортивной аэробике.
8. Классификация типов телосложения: мышечный, торакальный и астеничный типы.
9. Особенности телосложения девочек, и мальчиков, начинающих спортивной аэробикой.
10. Методические особенности специализированного отбора.
11. Определение понятий «общая физическая подготовка» (ОФП) и «специальная физическая подготовка» (СФП), их основные цели и задачи.
12. Основные задачи и средства специальной физической подготовки высококвалифицированных спортсменов.
13. Методика воздействия средствами функционального тренинга на осанку, гибкость, массу тела, компоненты телосложения занимающихся.
14. Двигательно-координационные способности занимающихся спортивными видами аэробики и спортивной йогой.
15. Развитие гибкости в спортивной йоге.
16. Развитие скоростно-силовых способностей в спортивной аэробике.
17. Роль соревнований как фактора совершенствования на различных этапах подготовки спортсменов высокой квалификации.
18. Классификация соревнований.
19. Положение соревнований.

20. Основные направления научных исследований и научного обеспечения в спортивных видах аэробики.
21. Современные методы исследований в оздоровительных направлениях фитнеса.
22. Самооценка психоэмоционального состояния спортсмена.
23. Виды психологической подготовки в спортивной аэробике.
24. Приемы идеомоторного воспроизведения упражнений.
25. Приемы аутогенной тренировки.
26. Психорегулирующая тренировка.
27. Темперамент, его разновидности. Темперамент спортсменов в различных видах спортивной аэробики и спортивной йоги.
28. Основные методы психодиагностики в спортивных направлениях аэробики.
29. Методы психической саморегуляции в оздоровительных направлениях фитнеса.
30. Ведение документов планирования персональных тренировок в оздоровительном фитнесе.
31. Проведение централизованных сборов спортсменов высокой квалификации.
32. Тренеры-инструкторы и их функции.
33. Питание при занятиях оздоровительным фитнесом с целью похудения.
34. Рацион и режим питания спортсменов.
35. Регуляция массы тела за счет сбалансированного питания.
36. Основные направления научных исследований в фитнесе.
37. Типичные задачи исследования в оздоровительном фитнесе.
38. Основные методы исследования в фитнесе.
39. Бригадный метод научного обеспечения в спортивных направлениях аэробики.
40. Медицинский контроль в спортивно-оздоровительных центрах и фитнес-клубах.
41. Особенности тренировки с отягощением веса собственного тела.
42. Назначение и методика углубленных и этапных обследований в спортивной аэробике.
43. Комплексные методы инструментальных исследований в фитнесе.
44. Методы исследования физических качеств занимающихся фитнесом.
45. Методы исследования функционального состояния занимающихся фитнесом.
46. Правила обеспечения безопасности занятий в тренажерном зале.

47. Основные причины травматизма при занятиях фитнесом.
48. Фактор психологической подготовки в спортивных направлениях аэробики.
49. Методы психической саморегуляции на занятиях йогой.
50. Принципы подготовки спортсменов высокой квалификации.
51. Педагогический эксперимент и его методика.
52. Математическая статистика как метод исследования.
53. Анкетирование и опросы как метод исследования.
54. Метод видеорегистрации движений.
55. Методика работы над текстом и оформлением ВКР.

Примерная тематика курсовых работ

1. Развитие аэробики и фитнес-гимнастики: исторический аспект.
2. Кондиционная гимнастика: её место в системе оздоровительных видов гимнастики и фитнесе.
3. Технология различных видов аэробики:
 - классическая аэробика,
 - степ-аэробика,
 - фит-бол аэробика,
 - велоаэробика;
 - аэробика с элементами восточных видов единоборства;
 - йога;
 - силовые виды аэробики;
 - система Пилатес и др.
 - координационная гимнастика.
4. Возрастные особенности проведения занятий аэробикой и фитнес-гимнастикой.
 5. Физиологические аспекты занятий аэробикой и фитнес-гимнастикой.
 6. Психологические аспекты занятий аэробикой и фитнес-гимнастикой.
 7. Реабилитационная аэробика и фитнес-гимнастика
 8. Разработка и научное обоснование новых видов оздоровительной аэробики и фитнес-гимнастики.
 9. Спортивные виды аэробики и фитнеса и изменение состояния при занятиях ими.
 10. Воздействие занятий аэробикой и фитнес-гимнастикой на занимающихся разного возраста и состояния здоровья
 11. Музыкальное обеспечение занятий аэробикой и фитнес-гимнастикой.
 12. Предпринимательство в сфере фитнес-индустрии.

Примерные темы выпускных квалификационных работ студентов IV курса

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.

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

Выпускную квалификационную работы выполняют на актуальные в фитнесе темы, которые должны носить творческий, исследовательский, по возможности экспериментальный характер.

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

Применяемые формы текущего контроля:

- индивидуальный или групповой устный опрос;
- проверка выполнения практических заданий;
- проведение лабораторных работ;
- 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 работ.

Промежуточная аттестация осуществляется в конце года 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 экзамен, курсовая работа, апробация ВКР.

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 курсовых и выпускных квалификационных работ указаны в четвертом разделе программы (Структура и содержание дисциплины) для каждого года обучения.

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

а) 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.

б) 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 BBK – 2007 г.
Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.
Сканер EPSON Perfection V10 Photo – 2007 г.
Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.
Стационарный компьютер (монитор 17" Acer AL1716 Cs и системный блок) – 2007 г. – 9 шт.
Стационарный компьютер (монитор 19" Acer AL1916 Cs и системный блок) – 2007 г.
Сканер Epson Perfection V 100 Photo – 2007 г.
Копировальный аппарат Canon iR -1018 – 2007 г.
Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2007 г.

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 1 курса, 15 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка заочная ускоренная форма обучения.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ 1-2 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Выступления на семинарских занятиях по темам:		
	1. Введение в дисциплину.	1	2
	2. История аэробики и фитнеса	2	2
	3. Тенденции и перспективы развития современной фитнеса спортивно-оздоровительной направленности.	3	2
	4. Достижения национальных команд по спортивным видам аэробики (спортивной и фитнес-аэробики) в различных номинациях.		2
5. Характеристика средств базовых видов фитнеса.	4		
		5	2

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

		6-8	
	<p>7. Классификация, терминология, техника упражнений классической аэробики,</p> <p>8. Классификация, терминология, техника упражнений степ-аэробики.</p> <p>9. Теоретические основы формирования двигательного навыка в спорте.</p> <p>10. Цели, задачи, основные принципы оздоровительной тренировки</p>	<p>24</p> <p>26</p> <p>27</p> <p>29</p>	<p>5</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>5</p>
2	<p>Тестирование знаний по теме:</p> <p>1. История фитнеса.</p> <p>2. Терминология упражнений классической аэробики</p> <p>3. Классификация и техника упражнений базовых видов фитнеса и аэробики</p>	<p>5</p> <p>6</p> <p>34</p>	<p>5</p> <p>5</p> <p>5</p>
3	<p>Контроль освоения практических навыков:</p> <p>1. Контроль методических навыков обучения базовым двигательным действиям упражнения</p> <p>2. Составление учебной комбинации групповых программ базовых видов фитнеса.</p> <p>3. Контроль методических навыков обучения базовым двигательным действиям функциональных упражнений</p>	<p>11</p> <p>13</p> <p>31-33</p>	<p>5</p> <p>5</p> <p>5</p>

	4 Составление учебных комбинаций групповых программ .	33-35	5
4	Написание и защита реферата на тему: «История художественной гимнастики». «Разновидности фитнеса и характеристика различных направлений»	40	5 5
5	Посещение занятий	В течение семестра	5
	Экзамен	42-44	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 балл, 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 2 курса, 15 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка - заочная ускоренная форма обучения

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

IV. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ 3-4 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ²	Максимальное кок-во баллов
1	Выступления на семинарских занятиях по темам:		
	1. Биомеханические основы техники упражнений классической аэробики и упражнений на степ-платформах.	2-3	2
	1 Методика проведения групповых программ базовых видов фитнеса.	5-6	2
	2 Принципы и методы оздоровительной тренировки.	10	2
	3 Боди балет в оздоровительном фитнесе.		

² Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	<p>4 Оздоровительная фитнес-гимнастика для взрослого населения и людей с ограниченными возможностями.</p> <p>5 Двигательная активность, двигательные стереотипы и их роль в оздоровлении людей.</p> <p>6 Музыка как компонент упражнений и предмет обучения в аэробике..</p> <p>7 Специальная техническая подготовка в спортивной аэробике.</p>	<p>11</p> <p>21</p> <p>24</p> <p>29</p> <p>32</p>	<p>2</p> <p>2</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>5</p>
2	<p>Тестирование знаний по теме:</p> <p>1. Танцевальные направления в оздоровительном и спортивном фитнесе.</p> <p>2. Двигательные ошибки и работа над ними.</p> <p>3. Специальная техническая подготовка в спортивной аэробике.</p>	<p>11</p> <p>26</p> <p>35</p>	<p>5</p> <p>5</p> <p>5</p>
3	<p>Контроль освоения практических навыков:</p> <p>1. Характеристика методов проведения групповых занятий в оздоровительном фитнесе.</p> <p>2. Методика обучения правильным двигательным стереотипам для жизни и спортивной деятельности.</p> <p>3. Выполнение элементов мастерства, дорожек, танцевальных шагов, поддержек в спортивной аэробике.</p>	<p>13</p> <p>14</p> <p>26-27</p> <p>32-37</p>	<p>5</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>5</p>
4	<p>Написание и защита реферата на тему:</p> <p>«Круговая тренировка в оздоровительном фитнесе».</p> <p>«Виды специализации в спортивной аэробике (индивидуальные, парные, групповые упражнения)».</p>	<p>15</p> <p>40</p>	<p>5</p> <p>5</p>

5	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен	44-45	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 3 курса, 15 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка заочной ускоренной формы обучения

V. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

VI. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ 5-6 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ³	Максимальное кол-во баллов
1	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Основы теории и методики отбора в гимнастике. 2. Общая и специальная физическая и функциональная		2 2

³ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	<p>подготовка.</p> <p>1. Принципы и структура тренировочного процесса в гимнастике.</p> <p>2. Соревнования как вид деятельности и их классификация. Показательные выступления, спортивные праздники</p> <p>5. Состав, структура и композиция комбинаций в спортивной аэробике.</p> <p>6. Организационные основы проведения соревнований.</p> <p>1. Цели, задачи и проблематика научных исследований в фитнесе.</p>	<p>5</p> <p>9</p> <p>12</p> <p>15</p> <p>24</p> <p>28</p> <p>32</p>	<p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>5</p> <p>5</p>
2	<p>Тестирование знаний по теме:</p> <p>1. Общая, специальная физическая и функциональная подготовка в спортивной аэробике</p> <p>2. Соревнования как вид деятельности и их классификация</p> <p>3. Организационные основы проведения соревнований.</p> <p>4. Цели, задачи и проблематика научных исследований в оздоровительном фитнесе и спортивных направлениях аэробики.</p>	<p>11</p> <p>14</p> <p>30</p> <p>38</p>	<p>5</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>5</p>
3	<p>Контроль освоения практических навыков:</p> <p>1. Составление и проведение комплекса СФП для спортсменов различной квалификации в спортивной аэробике.</p> <p>2. Разработка положения соревнований.</p> <p>3. Постановка показательного номера, фитнес флешмоба .</p> <p>4. Разработка батареи тестов и контрольных нормативов для одного из этапов отбора спортсменок, занимающихся спортивной аэробикой.</p>	<p>15</p> <p>16</p> <p>26-27</p> <p>31-32</p>	<p>5</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>5</p>

4	Написание и защита реферата на тему: 1.«Проблема и критерии спортивной одаренности в спортивной аэробике». 2.«Состав, структура и композиция соревновательных упражнений в спортивной аэробике в различных номинациях.»	16	5
		41	5
5	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен	43-44	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 балл, 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.

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, 15 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка заочной ускоренной формы обучения

VII. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

7 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ⁴	Максимальное кол-во баллов
1	Выступления на семинарских занятиях	1	2 2
	по темам:	5	
	1. Психологическая и теоретическая подготовка.	11	
	2. Интегральная подготовка спортсменов высшей квалификации.		
3. Тренер и его команда			

⁴ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	<p>4. Организационно-методическое обеспечение. Документация тренера и спортсмена</p> <p>5. Медицинское обеспечение подготовки.</p> <p>6. Питание. Регуляция веса</p> <p>7. Принципы подготовки спортсменов высокой квалификации.</p> <p>8. Современный учебно-тренировочный центр для подготовки.</p> <p>9. Научное обеспечение учебно-тренировочного процесса.</p> <p>9. Методика подготовки квалификационных работ на материале оздоровительного фитнеса или аэробики спортивной направленности.</p> <p>10. Этапы выполнения выпускной квалификационной работы, апробация и защита</p>	<p>12</p> <p>13</p> <p>16</p> <p>21</p> <p>24</p> <p>30</p> <p>32</p>	<p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>5</p>
2	<p>Тестирование знаний по теме:</p> <p>1. Правила соревнований и основы судейства.</p> <p>2. Судейский корпус соревнований разного типа.</p>	<p>11</p> <p>14</p>	<p>5</p> <p>5</p>
3	<p>Контроль освоения практических навыков:</p> <p>1. Разбор на практике индивидуальных и групповых соревновательных упражнений по фактору трудности и артистичности.</p> <p>2. Создание презентации к докладу на конференции по материалам ВКР</p>	<p>6-7</p> <p>8</p> <p>31-32</p>	<p>5</p> <p>5</p> <p>5</p>
4	<p>Написание и защита реферата на тему: «Психологическая подготовка в спортивной аэробике»</p>	<p>17</p>	<p>5</p>

	«Тренер по спортивной аэробике и его бригада».	33	5
5	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен	34	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 балл, 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

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.24 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: *заочное (ускоренное обучение на базе ВПО)*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1. Цель освоения дисциплины (модуля): освоить учебно-практический материал, необходимый для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в фитнес клубах, оздоровительных центрах, 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 реализуется на русском языке.

2. 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).

3. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий –112 часов, самостоятельная работа студентов – 1544 часов. Всего 1686 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).

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

Общая трудоемкость 13,5 з.е., или 486 часа.

	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 промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
1.	Раздел 1 Общие основы фитнеса как вида оздоровительно-спортивной деятельности населения. Введение в дисциплину. Понятие «фитнес, аэробика, велнес»		4	8	90			
1.1	Виды фитнес направлений	I	2	2	15			
1.2	История развития фитнеса и аэробики.	I		2	25			
1.3	Тенденции и перспективы развития фитнеса на современном этапе.	I		2	22			
1.4	Характеристика спортивных направлений аэробики. Достижения национальных команд.	I		2	28			
2.	Раздел 2. Базовые виды фитнеса		2	8	152			
2.1	Терминология базовых видов фитнеса	II		2	38			

2.2	Характеристика оборудования, используемого в фитнесе на современном этапе.	I		2	34		
2.3	Техника базовых двигательных действий в классической и степ-аэробике	I	2	2	40		
2.4	Функциональные упражнения с отягощением веса собственного тела	II	2	2	40		
3.	Раздел 3. Обучение хореографии классической аэробики, степ-аэробики, силовых видов.			4	120		
3.1	Теоретические основы формирования двигательного навыка в спорте	II		2	30		
3.2	Цели, задачи, основные принципы обучения упражнениям с малым оборудованием	II		2	30		
3.3	Цели, задачи, основные принципы проведения занятий на кардиотренажерах	II			30		
3.9	Правила обеспечения безопасности обучения и предупреждения травматизма в фитнесе	I			30		
5	Раздел 5. Основы оздоровительной тренировки в фитнесе по методу Пилатеса			2	30		
5.2	Тренировочное занятие мэтпилатес, с малым оборудованием и на тренажерах по методу пилатеса	I		2	30		
6	Раздел 6. Материально-техническое обеспечение занятий фитнесом			2	28		

6.1	Современный комплекс тренажеров, применяемых в фитнесе.	I		2	28		
7	Семестровый экзамен для студентов первого курса	II			27	9	Экзамен
Всего за I курс: 486 часа (13,5 зачетных единиц)			6	24	447	9	

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

Общая трудоемкость 13,5 з.е. или 486 часов

№	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 промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
1	Раздел 1. Характеристика различных направлений ментального фитнеса	III		4	62			
1.4	Оздоровительный фитнес для взрослого населения и людей с ограниченными возможностями	III		2	30			
1.6	Фитнес для дошкольников, школьников, студентов	III		2	32			
2	Раздел 2. Гимнастические упражнения как предмет изучения	IV	2	6	120			
2.3	Биомеханические основы техники силовых упражнений	IV	2	2	40			
2.4	Структура и классификация упражнений с эспандером	IV		2	40			

2.7	Структура и классификация функциональных упражнений с гантелями, фитболами, бодибарами, медболами.	IV		2	40		
3	Раздел 3. Методы проведения групповых упражнений		2	6	138		
3.4	Круговой метод тренировки в оздоровительном фитнесе	III	2	2	40		
3.5	Упражнения на растягивание. Хатха-йога.	IV		2	58		
3.8	Музыкальное сопровождение занятий оздоровительным фитнесом .	IV		2	40		
4	Раздел 4. Система базовой подготовки в спортивной аэробике	III-IV	4	4	104		
4.2	Специальная техническая подготовка	IV		2	52		
4.5	Хореографическая подготовка	III	2	2	52		
5	Зачет Экзамен	III IV			27	9	Экзамен
Всего за II курс: 486 часов (13,5 зачетных единиц)			6	20	451	9	

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

Общая трудоемкость: 8 з.е. или 288 часов

№	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)	Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
---	---	---------	--	---

			Л	П	СРС	Контроль	
3	Раздел 3. Европейские системы ментального фитнеса	V	2	2	40		
3.6	Танцевальные направления в фитнесе	V		2	20		
3.7	Состав, структура и композиция комбинаций в спортивной аэробике	V	2		20		
4	Раздел 4. Система базовой подготовки в фитнесе	V	2	4	44		
4.1	Основы теории и методики отбора в спортивной аэробике, фитнес-аэробике, спортивной йоге.	V		2	20		
4.3	Общая и специальная физическая и функциональная подготовка	V-VI	2	2	24		
5	Раздел 5. Основы методики тренировки в спортивных видах аэробики			4	40		
5.1	Принципы и структура тренировочного процесса в спортивных направлениях аэробики	V		2	20		
5.3	Периодизация тренировочного процесса. Управление нагрузкой	V		2	20		
7	Раздел 7. Соревнования и показательные выступления		2	6	48		
7.1	Соревнования как вид деятельности и их классификация	VI	2		10		

7.2	Показательные выступления, спортивные праздники	VI		2	10		
7.3	Моделирование соревновательной деятельности	VI		2	10		
7.4	Организационные основы проведения соревнований.	VI		2	18		
9	Раздел 9. Основы научно-исследовательской деятельности		2	4	52		
9.1	Цели, задачи и проблематика научных исследований в фитнес	VI	2	2	26		
9.2	Современные методы исследований	VI		2	26		
10	Зачет, Экзамен	V VI			27	9	Экзамен
Всего за III курс: 288 часов (8 зачетных единиц)			8	20	251	9	

4.4. Четвертый год обучения (7-й семестр)

Общая трудоемкость: 12 з. е. или 432 часов

№	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 промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			

4	Раздел 4. Система базовой подготовки в спортивных видах аэробики	VII	2	2	30		
4.4	Психологическая и теоретическая подготовка	VII	2	2	30		
5	Раздел 5. Основы методики тренировки	VII	2	4	72		
5.4	Принципы подготовки спортсменов высокой квалификации	VII	2	2	36		
5.5	Интегральная подготовка спортсменов высшей квалификации	VII		2	36		
6	Раздел 6. Материально-техническое обеспечение занятий фитнесом	VII		2	20		
6.2	6.2 Современный учебно-тренировочный центр, фитнес клуб .	VII		2	20		
7	Раздел 7. Соревнования и показательные выступления	VII	2	4	98		
7.5	Правила соревнований и основы судейства	VII	2		38		
7.6	Материально-техническое обеспечение соревнований	VII		2	30		
7.7	Судейский корпус соревнований разного типа	VII		2	30		
8	Раздел 8. Система обеспечения занятий фитнесом	VII		6	120		
8.1	Менеджмент в фитнес индустрии	VII		2	20		

8.2	Организационно-методическое обеспечение.	VII		2	20		
8.3	Медицинское обеспечение занятий фитнесом	VII			30		
8.4	Питание. Регуляция веса	VII			30		
8.5	Научное обеспечение учебно-тренировочного процесса	VII			10		
8.6	Обеспечение безопасности занятий	VII		2	10		
9	Раздел 9. Основы научно-исследовательской деятельности	VII	2	2	28		
9.3	Методика подготовки квалификационных работ на материале оздоровительного фитнеса или спортивных направлений аэробики	VII	2		14		
9.4	Этапы выполнения выпускной квалификационной работы, апробация и защита	VII		2	14		
	Экзамен	VII			27	9	Экзамен
Всего за 4 курс: 432 часов (12 зачетных единиц)			8	38	395	9	

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.20 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: *очная*

Год набора - 2016 г.

Москва - 2017

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована

Экспертно-методическим советом

Института __МСиФВ_____

Протокол № _8_ от «24__» апреля _____2016__ г.

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

(наименование)

Протокол №23__ от «26__» апреля _____2017__ г.

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

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____2018 г.

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

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____2019__ г.

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

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____20__ г.

Составители: Лисицкая Татьяна Соломоновна, кандидат биологических, профессор, кафедры Теории и методики гимнастики ФГОУ ВО РГУФКСМиТ;

Ростовцева Марина Юрьевна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры Теории и методики гимнастики ФГОУ ВО РГУФКСМиТ;

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	Ускоренная заформа обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-3	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – принципы и методы обучения в 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. 	4		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки 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 . 	6		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; - разрабатывать и реализовывать тренировочные и 			

	соревновательные программы спортивной подготовки и требований образовательных стандартов.			
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы теории и методики физической культуры и спорта; – принципы и методы обучения; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся; - требования стандартов спортивной подготовки в современном направлении спортивных видов 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 в с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов. 			
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы разностороннего развития занимающихся средствами базовых видов аэробики и фитнеса; - принципов построения занятий по фитнесу оздоровительной направленности 	1		
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – 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 . 	8		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – подбирать восстановительные средства, используемые после тренировочных нагрузок различной направленности фитнеса; – использовать восстановительные средства, при повышенных тренировочных нагрузках в спортивных видах аэробики. 			
ОПК-6	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – планированием восстановительных мероприятий в тренировочном процессе в спортивных видах аэробики. 			

ОПК-8	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – эволюцию правил соревнований по спортивной аэробике; – судейскую терминологию при проведении соревнований по видам спортивной аэробики; – основные требования к оборудованию и личному инвентарю, костюму участников соревнований. 	1		
	<p><i>Знать:</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 	3		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – организовывать и проводить соревнования различного уровня; – осуществлять объективное судейство соревнований; – обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований 			
ОПК-11	<p><i>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. 	2		
	<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 	4		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта; – применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований 			
<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности 	6			

	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы 	8		
	<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 тренировки; – санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта. 	1		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать на занятиях 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>	4		
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции 	5		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции 			

	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции. 			
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – формирования мотивации к регулярным занятиям оздоровительной двигательной деятельности и тренировки. 	8		
	<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. 	6		
	<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>	3		
	<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. 	6		
	<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 		7	

	этапом совершенствования спортивного мастерства спортсменов.			
ПК-13	<i>Знать:</i> – содержание и организацию педагогического контроля в оздоровительном фитнесе и спортивной аэробике; – актуальные технологии управления состоянием спортсмена.	7		
	<i>Уметь:</i> – разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; – фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; – находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся.			
	<i>Владеть:</i> – актуальными технологиями управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.			
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.	5		
	<i>Уметь:</i> – совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; – в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия			
ПК-15	<i>Знать:</i> – средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; – эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.	7		
	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; – сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности			
ПК-26	<i>Знать:</i> – санитарно-гигиенические нормы; – функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки	1		
	<i>Уметь:</i> – осуществлять качественный уход за применяемым в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем;			

	<ul style="list-style-type: none"> – выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками безопасной и эффективной работы, качественного ухода за оборудованием и инвентарем 			
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – технологии составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем. 	4		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивный экипировки, инвентаря, оборудования 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки 			
ПК-28	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; – принципы организации и проведения научно-исследовательских работ 	2		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в фитнесе с использованием апробированных методик 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в современном фитнесе 			
ПК-30	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – методологии исследовательской деятельности в фитнесе 	4		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов исследования; – использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся. 	6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности 	8		

4. Структура и содержание дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (аэробика и фитнес-гимнастика)»

4.1 Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 664 часов, самостоятельная работа студентов – 668 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	Всего:198 часов (5,5 зачетных единиц)	1	18	90	90			
1.	Раздел 1 «Общие основы фитнеса как вида оздоровительно-спортивной деятельности населения. Введение в дисциплину. Понятие «фитнес, аэробика, велнес.		4	16	25			
2	Раздел 2. «История развития фитнеса и аэробики. Разновидности оздоровительного фитнеса»		4	18	14			
3	Раздел 3. «Принципы оздоровительной тренировки»		4	22	19			
4	Раздел 4. Фитнес-гимнастика и аэробика для дошкольников, школьников, студентов		2	18	16			
5	Раздел 5. «Обучение упражнениям»		4	16	16			

I курс	Всего:216 часов (6 зачетных единиц)	2	18	54	135	9	Экзамен
6	Раздел 6. Основы методики тренировки в спортивно-оздоровительном фитнесе»		2	6	10		
7	Раздел 7. «Материально-техническое обеспечение занятий аэробикой и фитнес-гимнастикой»		2	8	8		
8	Раздел 8. «Соревнования и показательные выступления»		2	10	24		
9	Раздел 9. «Система обеспечения занятий спортивно-оздоровительной аэробикой»		4	10	22		
10	Раздел 10. «Состав и композиция соревновательных упражнений по спортивной аэробике»		4	10	22		
11	Раздел 11 «Основы научно-исследовательской деятельности»		4	10	22		
12	Раздел 12. «Семестровый экзамен для студентов первого курса»				27	9	Экзамен
Всего за I курс: 522 часов (11,5 зачетных единиц)			36	144	225	9	
II курс	Всего:144 часа (4 зачетных единиц)	3	18	72	54		
13	Раздел 13. «Основы методики оздоровительной тренировки в аэробике и фитнес-гимнастике»		4	18	14		

14	Раздел 14. «Материально-техническое обеспечение занятий фитнесом»		6	18	12		
15	Раздел 15. Общие основы фитнеса как вида оздоровительно-спортивной деятельности населения		4	18	14		
16	Раздел 16. Аэробика и фитнес-гимнастика для дошкольников, школьников, студентов		4	18	14		
II курс	Всего:198 час (5,5 зачетных единиц)	4	14	72	103	9	Экзамен
17	Раздел 17. Биомеханические основы техники фитнес-упражнений		4	12	20		
18	Раздел 18. Структура и классификация упражнений фитнес-гимнастики		2	12	13		
19	Раздел 19. «Групповые программы на силу, гибкость, ловкость, равновесие»		4	28	31		
20	Раздел 20. «Обучение фитнес-упражнениям»		4	20	12		
21	Раздел 21. «Семестровый экзамен для студентов второго курса»				27	9	Экзамен
Всего за II курс: 306 часа (9,5 зачетных единиц)			32	144	157	9	
III	Всего:126 часов	5	18	58	50		

курс	(3,5 зачетных единиц)						
22	Раздел 22. «Музыка как компонент обучения и создания положительного эмоционального фона в фитнесе»		4	14			
23	Раздел 23. Специальная техническая подготовка в спортивных видах аэробики		4	14	18		
24	Раздел 24. «Хореографическая подготовка»		8	16	12		
25	Раздел 25. «Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки в спортивной аэробике»		2	14	20		
III курс	Всего:180 часа (5 зачетных единиц)	6	18	58	95	9	Экзамен
26	Раздел 26. «Объективные условия спортивной деятельности в современном пятиборье»		4	10	22		
27	Раздел 27. Состав, структура и композиция комбинаций в спортивной аэробике»		6	18	12		
28	Раздел 28. «Основы теории и методики отбора в спортивной аэробике»		4	20	12		
29	Раздел 29. Общая, специальная физическая и функциональная подготовка в спортивных видах аэробики»		4	10	22		
30	Раздел 30.				27	9	Экзамен

	«Семестровый экзамен для студентов третьего курса»						
Всего за III курс: 414 часов (8,5 зачетных единиц)			36	116	145	9	
IV курс	Всего:153 часов (4,25 зачетных единиц)	7	18	62	73		
31	Раздел 31. «Управление подготовкой спортсменов»		4	14	18		
32	Раздел 32. Особенности периодизации тренировочного процесса в различных видах аэробики спортивной направленности. Управление нагрузкой		4	10	13		
33	Раздел 33. Соревнования и показательные выступления		4	18	14		
34	Раздел 34. Моделирование соревновательной деятельности		2	10	24		
35	Раздел 35. Основы научно-исследовательской деятельности. Цели, задачи и проблематика научных исследований в фитнесе		4	10	4		
IV курс	Всего:153 часа (4,25 зачетных единиц)	8	18	58	68	9	Экзамен
36	Раздел 36. «Профессионально-педагогическая деятельность персонального тренера по фитнесу»			8	10		
37	Раздел 37. Организация соревновательной деятельности		6	12	9		

38	Раздел 38. Судейский семинар		6	10	2		
39	Раздел 39 Современные методы исследований		6	14	7		
40	Модуль 40 «Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы»			14	13		
41	Раздел 41. Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»				27	9	Экзамен
Всего за IV курс: 450 часов (8,5 зачетных единиц)			36	120	141	9	
Всего за курс: часа 1692			140	524	668	36	

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

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

5.2.1. Содержание экзаменационных требований для студентов 1 курса II семестра очной формы обучения

Вопросы для устного ответа:

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.

Содержание экзаменационных требований для студентов во II курса 4 семестра очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Кинезиология основных положений и простейших движений в аэробике.
2. Словесный метод, аудиовизуальные методы, моторные методы.
3. Визуальные методы управления группой.
4. Структура урока групповых программ по классической аэробике.
5. Особенности структуры урока в степ-аэробике.
6. Специфика построения урока танцевальных программ.
7. Общая характеристика аэробики спортивной направленности.
8. Спортивная аэробика: история, тенденции развития, характеристика номинаций.
9. Правила соревнований по спортивной аэробике.
10. Фитнес-аэробика: история, тенденции развития, характеристика номинаций.
11. Правила соревнований по фитнес-аэробике.
12. Спортивная йога: история, тенденции развития, характеристика номинаций.
13. Правила соревнований по спортивной йоге.
14. Составление положения о соревнованиях.
15. Характеристика соревнований группы «А» и «Б».

16. Характеристика тренировочных циклов в спортивных направлениях аэробики.
17. Микроцикл тренировки и его разновидности.
18. Понятие тренировочной нагрузки в спортивных направлениях аэробики.
19. Принятая в спортивной аэробике методика определения тренировочной нагрузки.
20. Проблема индивидуализации тренировочной нагрузки в соревновательных направлениях аэробики.
21. Различия между «внешней» и «внутренней» нагрузками в спортивных направлениях аэробики.
22. Методика управления нагрузками.
23. Основные положения методики отбора для занятий спортивными направлениями аэробики.
24. Специальная техническая подготовка в спортивной аэробике.
25. Понятие «базовых» упражнений в классической аэробике.
26. Перенос двигательного навыка и его значение для подготовки спортсменов в аэробике спортивной направленности.
27. Возрастные изменения в морфологии и работе функциональных систем организма человека.
28. Современный зал для занятий оздоровительной аэробикой и требования к его оборудованию.
29. Малое оборудование в аэробике и фитнес-гимнастике.
30. Современные тренажеры для развития спортивно-оздоровительных тренировок.
31. Общая характеристика кардиотренажеров.
32. Общая характеристика современных силовых тренажеров.

Содержание экзаменационных требований для студентов в III курса 6 семестра очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

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 двигательные-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.

Содержание экзаменационных требований для студентов в IV курса 8 семестра очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Технические средства обучения и тренажеры.
2. Основные принципы составления индивидуальных классификационных (соревновательных) комбинаций.
3. Типы комбинаций: учебные, классификационные в спортивной аэробике, спортивной йоге.
4. Структура тренировочного процесса в спортивной аэробике.
5. Периодизация подготовки в спортивной аэробике.
6. Понятие «макроцикла», «мезоцикла», «микроцикла» тренировки.
7. Моделирование соревновательной подготовки в спортивной аэробике.
8. Классификация типов телосложения: мышечный, торакальный и астеничный типы.
9. Особенности телосложения девочек, и мальчиков, начинающих спортивной аэробикой.
10. Методические особенности специализированного отбора.
11. Определение понятий «общая физическая подготовка» (ОФП) и «специальная физическая подготовка» (СФП), их основные цели и задачи.
12. Основные задачи и средства специальной физической подготовки высококвалифицированных спортсменов.
13. Методика воздействия средствами функционального тренинга на осанку, гибкость, массу тела, компоненты телосложения занимающихся.
14. Двигательно-координационные способности занимающихся спортивными видами аэробики и спортивной йогой.
15. Развитие гибкости в спортивной йоге.
16. Развитие скоростно-силовых способностей в спортивной аэробике.
17. Роль соревнований как фактора совершенствования на различных этапах подготовки спортсменов высокой квалификации.
18. Классификация соревнований.
19. Положение соревнований.
20. Основные направления научных исследований и научного обеспечения в спортивных видах аэробики.
21. Современные методы исследований в оздоровительных направлениях фитнеса.
22. Самооценка психоэмоционального состояния спортсмена.
23. Виды психологической подготовки в спортивной аэробике.
24. Приемы идеомоторного воспроизведения упражнений.
25. Приемы аутогенной тренировки.
26. Психорегулирующая тренировка.

27. Темперамент, его разновидности. Темперамент спортсменов в различных видах спортивной аэробики и спортивной йоги.
28. Основные методы психодиагностики в спортивных направлениях аэробики.
29. Методы психической саморегуляции в оздоровительных направлениях фитнеса.
30. Ведение документов планирования персональных тренировок в оздоровительном фитнесе.
31. Проведение централизованных сборов спортсменов высокой квалификации.
32. Тренеры-инструкторы и их функции.
33. Питание при занятиях оздоровительным фитнесом с целью похудения.
34. Рацион и режим питания спортсменов.
35. Регуляция массы тела за счет сбалансированного питания.
36. Основные направления научных исследований в фитнесе.
37. Типичные задачи исследования в оздоровительном фитнесе.
38. Основные методы исследования в фитнесе.
39. Бригадный метод научного обеспечения в спортивных направлениях аэробики.
40. Медицинский контроль в спортивно-оздоровительных центрах и фитнес-клубах.
41. Особенности тренировки с отягощением веса собственного тела.
42. Назначение и методика углубленных и этапных обследований в спортивной аэробике.
43. Комплексные методы инструментальных исследований в фитнесе.
44. Методы исследования физических качеств занимающихся фитнесом.
45. Методы исследования функционального состояния занимающихся фитнесом.
46. Правила обеспечения безопасности занятий в тренажерном зале.
47. Основные причины травматизма при занятиях фитнесом.
48. Фактор психологической подготовки в спортивных направлениях аэробики.
49. Методы психической саморегуляции на занятиях йогой.
50. Принципы подготовки спортсменов высокой квалификации.
51. Педагогический эксперимент и его методика.
52. Математическая статистика как метод исследования.
53. Анкетирование и опросы как метод исследования.
54. Метод видеорегистрации движений.

55.Методика работы над текстом и оформлением ВКР.

Примерная тематика курсовых работ

1. Развитие аэробики и фитнес-гимнастики: исторический аспект.
2. Кондиционная гимнастика: её место в системе оздоровительных видов гимнастики и фитнесе.
3. Технология различных видов аэробики:
 - классическая аэробика,
 - степ-аэробика,
 - фит-бол аэробика,
 - велоаэробика;
 - аэробика с элементами восточных видов единоборства;
 - йога;
 - силовые виды аэробики;
 - система Пилатес и др.
 - координационная гимнастика.
4. Возрастные особенности проведения занятий аэробикой и фитнес-гимнастикой.
 5. Физиологические аспекты занятий аэробикой и фитнес-гимнастикой.
 6. Психологические аспекты занятий аэробикой и фитнес-гимнастикой.
 7. Реабилитационная аэробика и фитнес-гимнастика
 8. Разработка и научное обоснование новых видов оздоровительной аэробики и фитнес-гимнастики.
 9. Спортивные виды аэробики и фитнеса и изменение состояния при занятиях ими.
 10. Воздействие занятий аэробикой и фитнес-гимнастикой на занимающихся разного возраста и состояния здоровья
 11. Музыкальное обеспечение занятий аэробикой и фитнес-гимнастикой.
 12. Предпринимательство в сфере фитнес-индустрии.

Примерные темы выпускных квалификационных работ студентов IV курса

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 спортсменов 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 спортсменов высокой квалификации (на примере фитнес-аэробики).
23. Изменение характера взаимосвязи показателей физической подготовленности спортсменов 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.

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

Выпускную квалификационную работу выполняют на актуальные в фитнесе темы, которые должны носить творческий, исследовательский, по возможности экспериментальный характер.

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

Применяемые формы текущего контроля:

- индивидуальный или групповой устный опрос;
- проверка выполнения практических заданий;
- проведение лабораторных работ;
- 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 работ.

Промежуточная аттестация осуществляется в конце года 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 экзамен, курсовая работа, апробация ВКР.

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 курсовых и выпускных квалификационных работ указаны в четвертом разделе программы (Структура и содержание дисциплины) для каждого года обучения.

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

а) 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.

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

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

- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
- Национальный цифровой ресурс «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 ВВК – 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.

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (аэробика и фитнес-гимнастика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 15 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ 1-2 семестр

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

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

1	<p>Выступления на семинарских занятиях</p> <p>по темам:</p> <p>1. Введение в дисциплину.</p> <p>2.История аэробики и фитнеса</p> <p>3Тенденции и перспективы развития современной фитнеса спортивно-оздоровительной направленности.</p> <p>4 Достижения национальных команд по спортивным видам аэробики (спортивной и фитнес-аэробики) в различных номинациях.</p> <p>5 Характеристика средств базовых видов фитнеса.</p> <p>5. Классификация, техника и методика обучении основным шагам классической аэробики</p> <p>6. Обучение модификациям хореографических элементов классической аэробики</p>	<p>1</p> <p>2</p> <p>4</p> <p>6</p> <p>8</p>	<p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p>
	<p>8. Классификация, терминология, техника упражнений классической аэробики, степ-аэробики.</p> <p>9. Теоретические основы формирования двигательного навыка в спорте.</p> <p>10.Цели, задачи, основные принципы оздоровительной тренировки</p>	<p>24</p> <p>26</p> <p>27</p> <p>29</p>	<p>5</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>5</p>
2	Тестирование знаний по теме:	5	5

	1. История фитнеса. 2. Терминология упражнений классической аэробики 3. Классификация и техника упражнений базовых видов фитнеса и аэробики	6 34	5 5
3	Контроль освоения практических навыков: 1. Контроль методических навыков обучения базовым двигательным действиям упражнения 2. Составление учебной комбинации групповых программ базовых видов фитнеса. 3. Контроль методических навыков обучения базовым двигательным действиям функциональных упражнений 4 Составление учебных комбинаций групповых программ .	11 13 31-33 33-35	5 5 5 5
4	Написание и защита реферата на тему: «История художественной гимнастики». «Разновидности фитнеса и характеристика различных направлений»	40	5 5
5	Посещение занятий	В течение семестра	5
	Экзамен	42-44	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 балл, 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 2 курса, 15 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка очной формы обучения

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

IV. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ 3-4 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения	Максимальное количество баллов
---	--	--	--------------------------------

		(в неделях) ²	
1	Выступления на семинарских занятиях	2-3	2
	по темам:	5-6	2
		10	2
	1. Биомеханические основы техники упражнений классической аэробики и упражнений на степ-платформах.		2
	1. Методика проведения групповых программ базовых видов фитнеса.	11	
	2. Принципы и методы оздоровительной тренировки.		2
	3. Боди балет в оздоровительном фитнесе.		
	4. Оздоровительная фитнес-гимнастика для взрослого населения и людей с ограниченными возможностями.	21	
	5. Двигательная активность, двигательные стереотипы и их роль в оздоровлении людей.		5
	6. Музыка как компонент упражнений и предмет обучения в аэробике..	24	
7. Специальная техническая подготовка в спортивной аэробике.	29	5	
	32	5	
2	Тестирование знаний по теме:	11	5
	1. Танцевальные направления в оздоровительном и спортивном фитнесе.		
	2. Двигательные ошибки и работа над ними.	26	5
	3. Специальная техническая подготовка в спортивной аэробике.	35	5
3	Контроль освоения практических навыков:	13	5
	1. Характеристика методов проведения групповых занятий в оздоровительном фитнесе.		
	2. Методика обучения правильным двигательным стереотипам для жизни и спортивной деятельности.	14	5
	3. Выполнение элементов мастерства, дорожек,		

² Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	танцевальных шагов, поддержек в спортивной аэробике.	26-27	5
		32-37	5
4	Написание и защита реферата на тему: «Круговая тренировка в оздоровительном фитнесе». «Виды специализации в спортивной аэробике (индивидуальные, парные, групповые упражнения)».	15	5
		40	5
5	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен	44-45	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, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (художественная гимнастика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 15 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка очной формы обучения

V. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

VI. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ 5-6 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ³	Максимальное количество баллов
1	Выступления на семинарских занятиях		2
	по темам:		
	1. Основы теории и методики отбора в гимнастике.	5	2
	2. Общая и специальная физическая и функциональная подготовка.	9	2
	3. Принципы и структура тренировочного процесса в гимнастике.	12	2
	4. Соревнования как вид деятельности и их классификация. Показательные выступления, спортивные праздники. Состав, структура и композиция комбинаций в спортивной аэробике.		
6. Организационные основы проведения соревнований.			

³ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	1. Цели, задачи и проблематика научных исследований в фитнесе.	15 24 28 32	2 5 5
2	Тестирование знаний по теме: 1. Общая, специальная физическая и функциональная подготовка в спортивной аэробике 2. Соревнования как вид деятельности и их классификация Организационные основы проведения соревнований. 4. Цели, задачи и проблематика научных исследований в оздоровительном фитнесе и спортивных направлениях аэробики.	11 14 30 38	5 5 5 5
3	Контроль освоения практических навыков: 1. Составление и проведение комплекса СФП для спортсменов различной квалификации в спортивной аэробике. 2. Разработка положения соревнований. 3. Постановка показательного номера, фитнес флешмоба . 1. Разработка батареи тестов и контрольных нормативов для одного из этапов отбора спортсменок, занимающихся спортивной аэробикой.	15 16 26-27 31-32	5 5 5 5
4	Написание и защита реферата на тему: «Проблема и критерии спортивной одаренности в спортивной аэробике». «Состав, структура и композиция соревновательных упражнений в спортивной аэробике в различных номинациях.»	16 41	5 5
5	Посещение занятий	В течение	10

		семестра	
	Экзамен	43-44	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 балл, 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.

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, 15 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка очной формы обучения

VII. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

7-8 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ⁴	Максимальное количество баллов
1	Выступления на семинарских занятиях		2
	по темам:		
	1. Психологическая и теоретическая подготовка.	1	2
	2. Интегральная подготовка спортсменов высшей квалификации.	5	
	3. Тренер и его команда		2
	4. Организационно-методическое обеспечение.		
	Документация тренера и спортсмена	11	2
	5. Медицинское обеспечение подготовки.		
	6. Питание. Регуляция веса	12	
7. Принципы подготовки спортсменов высокой квалификации.			
8. Современный учебно-тренировочный центр для подготовки.	13	2	
9. Научное обеспечение учебно-тренировочного процесса.	16	5	

⁴ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	9.Методика подготовки квалификационных работ на материале оздоровительного фитнеса или аэробики спортивной направленности. 10. Этапы выполнения выпускной квалификационной работы, апробация и защита	21 24 30 32	5 5 5 5
2	Тестирование знаний по теме: 1. Правила соревнований и основы судейства. 2. Судейский корпус соревнований разного типа.	11 14	5 5
3	Контроль освоения практических навыков: 1. Разбор на практике индивидуальных и групповых соревновательных упражнений по фактору трудности и артистичности. 2. Создание презентации к докладу на конференции по материалам ВКР	6-7 8 31-32	5 5 5
4	Написание и защита реферата на тему: «Психологическая подготовка в спортивной аэробике» «Тренер по спортивной аэробике и его бригада».	17 33	5 5
5	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен	34	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 балл, 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

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 (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 в избранном виде спорта»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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

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

3. Цель освоения дисциплины (модуля): освоить учебно-практический материал, необходимый для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в фитнес клубах, оздоровительных центрах, 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 реализуется на русском языке.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

- способность выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта (ПК-28);
- способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПК-30).

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

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 664 часа, самостоятельная работа студентов – 668 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 (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	Всего:198 часов (5,5 зачетных единиц)	1	18	90	90			
1.	Раздел 1 «Общие основы фитнеса как вида оздоровительно-спортивной деятельности населения. Введение в дисциплину. Понятие «фитнес, аэробика, велнес.		4	16	25			
2	Раздел 2. «История развития фитнеса и аэробики. Разновидности оздоровительного фитнеса»		4	18	14			
3	Раздел 3. «Принципы оздоровительной тренировки»		4	22	19			
4	Раздел 4. Фитнес-гимнастика и аэробика для дошкольников, школьников, студентов		2	18	16			

5	Раздел 5. «Обучение упражнениям»		4	16	16		
I курс	Всего:216 часов (6 зачетных единиц)	2	18	54	135	9	Экзамен
6	Раздел 6. Основы методики тренировки в спортивно- оздоровительном фитнесе»		2	6	10		
7	Раздел 7. «Материально- техническое обеспечение занятий аэробикой и фитнес-гимнастикой»		2	8	8		
8	Раздел 8. «Соревнования и показательные выступления»		2	10	24		
9	Раздел 9. «Система обеспечения занятий спортивно- оздоровительной аэробикой»		4	10	22		
10	Раздел 10. «Состав и композиция соревновательных упражнений по спортивной аэробике»		4	10	22		
11	Раздел 11 «Основы научно-исследовательской деятельности»		4	10	22		
12	Раздел 12. «Семестровый экзамен для студентов первого курса»				27	9	Экзамен
Всего за I курс: 522 часов (11,5 зачетных единиц)			36	144	225	9	
II курс	Всего:144 часа (4 зачетных единиц)	3	18	72	54		

13	Раздел 13. «Основы методики оздоровительной тренировки в аэробике и фитнес-гимнастике»		4	18	14		
14	Раздел 14. «Материально-техническое обеспечение занятий фитнесом»		6	18	12		
15	Раздел 15. Общие основы фитнеса как вида оздоровительно-спортивной деятельности населения		4	18	14		
16	Раздел 16. Аэробика и фитнес-гимнастика для дошкольников, школьников, студентов		4	18	14		
II курс	Всего:198 час (5,5 зачетных единиц)	4	14	72	103	9	Экзамен
17	Раздел 17. Биомеханические основы техники фитнес-упражнений		4	12	20		
18	Раздел 18. Структура и классификация упражнений фитнес-гимнастики		2	12	13		
19	Раздел 19. «Групповые программы на силу, гибкость, ловкость, равновесие»		4	28	31		
20	Раздел 20. «Обучение фитнес-упражнениям»		4	20	12		
21	Раздел 21.				27	9	Экзамен

	«Семестровый экзамен для студентов второго курса»						
Всего за II курс: 306 часа (9,5 зачетных единиц)			32	144	157	9	
III курс	Всего:126 часов (3,5 зачетных единиц)	5	18	58	50		
22	Раздел 22. «Музыка как компонент обучения и создания положительного эмоционального фона в фитнесе»		4	14			
23	Раздел 23. Специальная техническая подготовка в спортивных видах аэробики		4	14	18		
24	Раздел 24. «Хореографическая подготовка»		8	16	12		
25	Раздел 25. «Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки в спортивной аэробике»		2	14	20		
III курс	Всего:180 часа (5 зачетных единиц)	6	18	58	95	9	Экзамен
26	Раздел 26. «Объективные условия спортивной деятельности в современном пятиборье»		4	10	22		
27	Раздел 27. Состав, структура и композиция комбинаций в спортивной аэробике»		6	18	12		
28	Раздел 28. «Основы теории и методики отбора в спортивной аэробике»		4	20	12		
29	Раздел 29. Общая, специальная физическая и		4	10	22		

	функциональная подготовка в спортивных видах аэробики»						
30	Раздел 30. «Семестровый экзамен для студентов третьего курса»				27	9	Экзамен
Всего за III курс: 414 часов (8,5 зачетных единиц)			36	116	145	9	
IV курс	Всего:153 часов (4,25 зачетных единиц)	7	18	62	73		
31	Раздел 31. «Управление подготовкой спортсменов»		4	14	18		
32	Раздел 32. Особенности периодизации тренировочного процесса в различных видах аэробики спортивной направленности. Управление нагрузкой		4	10	13		
33	Раздел 33. Соревнования и показательные выступления		4	18	14		
34	Раздел 34. Моделирование соревновательной деятельности		2	10	24		
35	Раздел 35. Основы научно-исследовательской деятельности. Цели, задачи и проблематика научных исследований в фитнесе		4	10	4		
IV курс	Всего:153 часа (4,25 зачетных единиц)	8	18	58	68	9	Экзамен
36	Раздел 36. «Профессионально-педагогическая деятельность персонального тренера по фитнесу»			8	10		
37	Раздел 37. Организация		6	12	9		

	соревновательной деятельности						
38	Раздел 38. Судейский семинар		6	10	2		
39	Раздел 39 Современные методы исследований		6	14	7		
40	Модуль 40 «Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы»			14	13		
41	Раздел 41. Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»				27	9	Экзамен
Всего за IV курс: 450 часов (8,5 зачетных единиц)			36	120	141	9	
Всего за курс: часа 1692			140	524	668	36	

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



Институт спорта и физического воспитания

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б.1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

49.03.01 «Физическая культура»

(код и наименование)

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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



Институт спорта и физического воспитания

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**«Б.1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта:
бадминтон, бильярд, настольный теннис»**
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

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

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

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

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис»

Цель освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис» является: изучение учебно-методического и практического материала по индивидуально-игровым видам спорта, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 «Физическая культура» владеющих теоретическими знаниями об избранном виде спорта научных достижений в нашей стране и за рубежом и умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации, для работы в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва (СДЮСШОР), училищах олимпийского резерва (УОР), школах высшего спортивного мастерства (ШВСМ), сборных командах, высших и средних специальных учебных заведениях,

2. Место дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис» в структуре ООП (ОПОП) базовой части Б1.Б.20

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис» является системообразующей (сквозной) в едином междисциплинарном образовательном процессе, направленном на последовательное и закономерное формирование у студентов профессионально-педагогического мастерства (комплекса общекультурных и профессиональных компетенций).

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис» относится к профессиональному циклу базовой части основной образовательной программы (ООП) по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», по профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта».

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис» входит в систему наук, ориентированную на запросы спорта и на оздоровительную физическую культуру. Как сквозная дисциплина её изучение наиболее тесно связано и опирается, прежде всего, на дисциплины профессионального цикла «Теория и методика физической культуры», «Теория спорта» и «Спортивно-педагогическое совершенствование».

Учебная дисциплина базируется на логической и содержательно-методической взаимосвязи со следующими дисциплинами: история физической культуры, анатомия, физиология спорта, биохимия, биомеханика, спортивная метрология, спортивная медицина, психология физической культуры, педагогика физической культуры, правовые основы профессиональной деятельности, безопасность жизнедеятельности и др.

Данная дисциплина тесно взаимосвязана и способствует прохождению практик по получению первичных профессиональных умений и навыков и практик по получению профессиональных умений и опыта в профессиональной деятельности.

Освоение учебного материала студентами проходит в теоретических, методических, семинарских, практических, самостоятельных занятий и учебной практике. 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 избранным видом спорта, включая ветеранов и теннисистов-инвалидов. Отмечается важность нравственно-духовного совершенствования человека в процессе игровой и соревновательной деятельности в избранном виде спорта, 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.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП) Б1.Б.20

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-3	Знать: - основы теории и методики физической культуры и спорта; - принципы и методы обучения; - медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся; - требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта.	3 4 5 6		4 5 6 7
	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта;	3 4 5		4 5 6

	- разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.	6		7
	<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.	3 4 5 6		4 5 6 7
ОПК-6	<i>Знать:</i> состав средств и методов избранного вида спорта при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста.	1 2 3 4		2 3 4 5
	<i>Уметь:</i> - применять средства и методы избранного вида спорта для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при проведении занятий с лицами различного пола и возраста	1 2 3 4		2 3 4 5
	<i>Владеть:</i> - построения тренировочных программ оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов.	1 2 3 4		2 3 4 5
ОПК-8	<i>Знать:</i> правила соревнований по избранному виду спорта; – документы планирования и проведения соревнований; – особенности организации и проведения соревнований различного уровня; – обязанности организаторов и судей соревнования; – основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований	1 2		2 3
	<i>Уметь:</i> организовывать и проводить соревнования различного уровня; – осуществлять объективное судейство соревнований; – обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований	1 2		2 3
	<i>Владеть:</i> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований	1 2		2 3
ОПК-11	<i>Знать:</i> - основы научно-методической деятельности; - апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта; - методы научного анализа и обработки результатов исследований; - методы формулирования и представления обобщений и выводов.	5 6		6 7
	<i>Уметь:</i> - выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта - применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и	5 6		6 7

	<p>спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 			
	<p><i>Владеть:</i> методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.</p>	5 6		6 7
ПК-8	<p><i>Знать:</i> - истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 2		2 3
	<p><i>Уметь:</i> - использовать на занятиях избранным видом спорта знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности 	1 2		2 3
	<p><i>Владеть:</i> - умениями осуществлять тренерскую деятельность в избранном виде спорта с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - современными технологиями тренировки в избранном виде спорта; - умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности. 	1 2		2 3
ПК-9	<p><i>Знать:</i> - психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям избранным видом спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции. 	3 4 5 6		4 5 6 7
	<p><i>Уметь:</i> - использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям избранным видом спорта и воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции.</p>	3 4 5 6		4 5 6 7
	<p><i>Владеть:</i> - умением формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции. 	3 4 5 6		4 5 6 7
ПК-10	<p><i>Знать:</i> - теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики отбора и спортивной ориентации в избранном 	7 8		8 9

	<p>виде спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 			
	<p><i>Уметь:</i> - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе;</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять предрасположенность к занятиям определенными видами спорта; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта. 	7 8		8 9
	<p><i>Владеть:</i> - умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.</p>	7 8		8 9
ПК-11	<p><i>Знать:</i> - федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта, примерные программы подготовки по виду спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - закономерности становления спортивного мастерства и формирования адаптационных процессов в ведущих функциональных системах; - содержание тренировочного процесса на этапах детско-юношеского и массового спорта; - медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку на этапах детско-юношеского и массового спорта; - методы планирования тренировочного процесса. 	7 8		9 10
	<p><i>Уметь:</i> - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам;</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки). 	7 8		9 10
	<p><i>Владеть:</i> - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - информационными и компьютерными технологиями при разработке документов планирования; - навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности. 	7 8		9 10
ПК-13	<p><i>Знать:</i> - виды и методы педагогического контроля и учета его результатов;</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и организацию педагогического контроля в избранном виде спорта; - актуальные технологии управления состоянием 	5 6 7 8		6 7 8 9

	спортсмена.			
	<i>Уметь:</i> - разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение;	5 6 7 8		6 7 8 9
	- пользоваться профессиональным инструментарием для сбора информации;			
	- фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля;			
	- находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся.			
	<i>Владеть:</i> - способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.	5 6 7 8		6 7 8 9
ПК-14	<i>Знать:</i> - основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта;	1-2 3-4 5-6		
	- средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта.			
	<i>Уметь:</i> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий;	1-2 3-4 5-6		1-2 3-4 5-6
- в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.			7-8 9-10	
<i>Владеть:</i> - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности;	1-2 3-4 5-6		1-2 3-4 5-6	
- способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.			7-8	
ПК-15	<i>Знать:</i>	5		7
	- средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности;	6 7		8 9
	- эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.	8		10
	<i>Уметь:</i>	5		7
	- осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности;	6 7		8 9
- сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.	8		10	
<i>Владеть:</i>	5		7	
- навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;	6 7		8 9	
- средствами и методами сохранения и поддерживать спортивной формы.	8		10	
<i>Владеть:</i>	1		2	
- навыками безопасной и эффективной работы и качественного ухода за оборудованием и инвентарем.	2 5		3 6	
- навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки;	6 8		7 9	
- методами разработки отчетной документации;				
- навыками принятия управленческого решения.				
ПК-26	<i>Знать:</i>	1		2
	- санитарно-гигиенические нормы (САНПИН);	2		3
	- технологию составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и	3		6

	инвентарем; - функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки; - методы составления финансовых документов.	4		7 9
	<i>Уметь:</i> - составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивный экипировки, инвентарь, оборудования; - осуществлять качественный уход за применяемыми в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем; - выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги; - работать с нормативными документами, относящимися к профессиональной деятельности.	1 2 3 4		2 3 6 7 9
	<i>Владеть:</i> - навыками безопасной и эффективной работы и качественного ухода за оборудованием и инвентарем. - навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки; - методами разработки отчетной документации; - навыками принятия управленческого решения.	1 2 3 4		2 3 6 7 9
ПК-28	<i>Знать:</i> - методы и средства сбора информации, а также основные источники информации о физической культуре и спорте; - основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; - принципы организации и проведения научно-исследовательских работ; - основы теории планирования эксперимента; - способы статистической обработки полученных результатов.	1 2 3 4 5 6		2 3 5 6 7 8
	<i>Уметь:</i> - планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик; - статистически обрабатывать и анализировать результаты; - осуществлять научный анализ, общение и оформление результатов исследований; - использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния занимающихся.	1 2 3 4 5 6		2 3 5 6 7 8
	<i>Владеть:</i> - навыками получения и первичной обработки информации о достижениях в сфере ФКиС из различных источников; - основами организации и проведения научно-исследовательских работ; - навыками рационального использования учебно-лабораторного и управленческого оборудования, специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техникой. - использования информационных технологий для планирования и коррекции процессов профессиональной	1 2 3 4 5 6		2 3 5 6 7 8

	деятельности; - навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в профессиональной деятельности.			
ПК-30	Знать: - принципы организации научного исследования; - основы научного поиска, обработки и систематизации данных.	7 8		9 10
	Уметь: - проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов; - использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся.	7 8		9 10
	Владеть: - опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности.	7 8		9 10

4. Структура и содержание дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта: индивидуально-игровые виды спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис»

Общая трудоемкость дисциплины составляет на очной форме обучения **47 зачетных единиц**, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 664 часов, самостоятельная работа студентов – 982 часа.

Общая трудоемкость дисциплины на заочной форме обучения составляет **47 зачетных единиц**, экзамены – 45 часов, аудиторных занятий – 188 часов и 1459 часов самостоятельная работа студентов

4.1. Тематический план дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис»

заочная форма обучение

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Педагогическое мастерство специалиста в избранном виде спорта:	1	4	8	100		

	бадминтоне, бильярде, настольном теннисе							
2	Раздел 2. История, современное состояние и перспективы развития индивидуально-игровых видов спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	1	4	14	180			
3	Раздел 3. Стратегия, техника и тактика соревновательной деятельности избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	3	4	22	210			
4	Раздел 4. Система спортивной подготовки спортсменов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	4	4	26	200			
5	Раздел 5 Планирование и управление подготовкой спортсменов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	5	2	28	100			
6	Раздел 6. Индивидуально-игровые виды спорта: бадминтон, бильярд и настольный теннис в сфере массово-оздоровительной работы	6	4	10	110			
7	Раздел 7. Основные правила и методика проведения и судейства соревнований по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису	6-7	4	10	230			
8	Раздел 8. Материально-техническое обеспечение избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	8-9	4	22	190			
9	Раздел 9. Основы научно-исследовательской деятельности в избранном виде спорта	9-10	2	16	139			
10	Экзамен					45	Экзамен,	
Итого часов:			32	156	1459	45		
Всего			1692					

**4.2. Тематический план дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис»
очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Педагогическое мастерство специалиста в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1, 3	8	22	20		
2	Раздел 2. История, современное состояние и перспективы развития индивидуально-игровых видов спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	1	12	40	50		
3	Раздел 3. Стратегия, техника и тактика соревновательной деятельности избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	1, 2, 3, 4	26	122	120		
4	Раздел 4. Система спортивной подготовки спортсменов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	5, 6, 7	22	106	120		
5	Раздел 5 Планирование и управление подготовкой спортсменов в индивидуально-игровых видах спорта бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	6, 7, 8	26	100	120		
6	Раздел 6. Индивидуально-игровые виды спорта в сфере массово-оздоровительной работы	3, 4	14	56	60		
7	Раздел 7. Основные правила и методика проведения и судейства соревнований по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису	2	10	40	30		
8	Раздел 8. Материально-техническое обеспечение в избранном виде спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	2	10	40	78		
9	Раздел 9. Основы научно-исследовательской деятельности в избранном виде спорта	6-8	12	50	90		
10	Экзамен					36	экзамен
Итого часов:			140	524	992	36	экзамен

Всего	1692	
-------	------	--

**Структура и содержание дисциплины «Теория и методика
избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис»
очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1 курс							
1	Раздел 1. Педагогическое мастерство специалиста в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1	4	4	16		
1.1.	Введение в дисциплину «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис»	1	2	2	8		
1.2.	Основные направления профессиональной деятельности специалиста в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	1	2	2	8		
2	Раздел 2 История, современное состояние и перспективы развития индивидуально-игровых видов спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	1	10	24	72		
2.1	Индивидуально-игровые виды спорта в системе физического воспитания России	1	2	2	12		
2.2	История развития индивидуально-игровых видов спорта в СССР и России	1	2	4	16		
2.3	История, современное состояние и перспективы развития индивидуально-игровых видов спорта в мире и Европе	1	2	8	14		
2.4	Современное состояние и перспективы развития индивидуально-игровых видов спорта в России	1	2	4	8		

2.5	Настольный теннис и бадминтон в Олимпийских играх	1		4	12		
2.6.	Актуальные вопросы развития индивидуально-игровых видов спорта на современном этапе	1	2	2	10		
3	Раздел 3. Стратегия, техника и тактика соревновательной деятельности избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	1	2	10	26		
3.1	Объективные условия соревновательной деятельности в индивидуально-игровых видах спорта	1	2	6	14		
3.2	Классификация, систематика и терминология в избранном виде спорта	1		4	12		
5.	Раздел 5 Планирование и управление подготовкой спортсменов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	2	4	18	38		
5.2.	Структура, задачи и основные направления деятельности Международной и Европейской федераций избранного вида спорта	2	2	10	20		
5.3	Структура, задачи и основные направления деятельности российской федераций избранного вида спорта	2	2	8	18		
6.	Раздел 6 Индивидуально-игровые виды спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис в сфере массово-оздоровительной работы	2	4	6	8		
6.1	Техника безопасности в массовых занятиях индивидуально-игровыми видами спорта	2	2	6	8		
4.	Раздел 4 Система спортивной подготовки спортсменов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	2	2	16	24		
4.3.	Цели, задачи и содержание спортивной тренировки и частей занятия	2	2	6	10		
4.4.	Организация процесса обучения: методика подачи строевых команд и управления группой, методика объяснения и показа упражнений, методика проведения разминки	2		10	14		
7	Раздел 7 Основные правила и методика проведения и судейства соревнований по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису	2	6	26	55		

7.1.	Правила соревнований в избранном виде спорта	2	2	8	20		
7.2.	Положение о соревновании и методика его составления	2	2	8	12		
7.3.	Методика организации и судейства соревнований	2	2	10	23		
8.	Раздел 8 Материально-техническое обеспечение избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	2	6	30	70		
8.1	Техника безопасности при применении инвентаря в индивидуально-игровых видах спорта и профилактика травматизма	2		2	8		
8.2.	Инвентарь для игры в избранном виде спорта и его технические характеристики	2	2	10	18		
8.3.	Оборудование залов и сооружений, содержание и ремонт инвентаря и оборудования	2	2	6	14		
8.4.	Эксплуатация зданий и помещений для индивидуально-игровых видов спорта	2		2	8		
8.5.	Материально-техническое обеспечение соревнований и учебно-тренировочных сборов	2	2	2	10		
8.6.	Тенденции развития современной материально-технической базы в избранном виде спорта	2		2	12		
9	Раздел 9 Основы научно-исследовательской деятельности в избранном виде спорта	2	2	10	24		
9.1.	Современное состояние и направления развития НИР в избранном виде спорта	2		4	12		
9.2.	Основные направления современных исследований в области теории и методики спорта	2	2	6	12		
	Экзамен	2				9	экзамен
	Всего за 1 год обучения		36	144	333	9	
2 курс							
1	Раздел 1. Педагогическое мастерство специалиста в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3	6	18	18		
1.1.	Введение в дисциплину «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис»	3		2	2		
1.3.	Модельные характеристики профессиональной деятельности тренера	3	2	4	2		
1.4.	Функции тренера	3	2	2	2		
1.5.	Педагогические способности тренера	3	2	4	2		

1.6.	Стили деятельности тренера	3		2	2		
1.7.	Деловые и личностные взаимоотношения	3		2	2		
1.8	Конфликты в спортивной деятельности	3		2	6		
2	Раздел 2 История, современное состояние и перспективы развития индивидуально-игровых видов спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	3		6	10		
2.4	Современное состояние и перспективы развития индивидуально-игровых видов спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса			4	6		
2.6.	Актуальные вопросы развития бадминтона, бильярда, настольного тенниса на современном этапе			2	4		
3	Раздел 3. Стратегия, техника и тактика соревновательной деятельности избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	3	2	6	8		
3.7.	Новое в стратегии, тактике и технике игры бадминтона, бильярда, настольного тенниса	3		2	4		
3.6.	Психолого-педагогическая характеристика соревновательной деятельности в индивидуально-игровых видах спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3	2	4	4		
3.4.	Тактика индивидуально-игровых видов спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	3	8	28	22		
3.4.1	Общая характеристика тактики игры в бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3	2	4	4		
3.4.2	Классификация тактики и стилей игры в бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3	2	4	4		
3.4.3	Тактика игры в нападении	3	2	4	4		
3.4.4	Тактика игры в защите	3		4	4		
3.4.5	Тактика комбинированной игры	3		4	2		
3.4.6	Тактика подачи и приема подач	3		4	2		
3.4.7	Тактика командной и парной игры	3	2	4	2		
4	Раздел 4. Система спортивной подготовки спортсменов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3	8	48	32		
4.3.	Физические качества и специальная работоспособность в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3	8	46	4		
4.3.1	Требования к физическим качествам	3	2	6	4		

	и специальной работоспособности в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе						
4.3.2.	Скоростные качества в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3	2	6	4		
4.3.3	Силовые качества в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3		6	4		
4.3.4.	Скоростно-силовые качества в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3	2	6	4		
4.3.5	Ловкость и координационные способности в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3	2	6	4		
4.3.6	Гибкость и способность к расслаблению в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3		6	2		
4.3.7	Выносливость в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	3		6	2		
4.5.	Требования к специальной работоспособности и физическим качествам в бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	4		6	4		
6	Раздел 6. Индивидуально-игровые виды спорта: бадминтон, бильярд и настольный теннис в сфере массово-оздоровительной работы	4	6	32	23		
6.2	Особенности проведения занятий избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом с различным контингентом занимающихся	4	2	4	5		
6.2.1	По месту жительства	4		4	2		
6.2.2	В оздоровительных лагерях	4		4	4		
6.2.3	В общеобразовательных школах, средних и высших учебных заведениях	4	2	4	4		
6.3	Организация средствами избранного вида спорта внеурочной и секционной работы	4	2	4	2		
6.4.	Бизнес-планирование, формирование, ценообразование и продвижение услуг избранного вида спорта	4		4	2		
6.5.	Организация и проведение рекламы и связи с общественностью в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	4		4	2		
6.6.	Шоу-бизнес с использованием избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	4		4	2		

9	Раздел 9. Основы научно-исследовательской деятельности в избранном виде спорта	4	2	6	8		
9.1.	Современное состояние и направления развития НИР в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	4	2	4	4		
9.3.	Задачи и организация НИР в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	4		2	4		
	Экзамен	4				9	экзамен
	Всего за 2 курс		32	144	121	9	
3 курс							
1	Раздел 1. Педагогическое мастерство специалиста в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	5		2	6		
1.1.	Введение в дисциплину «Теория и методика избранного вида спорта»	5		2	6		
2	Раздел 2. История, современное состояние и перспективы развития индивидуально-игровых видов спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	5		4	20		
2.4	Современное состояние и перспективы развития бадминтона, бильярда, настольного тенниса	5		2	10		
2.6.	Актуальные вопросы развития бадминтона, бильярда, настольного тенниса на современном этапе	5		2	10		
3	Раздел 3. Стратегия, техника и тактика соревновательной деятельности избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	5	12	46	92		
3.7.	Новое в стратегии, тактике и технике игры в избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	5		2	6		
3.5.	Техника избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	5	12	44	86		
3.5.1.	Общая характеристика техники игры, классификация техники избранного вида спорта	5	4	8	24		
3.5.2.	Основы техники игры избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	5	4	26	32		
3.5.3.	Биомеханические особенности выполнения ударов в избранном виде спорта	5	2	4	12		
3.5.4.	Аэродинамические особенности полета спортивного снаряда в избранном виде спорта	5	2	4	12		

3.5.5.	Критерии эффективности спортивной техники игры в избранном виде спорта	5		2	6		
4	Раздел 4. Система спортивной подготовки спортсменов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	6	8	54	101		
4.3.	Основные средства тренировки и методы их применения	6	2	6	6		
4.4.	Основы методики обучения в избранном виде спорта	6	6	26	44		
4.4.1.	Дидактические принципы обучения	6	2	2	10		
4.4.2.	Двигательные умения и навыки	6	2	2	6		
4.4.3.	Основные методы обучения в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	6	2	12	12		
4.4.4.	Прочность обучения	6		2	6		
4.4.5.	Применение технических средств обучения в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	6		6	10		
4.5.	Виды подготовок в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	6	6	28	57		
4.5.1.	Техническая подготовка в избранном виде спорта	6	2	6	15		
4.5.2.	Тактическая подготовка в избранном виде спорта	6	2	6	12		
4.5.3	Физическая подготовка в избранном виде спорта	6	2	6	12		
4.5.4.	Психологическая подготовка в избранном виде спорта	6		4	10		
4.5.5	Интеллектуальная и теоретическая подготовка в избранном виде спорта	6		4	8		
9	Раздел 9. Основы научно-исследовательской деятельности в избранном виде спорта	6	4	10	34		
9.4.	Научно-практические проблемы и перспективы НИР в избранном виде спорта	6	2	2	10		
9.5.	Методы и методики исследования в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	6	2	4	10		
9.6	Научно-методические основы экспериментально-исследовательской работы студентов	6		2	4		
9.7	УИРС в курсовых и квалификационных работах	6		2	10		
	Экзамен	6				9	Экзамен, курсовая работа
	Всего за 3 курс		36	116	253	9	
	4 курс						

1	Раздел 1. Педагогическое мастерство специалиста в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7		2	4		
1.1.	Введение в дисциплину «Теория и методика настольного тенниса»	7		2	4		
2	Раздел 2. История, современное состояние и перспективы развития индивидуально-игровых видов спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	7		4	13		
2.4	Современное состояние и перспективы развития настольного тенниса	7		2	6		
2.6.	Актуальные вопросы развития настольного тенниса на современном этапе	7		2	7		
5	Раздел 5 Планирование и управление подготовкой спортсменов в избранном виде спорта бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7	18	58	128		
5.1.	Общие основы теории управления в спорте	7	2	2	6		
5.5.	Особенности управления процессом спортивного совершенствования в различных звеньях системы спортивной подготовки	7		2	10		
5.6.	Планирование спортивного совершенствования	7	2	4	12		
5.7	Основные закономерности построения спортивной тренировки	7		4	8		
5.8.	Характеристика методов тренировки, направленность их воздействия на организм	7	2	4	8		
5.8.1.	Разновидности тренировочного эффекта: срочный, отставленный, кумулятивный	7		2	8		
5.8.2.	Тренировочная нагрузка и характеризующие ее показатели	7	2	4	8		
5.9.	Структура годичного тренировочного цикла в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7	2	4	8		
5.10	Спортивный дневник – основа учета и контроля тренировочной нагрузки, анализа спортивных результатов	7	2	2	6		
5.11	Прогнозирование спортивных результатов	7	2	4	6		
5.12	Моделирование спортивной деятельности избранного вида спорта	7		4	8		
5.13	Теория и система спортивного отбора	7	2	8	12		
5.14	Контроль и учет спортивного совершенствования	7	2	6	8		

5.15	Современные подходы к контролю за подготовленностью высококвалифицированных игроков в избранном виде спорта	7		4	8		
5.16	Современные проблемы управленческой деятельности в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	7		2	6		
5.17	Особенности психологической подготовки в спорте высших достижений	7		2	6		
4.5.	Многолетняя подготовка в ДЮСШ по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису	8	12	34	92		
4.5.1	Особенности подготовки спортсменов в ДЮСШ, СДЮШОР, клубах, сборных командах различного уровня	8	4	8	20		
4.5.2.	Особенности методики спортивной тренировки спортсменов в группах различной квалификации	8	2	6	20		
4.5.3.	Планирование подготовки спортсменов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства	8	4	8	24		
4.5.4	Отбор и прогнозирование спортивных результатов на этапах многолетней спортивной подготовки	8	2	8	20		
4.5.5.	Воспитательная работа в процессе многолетней подготовки	8		4	8		
9	Раздел 9 Основы научно-исследовательской деятельности в избранном виде спорта	8	6	22	48		
9.5	Методы и методики исследования избранном виде спорта	8	4	6	14		
9.6	Научно-методические основы экспериментально-исследовательской работы студентов	8	2	6	10		
9.7	УИРС в курсовых и квалификационных работах	8		10	24		
	Экзамен	8				9	экзамен
	Всего за 4 курс		36	120	285	9	
	ИТОГО		140	576	688	36	

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис».

5.1. *Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационных справках по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис, боулинг»*

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости представлены в Приложениях к рабочей программе дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис».

5.2. *Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис».*

Примерная тематика рефератов курсовых и выпускных квалификационных работ

История избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис

- 1.Эволюция правил игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
- 2.Эволюция развития инвентаря в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
- 3.Возникновение и развития избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса в мире на начальном этапе становления.
- 4.История чемпионатов мира по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису и их чемпионы.
- 5.Возникновение и развитие избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса в России (начальный этап).
- 6.Развитие избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса в СССР с 20 по 45 годы.
- 7.Развитие избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса в СССР с1946 по 1960 годы.
- 8.Развитие избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса в СССР с 60 по 90 годы.
- 9.Личные чемпионаты России по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису и их чемпионы.
- 10.Настольный теннис и бадминтон в олимпийском движении. Результаты Олимпийских игр.
- 11.Состояние и актуальные проблемы развития избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса на современном этапе.
- 12.Методика подготовки положения о соревновании по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису.

Спортивный инвентарь и оборудование

- 1.Характеристика современных столов и сеток для игры в настольный теннис, бадминтон и на бильярде.
- 2.Характеристика современных накладок для игры в настольный теннис.

3.Характеристика современных ракеток для игры в настольный теннис и бадминтон.

4.Характеристика современных киев для игры на бильярде.

5.Характеристика современных мячей, шаров и воланов для игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

6.Характеристика современной спортивной одежды для игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

7.Требования к оборудованию и эксплуатации зала для игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

Соревновательная деятельность, техника и тактика

1.Анализ соревновательной деятельности сильнейших игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

2.Определение модельных характеристик игроков разного стиля игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

3.Анализ технических элементов игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

4.Анализ эффективности элементов игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

5.Анализ тактики элементов игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

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

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

8.Изучение электрической активности мышц при игре в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

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

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

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

12.Биомеханический анализ техники игры в избранном виде спорта.

Общая и специальная подготовка игроков в избранном виде спорта

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

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

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

4. Изучение и разработка методик составления специальных разминочных комплексов для игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

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

6. Разработка методов контроля различных видов подготовки игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

Управление процессом спортивной подготовки игроков в избранном виде спорта

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

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

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

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

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

6. Совершенствование методов отбора спортсменов на различных этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

Перечень вопросов для проведения промежуточной аттестации по темам дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис»

История, современное состояние и перспективы развития избранного вида спорта

1. Возникновение и начальный этап развития избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса в мире.

2. Развитие избранного вида спорта в России и СССР до Великой Отечественной войны.

3. Развитие избранного вида спорта в России и СССР с 1945 года до выхода на международную арену.

4. Успехи отечественного избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса на международной спортивной арене.

5. Выдающиеся советские и российские спортсмены и тренеры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

6. Федерация избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса России. Структура, чемпионаты России, командные и личные соревнования и турниры.

7. Международная Федерация избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса. Создание, структура, официальный язык. Чемпионаты мира и их чемпионы, международные соревнования, проводимые под эгидой международной федерации.

8. Европейская федерация избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса, ее создание, структура, официальный язык. Чемпионаты Европы и их чемпионы, международные соревнования, проводимые под эгидой Европейской федерацией избранного вида.

9. Современные достижения российских спортсменов на международных соревнованиях по избранному виду спорта (ЧЕ и ЧМ). Успехи отечественных спортсменов на Олимпийских играх 1988-2012 гг.

10. Актуальные проблемы развития избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса в России и достижения российских спортсменов.

11. Раскройте актуальные проблемы и тенденции развития избранного вида спорта в мире: бадминтона, бильярда, настольного тенниса.

12. Содержание просмотренных сайтов по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису.

13. Современное состояние перспективы развития избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса.

14. Актуальные проблемы и тенденции развития избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса в мире.

15. Актуальные проблемы развития избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса в России. Итоги спортивного года.

16. Итоги последнего командного и личного чемпионата мира по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису.

17. Итоги последнего командного и личного чемпионата России по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису.

18. Эссе «Мои достижения в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе».

19. Современное состояние перспективы развития избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса.

21. Актуальные проблемы и тенденции развития избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса в мире.

Педагогическое мастерство тренера

1. Многогранность и приоритетные направления профессиональной деятельности тренера в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

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

3. Основные требования к личности тренера в избранном виде спорта.

4. Направления профессионально-педагогической деятельности тренера в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

5. Специфика работы тренера в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

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

7. Соотношение научно-методических, нормативных рекомендаций и творчества в деятельности тренера.

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

9. Направления интеллектуального и профессионального самообразования будущего молодого специалиста в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

2. Система выполнения и присвоения спортивных разрядов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

3. Модельные характеристики специалиста в избранном виде спорта, основные направления его деятельности.

7. Профессиональная культура специалиста в области физического воспитания и спорта, формы ее реализации в профессиональной деятельности.

8. Нравственные ориентиры и принципы в деятельности специалиста по физической культуре и спорту.

9. Общая характеристика системы принципов, определяющих деятельность специалиста по физической культуре и спорту.

10. Структура деятельности тренера в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

11. Права и обязанности тренера.

12. Стили деятельности тренера и способы управления коллективом их особенности и недостатки.

13. Задачи управления детским коллективом.

14. Индивидуальный подход в обучении и воспитании, его значение в тренировочном процессе.

15. Конфликты в спортивной практике в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

16. Педагогический анализ соревновательной деятельности в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе. Показатели анализа соревновательной деятельности (эффективность, результативность, надежность, объем и др.) и способы их расчета.

17. Тенденции развития материально-технической базы в современном избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

18. Современные проблемы управленческой деятельности в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

Стратегия техника и тактика соревновательной деятельности в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе

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

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

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

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

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

Тактика избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса

1. Взаимосвязь и взаимозависимость тактической, технической и физической видов подготовок.

2. Классификация стилей игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

3. Классификация тактических вариантов игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

4. Тактика парной игры.

5. Тактика подач.

6. Тактика игры на приеме подач.

7. Тактика игры защитника против различных стилей игры.

8. Реферат по теме «Тактика игры в избранном виде спорта»

9. Тактика игры нападающего против различных стилей игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

10. Тактика игры контратакующего игрока против различных стилей игры.

11. Тактика игры игрока универсального стиля игры против различных стилей игры.

12. Тактика игрока защитного стиля игры, использующего элементы атаки против различных стилей игры.

13. Тактика поведения игрока в ходе встречи.

14. Дать определение: «тактика игры», «форма», «способы и средства ведения игры», «тактический вариант», «тактическая комбинация», «игровой ход».

Физические качества и специальная работоспособность в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе

1. Виды физической подготовки и ее место в общей системе подготовки игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

2. Содержание специальной физической подготовки и ее место в общей системе подготовки игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
3. Требования к физической подготовленности игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
4. Методика воспитания силовых способностей.
5. Методика воспитания скоростных способностей.
6. Методика воспитания скоростно-силовых способностей.
7. Виды выносливости и методика ее воспитания. Ее значение для избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса.
8. Методика воспитания гибкости, ее значение для занятий избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом.
9. Методика воспитания координации движений и ловкости, ее значение для занятий в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
10. Специализированные качества игрока в избранном виде спорта (чувство мяча, чувство волана, чувство ракетки, чувство кия и т.п.).
11. Средства, формы и методы развития и совершенствования специализированных качеств у игроков в избранном виде спорта (чувство мяча, чувство ракетки и т.п.).
12. Подвижные игры в занятиях избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом.
13. Двигательно-координационные способности. Характеристика их разновидностей (способность поддерживать равновесие, точно выполнять движения, регулировать тоническую напряженность).
14. Физиологические механизмы, определяющие двигательно-координационные способности.
15. Методические приемы воспитания отдельных двигательно-координационных способностей (по выбору).
16. Общая выносливость, ее психофизиологическая характеристика. Аэробные возможности организма и их значение в воспитании общей выносливости.
17. Тесты и показатели уровня аэробных возможностей. МПК, абсолютные и относительные величины МПК, анаэробный порог.
18. Методика воспитания общей выносливости.
19. Проблемы восстановления игроков в избранном виде спорта.
20. Механизмы и гетерохронность протекания восстановительных процессов.
21. Характеристика средств и методов ускорения процессов восстановления (физические, психологические, фармакологические, питание, активный отдых и др.).
22. Понятие утомления. Появление утомления в различных видах деятельности.
23. Механизмы развития утомления. Критерии утомления.

Избранный вид спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис в сфере массово-оздоровительной работы

1. Роль рекламы в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
2. Маркетинг избранного вида спорта.
3. Формирование, ценообразование и продвижение услуг в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе на российском рынке.
4. Средства распространения рекламы.
5. Традиционные и инновационные средства рекламы.
6. Паблик рилейшнз как средство распространения массовой информации.
7. Брендинг как деятельность по созданию долгосрочного предпочтения к играм в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
8. Требования к организации и проведению праздников по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису.
9. Планирование финансовой деятельности в шоу-бизнесе.
1. Правила техники безопасности при проведении занятий избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом.
2. Требования к обеспечению безопасности занимающихся избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом.
3. Биологические закономерности процесса оздоровления человека, занимающегося избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом.
4. Основные причины возникновения травм в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе, меры их предупреждения
5. Специфика подготовки мест занятий для занятий избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом.
4. Организация и содержание работы секций избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса для школьников и студентов.
5. Эффективность занятий избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом как средства укрепления здоровья занимающихся.
6. Содержание государственных программ по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису школьников, студентов, взрослого населения.
7. Методика обучения дошкольников простейшим упражнениям с мячом и ракеткой.
8. Внеклассная, внешкольная, секционная работа с использованием избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса.
9. Использование занятий избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом в оздоровлении и социальной адаптации инвалидов.
10. Овладение специфичными методическими приемами подготовки мест занятий, их организации и проведения, дозирования игровой нагрузки для инвалидов с учетом характера заболевания.

11. Условия организации и содержание работы самодеятельных клубов и объединений ветеранов избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса.

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

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

14. Эффективность использования занятий избранным видом спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису для оздоровления взрослого населения.

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

1. Система выполнения и присвоения спортивных разрядов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

2. Место соревнований, оборудование и инвентарь. Размеры площадки, стола, освещение. Вес и размеры мяча. Требования к ракетке.

3. Командный матч 3х3. Жеребьевка, очередность встреч.

4. Виды и характер соревнований. Права и обязанности капитана или представителя команды.

5. Круговой способ проведения соревнований – преимущества и недостатки. Составление графика очередности встреч на 5 и 8 участников.

6. Состав судейской коллегии. Права и обязанности главного судьи.

7. Олимпийская система проведения соревнований с выбыванием после первого поражения и розыгрышем всех мест. Ее преимущества и недостатки. Составить таблицу на 16 участников. Рассеивание сильнейших участников и одноклубников.

8. Возрастные категории участников соревнований. Права и обязанности участника соревнований. Допуск участников к соревнованию.

9. Олимпийская система проведения соревнований с выбыванием после двух поражений и розыгрышем всех мест. Ее преимущества и недостатки.

10. Составить таблицу на 16 участников. Рассеивание сильнейших участников и одноклубников.

11. Права и обязанности ведущего судьи. Судья счетчик.

12. Правило парной игры. Расстановка игроков и особенности жеребьевки.

13. Правила выполнения подач. Одиночная встреча. Счет. Количество партий.

14. Командный матч 2х2. Жеребьевка, очередность встреч.

15. Розыгрыш очка. В каких случаях очко считается выигранным.

16. Судейская терминология.

17. Перерывы в игре.

18. Остановки в игре.
19. Содержание и методика составления положения о соревновании.
20. Методика организации соревнований в избранном виде спорта.
21. Методика проведения соревнований по избранному виду спорта.
22. Правило подачи (разбоя). Перерывы в игре и остановки.
23. Права и обязанности участников соревнований.
24. Системы проведения командных соревнований. Костюм участника

Техника избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса

1. Аэродинамические особенности полета и отскока крученого, резаного и плоского мяча в настольном теннисе.
2. Аэродинамика полета волана при выполнении различных ударов в бадминтоне.
3. Геометрия удара в бильярде.
4. Техника управления битком в бильярде.
5. Кинематические, динамические и ритмические характеристики движений.
6. Фазовый состав техники.
7. Основные показатели результативности техники избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса.
8. Характер и особенности взаимодействия мяча с разными типами накладок в настольном теннисе.
9. Классификация способов передвижений в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
10. Классификация стоек игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
11. Классификация хваток. Особенности техники игры при разных способах держания ракетки и кия.
12. Классификация технических приемов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе с верхним вращением.
13. Классификация технических приемов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе с нижним вращением.
14. Классификация подач в избранном виде спорта бадминтоне и настольном теннисе.

Основные средства тренировки и методы их применения.

1. Средства физического воспитания.
2. Методы строго регламентированного упражнения.
4. Основные параметры строгой регламентации двигательных действий.
5. Соревновательный метод. Специфические особенности соревновательного метода.
6. Игровой метод. Специфические особенности игрового метода.
7. Круговая тренировка, ее специфические особенности.

8. Нагрузка и отдых как основные параметры управления тренировочным процессом.

9. Параметры нагрузки в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

Основы методики обучения

1. Особенности формирования двигательных навыков у детей и подростков.

2. Основные особенности метода строгой регламентации двигательных действий.

3. Классификация основных средств тренировки.

4. Классификация упражнений.

5. Дать характеристику строго-регламентированному методу.

6. Особенности и преимущества круговой тренировки.

7. Дать характеристику игровому и соревновательному методам.

8. Положительный и отрицательный "перенос" физических качеств и двигательных навыков.

9. Методика обучения юных игроков в избранном виде спорта.

10. Последовательность обучения технике игры в избранном виде спорта.

11. Основные дидактические понятия: знания, умения, навыки.

12. Принципы обучения.

13. Дать характеристику структуры процесса обучения.

14. Формы организации обучающихся в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

15. Использование технических средств в учебно-тренировочном процессе.

16. Основные дидактические принципы обучения и построения тренировки в избранном виде спорта.

17. Методика и последовательность обучения юных игроков в избранном виде спорта.

18. Возможности использования наглядных средств в процессе обучения избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису.

19. Основные методы тренировки и их характеристика.

20. Характеристика общедидактических принципов, используемых при обучении в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

21. Дать характеристику понятиям: «знания», «представление», «умение», «навык».

22. Понятия: «развитие» и «воспитание». Периоды развития организма человека.

23. Методы обучения технике избранного вида спорта: наглядные, словесные, практические.

24. Общая характеристика тренажеров, используемых в подготовке игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе. Их преимущества и недостатки.

25. Организация оздоровительно-спортивной деятельности инвалидов по слуху, опорно-двигательному аппарату и умственному развитию средствами избранного вида спорта.

26. Двигательные умения и навыки. Механизмы их образования.

27. Структура процесса обучения двигательным действиям.

28. Интеллектуальная подготовка посредством обучения двигательным действиям.

Виды подготовок в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе

1. Спортивная подготовка как многолетний процесс.
2. Цели и задачи спортивной тренировки игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
3. Виды подготовки, их содержание и взаимосвязь.
4. Значение и место видов подготовки в системе подготовки игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
5. Соотношение средств физической, специально-двигательной и технико-тактической подготовки на различных этапах тренировки.
6. Модельные характеристики игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
7. Цель, значение и содержание общей и специальной подготовки в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
8. Цель, значение и содержание психологической и морально-волевой подготовки в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
9. Цель, значение и содержание теоретической и интеллектуальной видов подготовки в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
10. Цель, значение и содержание тактической подготовки в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
11. Цель, значение и содержание технической подготовки в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
12. Цель, значение и содержание технико-тактической и игровой подготовки в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
13. Особенности психологической подготовки игроков в избранном виде спорта на этапе высших спортивных достижений.
14. Значение интеллектуальной подготовки в процессе многолетнего спортивного совершенствования. Роль личности тренера в интеллектуальном развитии тренируемых им спортсменов.
15. Психолого-педагогическая характеристика избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса.

**Система спортивной подготовки игроков в избранном виде спорта:
бадминтоне, бильярде, настольном теннисе**

1. Понятие терминов "развитие" и "воспитание". Периоды развития организма.
2. Разминка ее виды и значение.
3. Методические основы проведения разминки.
4. Части занятия по физической культуре и их содержание.
5. Методика подбора и составления комплекса общеразвивающих упражнений (ОРУ).
6. Методика подачи строевых команд и распоряжений.
7. Методика применения общеразвивающих упражнений (ОРУ).
8. Методика обучения ОРУ и задачи, решаемые с помощью ОРУ.
9. Методика составления конспекта урока.
10. Структура урока/занятия по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису, характеристика его частей.

***Система спортивной подготовки игроков в избранном виде спорта:
бадминтоне, бильярде, настольном теннисе***

1. Современные проблемы управленческой деятельности в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
2. Цели, задачи и функции Федерации избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса России.
3. Структура Федерации избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса России.
4. Цели, задачи и функции Европейской федерации избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса.
5. Цели, задачи и функции Международной федерации избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса.
6. Структура Международной федерации избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса.

***Многолетняя подготовка в ДЮСШ в избранном виде спорта:
бадминтоне, бильярде, настольном теннисе***

1. Особенности подготовки игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе в ДЮСШ, ШВСМ и СДЮШОР.
2. Особенности подготовки игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе в клубах и сборных командах различного уровня.
3. Организация процесса обучения на разных этапах спортивной подготовки игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
4. Виды планирования, их цели, сроки и задачи.
5. Особенности планирования на этапе спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства.
6. Оперативное планирование подготовки игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе на этапе высшего спортивного мастерства.

7. Текущее планирование подготовки игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе на этапе высшего спортивного мастерства.

8. Годичное планирование подготовки игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе на этапе высшего спортивного мастерства.

9. Этапное и перспективное планирование подготовки игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе на этапе высшего спортивного мастерства.

10. Цели, задачи и содержание спортивной тренировки спортсменов высших разрядов.

11. Система спортивной тренировки в группах начальной подготовки в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

12. Особенности подготовки игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе в сборных командах.

13. Основы периодизации спортивной тренировки в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

14. Объем и интенсивность тренировочных нагрузок игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе в годичном цикле подготовки.

15. Спортивная форма, ее характеристика. Фазовый характер развития спортивной формы.

16. Методика составления перспективного, годичного и рабочего планов подготовки игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

17. Структура управления тренировочным процессом. Требования к планированию в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

18. Особенности управления процессом спортивного совершенствования в различных звеньях системы спортивной подготовки.

19. Формы и методы оздоровительной работы среди населения средствами избранного вида спорта с учетом возраста, пола и физического развития занимающихся.

20. Основные этапы многолетней подготовки игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

21. Возраст начала занятий и достижения спортивного мастерства как ориентиры в определении этапов подготовки в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

22. Структура годичного цикла подготовки высококвалифицированных игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

23. Оценка интенсивности, напряженности, специализированности и величины нагрузки в тренировочном процессе высококвалифицированных игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

24. Примеры классификации физических нагрузок. Зоны относительной мощности (интенсивности). Характеристика упражнений разных зон мощности.

25. Организация и материально-техническое обеспечение учебно-тренировочных сборов и спортивных лагерей для занимающихся избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом.

26. Методы оценки интенсивности нагрузки в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

27. Управление тренировочным процессом по срочному тренировочному эффекту.

28. Значение и место видов подготовки в системе многолетней подготовки игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

29. Этап начальной подготовки юных игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе. Задачи, направленность и режимы нагрузок с учетом психофизиологических особенностей детей.

30. Этап углубленной специализации юных игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе. Задачи, направленность и режимы нагрузок с учетом психофизиологических особенностей детей

31. Этап спортивного совершенствования юных игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе. Задачи, направленность и режимы нагрузок. Взаимосвязь с этапом высших достижений. Психофизиологические особенности спортсменов на данном этапе подготовки.

Методы контроля и оценки тренировочного процесса и подготовленности спортсменов

1. Значение и содержание педагогического контроля процесса спортивной тренировки.

2. Контроль и учет спортивного совершенствования в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

3. Средства и методы оценки уровня развития функциональных систем организма игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

4. Дать определение: "нагрузка", "объем нагрузки", "интенсивность". Критерии учета объема и интенсивности нагрузки в избранном виде спорта.

5. Методы контроля и оценки технической подготовленности игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

6. Методы контроля и оценки тактической подготовленности игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

7. Методы контроля и оценки соревновательной деятельности в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

8. Методы контроля и оценки психологической подготовленности игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

9. Методы контроля и оценки специальной физической подготовленности игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

10. Методы контроля и оценки скоростно-силовых способностей игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

11. Методы контроля и оценки гибкости, координационных и ловкостных способностей игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

12. Методы контроля и оценки технико-тактической подготовленности игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

13. Значение педагогического контроля в соревнованиях и занятиях избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом.

14. Виды и формы педагогического контроля в соревнованиях и занятиях избранном виде спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом.

15. Научно-методическое обеспечение подготовки сборных команд и индивидуального обследования перспективных спортсменов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

16. Основные направления, задачи и значение научных исследований в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

17. Общенаучные и специфические методы в педагогических исследованиях: наблюдение, анкетирование, тестирование, собеседование, интервью, анализ литературы и различных документов, изучение и обобщение педагогического опыта, педагогический эксперимент.

Отбор в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе

1. Формы агитации и пропаганды занятий избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом.

2. Организационные формы, критерии и методы набора для занятий избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом.

3. Организационные формы, критерии и методы отбора для занятий избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом.

4. Методика отбора перспективных детей для занятий избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом на уроках физкультуры в школе.

5. Организационные формы, критерии и методы отбора в учебно-тренировочные группы для занятий избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом.

6. Организационные формы, критерии и методы отбора в группы спортивного совершенствования для занятий избранным видом спорта: бадминтоном, бильярдом, настольным теннисом.

7. Отбор и прогнозирование спортивных результатов на этапах многолетней спортивной подготовки.

8. Отбор в сборные команды на различных этапах спортивного совершенствования.

9. Принципы комплектования сборных команд в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

10. Критерии отбора кандидатов в сборные команды по технико-тактическим качествам и стилю игры.

11. Оценка специальных качеств у игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе в связи с отбором.

12. Критерии отбора кандидатов в сборные команды по физическим качествам.

13. Основные этапы, средства и методы отбора в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

14. Раскрыть понятия: «одаренность», «способности», «спортивная пригодность», «спортивная ориентация», «спортивная селекция».

15. Спортивные достижения в избранном виде спорта. Факторы, обеспечивающие рост спортивных результатов в индивидуальной карьере.

16. Проблемы социальной адаптации спортсменов после завершения спортивной карьеры.

17. Системы отбора в процессе многолетней спортивной подготовки.

18. Структура и содержание отбора (состояние здоровья, морфофункциональные, психологические и спортивно-педагогические критерии).

Воспитательная работа

1. Формы руководства тренировочным процессом.

2. Воспитательная работа на сборе и в сборных командах.

3. Воспитательная работа во время тренировочного процесса.

4. Воспитательная работа в процессе многолетней подготовки игрока в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

5. Воспитательная работа в спортивном лагере.

6. Воспитательная работа в годичном цикле тренировочного процесса.

7. Роль тренера-воспитателя в ДЮСШ и сборных командах.

8. Виды и формы воспитательной работы (культурной, эстетической и нравственной).

9. Методика индивидуального планирования тренировки игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

10. Организация и содержание работы по избранному виду спорта в санаториях, домах отдыха, оздоровительных лагерях детей.

Материально-техническое обеспечение развития избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса

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

2. Устройство элементарной площадки для игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

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

4. Эксплуатация и ремонт спортсооружений.

5. Техника безопасности при занятиях избранным видом спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

6. Хранение и ремонт спортивного инвентаря.
7. Мячи для настольного тенниса и их технические характеристики.
8. Шары для бильярда и их технические характеристики.
9. Воланы для бадминтона и их технические характеристики.
10. Столы и сетки для настольного тенниса и их технические характеристики.
11. Корти и сетки для бадминтона и их технические характеристики.
12. Основания для настольного тенниса и их технические характеристики.
13. Ракетки и струны для бадминтона и их технические характеристики.
14. Кии для бильярда и наклейки и их технические характеристики.
15. Накладки для настольного тенниса и их технические характеристики.
16. Дополнительные принадлежности для игры в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
17. Требования к спортивной одежде игроков в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.

Научно-исследовательская и учебно-исследовательская работа студентов

1. Основные направления научных исследований, анализ тематики диссертационных работ и научных исследований в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
2. Основные методы исследования, применяемые в физической культуре и спорте.
3. Современная научно-методическая литература по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису.
4. Организация научно-исследовательской работы в спорте.
5. Проблемы и задачи научно-исследовательской деятельности в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
6. Анализ монографий, учебных пособий, периодической литературы по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису.
7. Значение, виды и способы записи соревновательной деятельности в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
8. Система записи технико-тактической и тактической подготовленности игроков в избранном виде спорта и методика анализа соревновательной деятельности.
9. Основные методы исследования, применяемые в физической культуре и спорте.
10. Тематика научных исследований проводимых в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
11. Магистерские диссертации по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису.
12. Кандидатские диссертации по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису.

13. Докторские диссертации по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису.
14. Обзор направлений научных исследований в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
15. Основные методы исследования, используемые в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе.
16. Характеристика методов исследования.
17. Требования, предъявляемые к научным методам и методикам исследования.
18. Педагогические и социологические методы исследований.
19. Инструментальные методы исследований.
20. Понятия: «объект исследования», «предмет исследования», «цель исследования», «гипотеза исследования».
21. Постановка задач и планирование и проведение эксперимента.
22. Разработка плана проведения научных исследований.
23. Способы получения экспериментальных данных
24. Методика обработки экспериментальных данных.
25. Методика составления таблиц, схем, графиков.
26. Математическая обработка экспериментальных данных.
27. Требования к написанию и оформлению курсовых и квалификационных работ.
28. Методика выступления с докладами.
29. Подбор наглядной информации для оформления выпускной работы и выступления с докладом.
30. Требования к написанию и оформлению курсовых и квалификационных работ.

**Примерный перечень вопросов к экзамену по всей дисциплине
«Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд,
настольный теннис»**

1. Современное состояние игры в избранном виде спорта и тенденции к развитию в России и за рубежом.
2. Требования к педагогу по физической культуре, тренеру по избранному виду спорта.
3. Задачи обучения, организация изучения курса по избранному виду спорта.
4. Современные игровые стили развития избранного вида спорта.
5. Особенности техники и тактики игры сильнейших игроков мира в избранном виде спорта.
6. Материальная база, количество занимающихся. Популярность избранного вида спорта.
7. Итоги выступлений российских игроков в избранном виде спорта.
8. Организация и методы обучения в избранном виде спорта.

9. Форма организации (групповая и индивидуальная, урочная и самостоятельная).
10. Способы проведения занятий по обучению физическим упражнениям.
11. Роль тренера в обучении и воспитании спортсмена, требования к обучаемым, обеспечение безопасности, гигиенические нормы, состояние мест занятий.
12. Планирование процесса обучения. Контроль и оценка результатов обучения.
13. Организация планирования и учета работы секции избранного вида спорта в КФК.
14. Формы планирования: учебный план, учебная программа, рабочий план, недельный график занятий, конспект занятий.
15. Учет работы секции избранного вида спорта и основные требования, формы учета.
16. Методика обучения. Задачи обучения. Основной путь обучения: от сообщения знаний к формированию умений и навыков.
17. Двигательные умения и навыки в избранном виде спорта, положительный и отрицательный перенос навыков и его учет при построении обучения.
18. Дидактические принципы обучения: воспитывающий характер обучения, оздоровительная направленность, сознательность и активность обучаемых; доступность и индивидуализация, прочность.
19. Методика занятий с лицами среднего, старшего и пожилого возраста.
20. Задачи, средства, методы и особенности форм организации занятий по избранному виду спорта.
21. Учет возрастных особенностей, состояния организма, подготовленность занимающихся.
22. Характеристика профессиональной деятельности при проведении занятий избранным видом спорта. Организация места занятий.
23. Методика занятий с женщинами. Анатомо-физиологические, психологические особенности женского организма, проведение занятий избранным видом спорта с женщинами.
24. Влияние занятий в группе девочек, девушек, женщин. Характеристика задач, средств, методов и микроцикла тренировки.
25. Методика проведения занятий в группах инвалидов с нарушением опорно-двигательного аппарата.
26. Значение теоретической подготовки в процессе тренировки на разных этапах обучения.
27. Правила соревнований по избранному виду спорта и их организация.
28. Характеристика игры, инвентарь и место проведения, судейская коллегия, возрастная градация участников, собственно правила игры, положение о соревнованиях, организационный комитет, заседания судейской коллегии, организационные моменты проведения соревнований.
29. Теоретическая подготовка спортсменов. Значение теоретической подготовки в процессе обучения и тренировки.

30. Задачи, формы и содержание теоретической подготовки в различных возрастных группах ДЮСШ, группах КМС и МС, в клубных командах.

31. Характеристика основных физических качеств спортсмена, связь физической подготовки с особенностями современной игры в избранном виде спорта.

32. Индивидуализация процесса в развитии физических качеств, способы контроля.

33. Специальная физическая подготовка игрока в избранном виде спорта.

34. Особенности воспитания физических качеств на начальном этапе, углубленном и совершенствования.

35. Понятие о специальных качествах (выносливость, скоростные качества, силовая выносливость).

36. Особенности физической подготовки в работе со спортсменами первых и вторых разрядов.

37. Понятие специальной психологической подготовки, ее значение для повышения спортивного мастерства.

38. Психологическая подготовка к соревнованиям. Воспитание морально-волевых качеств.

39. Индивидуальный подход к занимающимся индивидуально-игровыми видами спорта.

40. Приемы и средства психологической подготовки спортсменов в индивидуально-игровых видах спорта.

41. Понятие о технике физических упражнений, внешняя и внутренняя ее структура действий спортсменов, определяющее звено техники, второстепенные детали техники и индивидуальные особенности.

42. Техника и техническая подготовка в избранном виде спорта, их удельный вес в ряду других сторон подготовки спортсмена, критерии эффективности спортивной техники против «сбивающих» факторов.

43. Общие правила рациональной техники, целесообразное использование активных и пассивных движущих сил и уменьшение действий сил тормозящих, правила эффективного использования мышечных сил, ошибки в технике, их причины и основные пути предупреждения и исправления.

44. Контроль за процессом овладения техникой, эволюция техники избранного вида спорта, современное направление в технике избранного вида спорта.

45. Требования, предъявляемые к местам соревнований, инвентарю, костюму занимающегося, методы профилактики травматизма при занятиях избранным видом спорта.

46. Техника безопасности в занятиях избранным видом спорта и профилактика травматизма.

47. Технические средства в обучении и тренировке спортсмена в избранном виде спорта

48. Цель использования в тренировке специального оборудования в избранном виде спорта.

49. Специальное оборудование в процессе физической подготовки спортсмена.
50. Специальное оборудование при обучении и совершенствовании техники игры.
51. Применение нетрадиционных средств в процессе подготовки спортсменов высокой квалификации.
52. Тренажеры для развития тактического мышления спортсменов-игроков.
53. Значение технической подготовки для повышения спортивного мастерства.
54. Особенности проведения занятий со спортсменами второго разряда.
55. Тактика игры, ее характеристика, разновидности, схема изучения соперников.
56. Применение ОФП, СФП, техники игры для тактических действий, выбора стратегий игрового стиля.
57. Простейшие методы изучения соперников. Методы обучения тактическим действиям.
58. Цель и задачи тактической подготовки у начинающих и в группах учебно-тренировочных в одиночной, командной и парной категориях.
59. Тактика игры в избранном виде спорта.
60. Взаимосвязь тактики, спортивной тактики и физической подготовки спортсмена.
61. Характеристика тактических действий (защита, атака, контратака).
62. Взаимодействие игроков в парных и смешанных играх.
63. Задачи и организация НИР в избранном виде спорта.
64. Выбор методов исследования и проведения контрольных тестов в педагогическом эксперименте.
65. Организация эксперимента: формирование контрольной и экспериментальной групп.
66. Задачи в изучении научных основ техники, тактики и методики спортивной тренировки спортсмена.
67. Сбор экспериментального материала. Анализ данных. Обобщение достоверности полученных результатов и выявление корреляционной связи.
68. Санитарно-гигиеническое и медицинское обеспечение, медицинский контроль и самоконтроль в избранном виде спорта.
69. Проведение учебно-тренировочных сборов.
70. Связь тренеров сборных команд с личными тренерами игроков сборных команд.
71. Комплектование сборных команд, подбор тренерского состава.
72. Контроль за подготовкой игроков в клубах.
73. Научно-методическое обеспечение подготовки сборных команд к соревнованиям.
74. Организация учебно-тренировочных сборов по избранному виду спорта и их основные задачи.
75. План тренировочного сбора. Воспитательная работа с участниками сбора.

76. Характеристика методов объективного учета игровой деятельности спортсмена в индивидуально-игровых видах спорта.
77. Методы контроля и оценки результатов подготовленности спортсмена.
78. Врачебно-биологический контроль, контрольное тестирование.
79. Методы регистрации тактики и техники спортсмена. Обобщение и анализ игр.
80. Моделирование тренировок в избранном виде спорта.
81. Характеристика отдельных показателей модельной тренировки спортсмена в избранном виде спорта.
82. Моделирование техники, тактики, модель соперника.
83. Характеристика, основные задачи, методы интегральной подготовки.
84. Соревнование – основная часть подготовки.
85. Значение спортивных соревнований и их место в учебно-тренировочном процессе.
86. Виды соревнований, подготовка положения.
87. Методика организации и проведения соревнований по избранному виду спорта.
88. Права и обязанности тренера и представителя команды на соревнованиях.
89. Правила парной игры в избранном виде спорта.
90. Правило одиночной игры в избранном виде спорта.
91. Правило ускорения игры.
92. Требования правил игры по избранному виду спорта к правильному выполнению подачи.
93. Работа судейской коллегии.
94. Руководство командой и секундирование игроков на соревнованиях.
95. Значение правильного руководства командой в период соревнований.
96. Подготовка к предстоящему соревнованию.
97. Наблюдение и запись игр будущих спортсменов-соперников.
98. Составление плана игры, расстановка игроков на каждую встречу, обсуждение.
99. Руководство командой во время встречи.
100. Корректировка во время встречи. Заявка на игру.
101. Секции избранном виде спорта КФК – основное звено работы по избранному виду спорта в стране.
102. Задачи, организация, планирование и учет работы секции в общеобразовательных школах, вузе, ДЮСШ. Связь с низовыми коллективами.
103. Значение планирования и учета спортивной тренировки. Виды планирования, индивидуальные планы.
104. Задания, программы индивидуальной подготовки. Виды планирования: перспективное планирование, индивидуальные планы.
105. Периодизация спортивной тренировки. Задачи, сроки, содержание, методы и средства каждого периода и этапа.

106.Документация планирования. Индивидуальный план занятий. Учет работы. Педагогический контроль и его значение. Дневник тренера и спортсмена.

107.Роль общественных организаций в развитии избранного вида спорта.

108.Федерация избранного вида спорта в России, задачи и Устав федерации, структура, план и организация работы.

109.Всесоюзный тренерский совет. Судейская Всесоюзная коллегия.

110.Международные связи федерации избранном виде спорта России, участие в работе международной федерации.

111.Общественные органы в городах, областях. Выборность и отчетность всех органов. Ассоциация.

112.Общественные органы руководства работой по развитию избранного вида спорта.

113.Общественные органы по избранному виду спорта в областях, городах.

114.Международная федерация избранного вида спорта.

115.Выносливость спортсмена, совершенствование этого качества в различных его проявлениях. Методы воспитания выносливости.

116.Гибкость спортсмена. Методы развития гибкости.

117.Судейская коллегия. Порядок проведения встречи, терминология, жестикуляция.

118.Классификация средств и методов снятия утомления.

119.Восстановление и повышение работоспособности (педагогические, психологические, медицинские) в индивидуально-игровых видах спорта.

120.Классификация технических приемов в избранном виде спорта и их предназначение.

121.Методика оценки переносимости нагрузки в игровых видах спорта.

122.Методика обучения передвижениям в избранном виде спорта.

123.Методика обучения ударам в избранном виде спорта.

124.Методы исследования и оценка физического развития компонентов тела и физической подготовленности спортсменов в индивидуально-игровых видах спорта.

125.Методы исследования и оценки функции внешнего дыхания у спортсменов в игровых видах спорта.

126.Методы ручного и аппаратного массажа в восстановлении работоспособности спортсменов в индивидуально-игровых видах спорта.

127.Механические свойства инвентаря и их использование в ударных движениях в избранного вида спорта.

128.Классификация ударов в избранном виде спорта и их предназначение.

129.Обучение и совершенствование защитных действий в ближней, средней и дальней игровой зоне.

130.Обучение и совершенствование атакующих действий в ближней, средней и задней зоне.

131.Общая и специфическая иммунореактивность спортсмена и пути её повышения.

132.Описание техники передвижений в избранном виде спорта.

133. Описание техники ударов в избранном виде спорта.
134. Определение физической работоспособности у спортсменов со специальной нагрузкой.
135. Организация планирования и учет работы секции избранного вида спорта в коллективе физической культуры.
136. Основы врачебно-педагогического наблюдения в процессе тренировки.
137. Особенности планирования на различных этапах процесса обучения и совершенствования.
138. Особенности подготовки юных спортсменов.
139. Особенности психологической подготовки игроков в избранном виде спорта на этапе спортивного совершенствования.
140. Особенности тактики игры в парной и смешанной категории, средства тактической подготовки.
141. Особенности тактической подготовки игроков в избранном виде спорта на этапе спортивного совершенствования.
142. Особенности тренировки спортсменов высокой квалификации в избранном виде спорта.
143. Особенности физической подготовки игроков в избранном виде спорта на этапе спортивного совершенствования.
144. Применение витаминов в восстановлении работоспособности у спортсменов.
145. Развитие игрового внимания. Упражнения, методики.
146. Развитие игрового мышления. Модельные схемы.
147. Скоростно-силовая подготовка спортсмена. Развитие и совершенствование этих качеств в различных ее проявлениях. Методы воспитания и совершенствования скоростно-силовых качеств.
148. Совершенствование подач и начала атаки. Средства и методы их совершенствования.
149. Совершенствование топ-спина. Средства и методы их совершенствования.
150. Совершенствование перемещения по площадке в комбинациях из средней и ближней игровой зоны. Методики.
151. Совершенствование плоской игры и перемещений. Методика обучения.
152. Совершенствование технико-тактических действий в защите в одиночном, парном и смешанном разряде.
153. Совершенствование технико-тактических действий в нападении в одиночной, парной и смешанной категориях.
154. Совершенствование умения перехода от одного удара к другому. Разновидности сочетаний. Методика обучения.
155. Современное состояние и тенденции развития избранного вида спорта в России и за рубежом.
156. Составление плана-графика на год в ДЮСШ.
157. Технические свойства мячей для игры в избранном виде спорта и его выбор.

158.Технические свойства накладок для игры в избранном виде спорта и их подбор в зависимости от стиля игры.

159.Технические свойства оснований и их подбор в зависимости от индивидуальных особенностей спортсмена.

160.Анатомо-физиологические и биомеханические закономерности ударных движений.

161.Физиотерапия в восстановлении работоспособности спортсменов в индивидуально-игровых видах спорта.

162.Физические средства восстановления работоспособности спортсменов в индивидуально-игровых видах спорта.

163.Формы организации и способы проведения занятий по обучению техническим приемам в избранном виде спорта.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис»

Основная литература:

бадминтон

1. Бадминтон : пример. прогр. спортив. подгот. для ДЮСШ, СДЮШОР, УОР, ШВСМ / [авт.-сост. А.П. Горячев, А.А. Ивашин] ; Моск. гор. Федерация бадминтона. - М.: Сов. спорт, 2010. - 156 с.: табл.

2. Бадминтон: Правила игры. Рекомендации для судей / НФБР. 2008.

3. Бадминтон: Правила игры. Рекомендации для судей / НФБР. 2008.

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

5. Глебович, Б.В. Отбор в спортивном бадминтоне / Всероссийская федерация бадминтона. - Йошкар-Ола, 1994. - 38 с.: ил.

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

7. Лифшиц, В.Я. Бадминтон / Лифшиц В.Я., Галицкий А.В. - М.: ФиС, 1984. - 176 с.

8. Лифшиц, В.Я. Бадминтон для всех / Лифшиц Владимир Яковлевич, Штильман Михаил Исаакович. - М.: ФиС, 1986. - 131 с.: ил.

9. Помыткин, В.П. Книга тренера по бадминтону: теория и практика / В.П. Помыткин. - М.: 2012

10. Рыбаков, Д.П. Основы спортивного бадминтона / Рыбаков Д.П., Штильман М.И. - М.: ФиС, 1982. - 175 с.

11. Смирнов, Ю.Н. Бадминтон : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 032100 : доп. УМО высш. учеб. заведений РФ / Ю.Н. Смирнов. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Сов. спорт, 2011. - 245 с.: табл.

12. Турманидзе, В.Г. Учимся играть в бадминтон / В.Г. Турманидзе, А.В. Турманидзе. - М.: Чистые пруды, 2009. - 32 с.

13. Щербаков, А.В. Бадминтон. Спортивная игра : учеб.-метод. пособие /А.В. Щербаков, Н.И. Щербакова. - М.: Сов. спорт, 2010. - 153 с.: ил.

бильярд

1. Гофмейстер В.И. Бильярдный спорт. Правила соревнований по бильярдному спорту + В.И. Гофмейстер. - М., Изд-во «Нива России». – 1999г., 240

2. Балин, И.В. Бильярд / И.В. Балин. - М.: Цитадель, 2000. - 415 с.: ил

3. Балин, И.В. В мире бильярда / И.В. Балин. - Ростов н/Д: Феникс, 1999. - 406 с.: ил.

4. Бильярд / авт.-сост. Г.Я. Мисуна. - М.: АСТ, 2009. - 302 с.: ил.

5. Бирн, Р. Бильярд для всех: Пул и карамболь / Бирн Р.; ред. Лошаков А.Л. - М.: Гранд-фаир, 1998. - 392 с.: ил.

5. Бирн, Р. Чудесный мир бильярда : Пул и карамболь / Бирн Роберт; ред. Лошаков А.Л. - М.: Гранд-фаир, 2000. - 329 с.: ил.

6. Готовцев, В.Л. Бильярдный спорт / Готовцев Владлен Леонидович. - Киев: Олимп. лит., 2001. - 215 с.: ил.

7. Капралов, В.А. Спортивный бильярд / Капралов Владимир Александрович. - Ростов н/Д: Феникс, 2002. - 320 с.: ил.

8. Кориолис, Г. Математическая теория явлений бильярдной игры / Пер. с фр. И. Н. Веселовского, М. М. Гернета. - М.: Ника-Пресс, 1999. - 235 с.: ил.

9. Леман, А.И. Теория бильярдной игры / Леман Анатолий Иванович. - М.: Айрис-пресс: РОЛЬФ, 2001. - 273 с.: ил.

10. Лошаков, А.Л. Азбука бильярда : Новая / А.Л. Лошаков. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Центрполиграф, [2009]. - 286 с.: ил.

настольный теннис

1. Амелин, А.Н. Настольный теннис / Амелин А.Н., Пашинин В.А. - 3-е изд., испр. и доп. - М.: ФиС, 1999. - 191 с.: ил.

2. Байгулов, Ю.П. Настольный теннис : Вчера, сегодня, завтра. - М.: ФиС, 2000. - 256 с.: ил.

3. Барчукова, Г. Настольный теннис. - М.: ФиС, 1990. - 174 с.

4. Барчукова, Г.В. Настольный теннис для всех / Г.В. Барчукова. - [Изд. 2-е, перераб. и доп.]. - М.: ФиС, 2008. - 206 с.: ил.

5. Барчукова, Г.В. Теория и методика настольного тенниса : учеб. для студентов вузов, обучающихся по спец. 022300 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Г.В. Барчукова, В.М.М. Богушас, О.В. Матыцин. - М.: Academia, 2006. - 526 с.: ил.

6. Барчукова, Г.В. Учись играть в настольный теннис / Г.В. Барчукова. - М.: Сов. спорт, 1989. - 48 с.

7. Вартамян, М.М. Беседы о настольном теннисе : методика и практика / М.М. Вартамян, В.В. Команов. - М.: 2010. - 298 с.: ил.

8. Вартанян М.М. Российская энциклопедия настольного тенниса. / М.М. Вартанян: Магнитогорск: Магнитогорский Дом печати, 2014
9. Захаров, Г.С. Настольный теннис : теорет. основы. - [Ярославль]: Верх.-Волж. кн. изд-во. Иван. отд-ние, 1990. - 192 с.
10. Команов, В.В. Настольный теннис глазами тренера : практика и методика / В.В. Команов ; Федерация настол. тенниса России. - М.: [Информпечать], 2012. - 192 с.: табл.
11. Команов, В.В. Тренировочный процесс в настольном теннисе : учеб.-метод. пособие / В.В. Команов. - М.: Сов. спорт, 2014. - 391 с.: ил.
12. Легенды отечественного настольного тенниса / [авт.-сост.: Г.В. Барчукова, В.В. Команов, В.М. Марков] ; Федерация настол. тенниса России. - М.: [УП-Принт], 2010. - 255 с.: фот.
13. Настольный теннис: Правила игры, судейство и организация соревнований / ред.-сост. Барчукова Г.В. - М.: ФиС: СпортАкадемПресс, 2005. - 143 с.: табл.
14. Настольный теннис : Пример. прогр. для ДЮСШ, СДЮШОР: Доп. Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту / Гос. ком. Рос. Федерации по физ. культуре и спорту. - М.: Сов. спорт, 2004. - 143 с.: табл.
15. Правила игры, судейство и организация соревнований по настольному теннису / ред.-сост. Барчукова Галина Васильевна. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 143 с.: табл.
16. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта настольный теннис / М-во спорта РФ. - [М.]: [Сов. спорт], [2014]. - 24 с.: табл.
17. Фримерман, Э.Я. Настольный теннис / Фримерман Э.Я. - М.: Олимпия пресс, 2005. - 81 с.: ил.

Дополнительная литература:

бадминтон

1. Алексеев Н.И. Философия бадминтона. В чем современность и будущее бадминтона / Каф. физ. воспитания и ЛФК Архангел. мед. ин-та. - Архангельск, 1993. - 15 с.
2. Буркот К.Н. История бадминтона / К.Н. Буркот // Детский тренер. - 2006. - N 4. - С. 130-135.
3. Валеев Ф.Г. Повышение скоростных характеристик игры в спортивном бадминтоне с учетом лабильности нервной системы : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Валеев Фарид Габдуллович; МГАФК. - М., 1998. - 22 с.: ил.
4. Валкин Ю.М. Контроль динамики точности движений у юношей-бадминтонистов 17-19 лет / Ю.М. Валкин, С.Н. Ключникова // Теория и практика физ. культуры : тренер : журнал в журнале. - 2008. - N 2. - С. 47-48.
5. Внеурочные занятия бадминтоном в сочетании со следящими движениями подростков с последствиями церебрального паралича / Ф.Г. Бурякин [и др.] // ЛФК и массаж. - 2006. - N 11. - С. 39-45.
6. Галицкий А.В. Азбука бадминтона / Галицкий Алексей Васильевич, Марков Олег Михайлович. - М.: ФиС, 1971. - 94 с.: ил.

7. Галицкий, А.В. Доступный, как бег трусцой : Игра в бадминтон / Галицкий А.В., Лифшиц В.Я. - М.: Знание, 1987. - 96 с
8. Глебович, Б.В. Бадминтон для детей / Глебович Борис Владимирович, Постников Алексей Алексеевич. - М.: ФиС, 1968. - 160 с.: ил.
9. Голубинский, А.П. Площадка для бадминтона / Голубинский Александр Петрович. - М.: ФиС, 1968. - 11 с.: ил.
10. Григорьев, П.Н. Бадминтон - спортивная игра для всех / Григорьев Павел Николаевич. - Л.: Б. и., 1963. - 56 с.: ил.
11. Изучение и совершенствование сеточных ударов в бадминтоне : Метод. указания для студентов очной формы обучения / МарПИ. - Йошкар-Ола, 1990. - 30 с.: ил.
12. Костин В.А. Азы бадминтона : учеб. пособие / В.А. Костин ; Федер. агентство по образованию, Мос. гос. индустр. ун-т. - М.: Изд-во Моск. гос. индустр. ун-т, 2007. - 75 с.: ил.
13. Кудимова О.В. Методика оценки качества подач и нападающих ударов в бадминтоне / О.В. Кудимова // Спортивные игры в физическом воспитании и спорте : материалы междунар. науч.-практ. конф., г. Смоленск, 24-26 дек. 2002 г. / Смолен. гос. ин-т физ. культуры. - Смоленск, 2002. - С. 334-337.
14. Рыбаков Д.П. Методические рекомендации тренерам к практическим занятиям по обучению технике бадминтона. /Д.П. Рыбаков.- М.: ФиС, 1980.

бильярд

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

настольный теннис

1. Амелин, А.Н. Настольный теннис / Амелин А.Н., Пашинин В.А. - 2-е изд., доп. - М.: ФиС, 1985. - 112 с.
2. Амелин, А.Н. Современный настольный теннис. - М.: ФиС, 1982. - 111 с.: ил
3. Барчукова, Г.В. Критерии отбора перспективных детей в спортивные школы настольного тенниса: монография: утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / Барчукова Г.В. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры,

- спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М.: [Изд-во РГУФКСМиТ], 2016. - 158 с.: ил.
4. Барчукова, Г.В. Контроль функциональной подготовленности игроков в настольный теннис : учеб. пособие для студентов специализации настол. теннис по специальности 032101.65, магистрантов и слушателей ин-та повышения квалификации / Барчукова Г.В. ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: [Принт-Центр], 2010. - 49 с.: ил., табл.
 5. Барчукова, Г.В. Методика обучения основным техническим элементам игры в настольный теннис на уроках физической культуры : метод. рекомендации для учителей физ. культуры и преподавателей дополн. образования / Барчукова Г.В., Шипов Л.Н. ; Федерация настол. тенниса России [и др.]. - М.: Принт, 2007. - 35 с.: ил.
 6. Барчукова, Г.В. Настольный теннис : учеб. пособие для студентов / Г.В. Барчукова, А.Н. Мизин. - М.: ТВТ Дивизион, 2008. - 187 с.: ил.
 7. Барчукова, Г.В. Настольный теннис в вузе : учеб. пособие / Барчукова Галина Васильевна, Мизин Александр Николаевич; ред. Барчуков И.С. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 130 с.: ил.
 8. Барчукова, Г.В. Тактика современной игры в настольный теннис : лекция для студентов ГЦОЛИФКа / Барчукова Г.В.; ГЦОЛИФК. - М., 1985. - 28 с.
 9. Барчукова, Г.В. Техника игры в настольный теннис : лекция для студентов ГЦОЛИФКа: Утв. Советом ГЦОЛИФКа / Г.В. Барчукова ; Гос. центр. ордена Ленина ин-т физ. культуры. - М., 1986. - 43 с.
 10. Барчукова, Г.В. Физическая культура: настольный теннис : учеб. пособие по самостоят. работе студентов дисциплин "Физ. культура" для вузов / Г.В. Барчукова, А.Н. Мизин. - М.: ТВТ Дивизион, 2015. - 310 с.: ил.
 11. Журавский В.П. Настольный теннис - такая простая и сложная игра./В.П. Журавский. – Донецк: ООО «Юго-Восток, Лтд», 2007
 12. Ландик В.И., Похолечук Ю.Т., Артюзов Г.Н. Методология спортивной подготовки: настольный теннис. - Из-во «НОРД_ПРЕСС», Донецк, 2005
 13. Матыцин, О.В. Многолетняя подготовка юных спортсменов в настольном теннисе : учеб. пособие для вузов физ. культуры : доп. Гос. ком. по физ. культуре, спорту и туризму / О.В. Матыцин. - М.: [Теория и практика физ. культуры], 2001. - 203 с.: табл.
 14. Мелентьев, А.Н. Основы техники игры в настольный теннис : метод. рекомендации для студентов и преподавателей физ. культуры / Мелентьев А.Н. ; под общ. ред. проф. Г.В. Барчуковой ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма, Каф. теории и методики индивидуал.-игровых видов спорта. - М.: Принт-Центр, 2008. - 53 с.
 15. Мелентьев, А.Н. Специальная физическая подготовка игроков в настольный теннис : метод. указания для студентов и преподавателей физ. культуры / Мелентьев А.Н. ; [под общ. ред. Г.В. Барчуковой] ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма, Каф. теории и методики индивидуал.-игровых видов спорта. - М.: Принт-Центр, 2008. - 23 с.

16. Настольный теннис. Пер с кит./ Под.ред. Чжунхуйэй Ц. - М. ФиС, 1987.
17. Настольный теннис : Неизвестное об известном / Под ред. О. В. Матыцина. - М.: Б. и., [1994]. - 87 с.: ил.
18. Ормаи, Л. Современный настольный теннис : [пер. с венг.] / Ормаи Ласло. - М.: ФиС, 1985. - 175 с.: ил.
19. Серова Л.К. Умей владеть ракеткой / Сост. А.М.Кондратов. – Л.: Лениздат, 1989
- 20.. Худец Настольный теннис. Техника с Владимиром Самсоновым / пер. с англ. Белозеров О. – М.: ВистаСпорт, 2005.

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

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Справочно-информационные сайты:

<http://www.itf.com>

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

<http://www.sportedu.ru>

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

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

<http://tabletennis.hobby.ru>

<http://www.russtt.ru>

www.russianbowling.ru ,

www.etbf.eu ,

www.worldtenpinbowling.com ,

www.bowl.com ,

www.fiq.org ,

www.bowling.ru.

<http://www.badm.ru>

<http://www.badminton.ru>

<http://www.badmintonik.ru>

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

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–программное обеспечение дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис»:

–Операционная система – Microsoft Windows.

–Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.

- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
- Информационно-правовое обеспечение – Гарант.
- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

Отечественные базы данных:

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

Зарубежные базы данных:

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис»

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

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

- 3.Специализированный зал настольного тенниса
- 4.Специализированный зал бадминтона
- 5.Специализированный зал бильярдного спорта
- 6.Столы настольного тенниса, ракетки и сетки для настольного тенниса
- 7.Бильярдные столы: для русского бильярда, пула, снукера
- 8.Кии и шары для бильярдного спорта
- 9.Сетки для настольного тенниса и бадминтона
- 10.Научная аппаратура:
- 11.многофункциональный секундомер
- 12.Цифровая видеокамера

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «*Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис*» для обучающихся в *Институте спорта и физического воспитания* 1 курса, 2 группы направления подготовки 49.03.01 «*Физическая культура*», профиль «*Спортивная подготовка в избранном виде спорта*» очной и заочной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 и 2 семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: *зачёт, экзамен.*

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

1 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Эссе на тему «Введение в специальность» «Как я пришел в свой вид спорта»	2 неделя	5
2	Эссе на тему «Введение в специальность» «Почему я поступил в РГУФКСМиТ»	3 неделя	5
3	Тестирование по теме: «Терминология в индивидуально-игровых видах спорта»	6 неделя	15
4	Написание реферата по теме «История, современное состояние и перспективы развития индивидуально-игровых видов спорта»	10 неделя	10
5	Выполнение практического задания подача строевых команд по разделу «Методика организации тренировочного процесса»	12 неделя	10
6	Тестирование по теме «Техника безопасности в индивидуально-игровых видах спорта»	14 неделя	10
7	Презентация списка сайтов по избранному виду спорта по теме «Современные информационные технологии в избранном виде спорта»	16 неделя	5
8	Посещение занятий 74 час 1 занятие - 0,27 балла	В течение семестра	20
9	Зачёт		20
10	ИТОГО		100 баллов

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

2 семестр

№	<i>Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости</i>	<i>Сроки проведения на очной форме обучения²</i>	<i>Максимальное кол-во баллов</i>
1	Написание реферата по теме «Материально-техническое обеспечение в индивидуально-игровых видах спорта»	24 неделя	10
2	Подготовка и защита плана-конспекта разминки по разделу «Методика организации тренировочного процесса»	25 неделя	5
3	Выполнение практического задания – проведение разминки по разделу «Методика организации тренировочного процесса»	27неделя	10
4	Тест по теме «Правила игры в избранном виде спорта» по теме: «Планирование, организация и методика проведения и судейства соревнований в избранном виде спорта»	29 неделя	10
5	Подготовка и защита положения о соревновании в избранном виде спорта по теме «Планирование, организация и методика проведения и судейства соревнований в избранном виде спорта»	31 неделя	5
6	Деловая игра «Судейство соревнований в избранном виде спорта»	35 неделя	10
7	Презентация по теме: «Структура, задачи и основные направления деятельности международных, европейских и национальных федераций по видам спорта»	38 неделя	5
8	Выполнение практического задания – подготовка списка литературы по избранному виду спорта по теме «НИР в избранном виде спорта»	42 неделя	5
9	Посещение занятий 106 час 1 занятие - 0,09 балла	<i>В течение семестра</i>	10
10	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Написание реферата по теме «История, современное состояние и перспективы развития индивидуально-игровых видов спорта»	10
3	Тестирование по теме «Техника безопасности в индивидуально-игровых видах спорта»	10
4	Презентация списка сайтов по избранному виду спорта по теме «Современные информационные технологии в избранном виде спорта»	5
5	Написание реферата по теме «Материально-техническое обеспечение в индивидуально-игровых видах спорта»	5
6	Тест по теме «Правила игры в избранном виде спорта» по теме: «Планирование, организация и методика проведения и судейства соревнований в избранном виде спорта»	15
7	Выполнение практического задания – подготовка списка литературы по избранному виду спорта по теме «НИР в избранном виде спорта»	5

² Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис» для обучающихся *Института спорта и физического воспитания* 2 курса, 2 группы направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной и заочной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины: 3 и 4 семестры

Форма промежуточной аттестации: зачет – 3 семестр, экзамен – 4 семестр.

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

1 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ³	Максимальное кол-во баллов
1.	Эссе по теме: «Моё отношение, к избранной профессии спустя год обучения в вузе»	2 неделя	5
2	Тесты по теме: «Педагогическое мастерство тренера в избранном виде спорта (ИВС)»	3 неделя	5
3.	Творческая работа «стиль руководства моего тренера»	4 неделя	10
4.	Коллоквиум по теме: «Современное состояние и перспективы развития ИВС»	5 неделя	5
5.	Коллоквиум по теме: «Основы тренировки в ИВС: принципы, средства, методы»	7 неделя	5
6.	Разноуровневые задания по теме: «Основы тренировки в ИВС: принципы, средства, методы»	8 неделя	10
7.	Разноуровневые задания по теме: «Основы методики обучения избранному виду спорта»	10 неделя	10
8.	Подготовка реферата по теме: «Стратегия, техника и тактика соревновательной деятельности в ИВС»	12 неделя	10
9.	Тесты по теме: «Стратегия, техника и тактика соревновательной деятельности в ИВС»	16 неделя	5
10.	Посещение занятий	В течение семестра	15
11.	Зачет		20
12.	ИТОГО		100 баллов

2 семестр

№	<i>Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости</i>	<i>Сроки проведения на очной форме обучения⁴</i>	<i>Максимальное кол-во баллов</i>
1.	Тестирование по теме: «Требования к специальной работоспособности и физическим качествам в ИВС»	26 неделя	10
2.	Разноуровневые задания по теме: «Требования к специальной работоспособности и физическим качествам в ИВС»	27 неделя	10
3.	Творческая работа по теме: «Научно-исследовательская и учебно-исследовательская работа студентов»	29 неделя	10
4.	Тестирование по теме: «Научно-исследовательская и учебно-исследовательская работа студентов»	31 неделя	10
5.	Творческая работа по теме: «ИВС в сфере массово-оздоровительной работы»	35 неделя	10
6.	Разноуровневые задания по теме: «ИВС в сфере массово-оздоровительной работы»	42 неделя	10
7.	Посещение занятий	<i>В течение семестра</i>	10
9	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Тесты по теме: «Педагогическое мастерство тренера в избранном виде спорта (ИВС)»	5
2	Тесты по теме: «Стратегия, техника и тактика соревновательной деятельности в ИВС»	5
3	Тестирование по теме: «Требования к специальной работоспособности и физическим качествам в ИВС»	10
4	Тестирование по теме: «Научно-исследовательская и учебно-исследовательская работа студентов»	10
5	Творческая работа по теме: «ИВС в сфере массово-оздоровительной работы»	10
6	Творческая работа по теме: «Научно-исследовательская и учебно-исследовательская работа студентов»	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

⁴ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис» для обучающихся *Института спорта и физического воспитания* 3 курса, 2 группы направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной и заочной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 и 6 семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: *экзамен*.

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

5-6 семестры

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ⁵	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение практического задания - Защита анализа соревновательной деятельности	5 неделя	5
2	Написание реферата по теме: «Техника индивидуально-игровых видов спорта»	10 неделя	5
3	Тестирование по теме «Техника индивидуально-игровых видов спорта»	13 неделя	5
4	Выполнение практического задания: практика показа и анализа техники	14-15 неделя	5
5	Утверждение темы, цели и задач курсовой работы	16 неделя	5
	6 семестр		
	Написание реферата по теме: «Основы методики обучения»	24 неделя	5
6	Выполнение практического задания - подготовка и защита конспекта с программой обучения	25неделя	3
7	Выполнение практического задания проведение учебно-тренировочного занятия по обучению техническому приему	26 неделя	5
8	Написание реферата по теме: «Основные средства тренировки и методы их применения»	31 неделя	5
9	Выполнение практического задания - подготовка конспекта занятия по теме: «Основные средства тренировки и методы их применения»	33 неделя	2
10	Выполнение практического задания - проведение занятия	33-35 неделя	5

⁵ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	по теме: «Основные средства тренировки и методы их применения»		
11	Выступление на семинаре по теме «Культура речи и методика делового общения»	39 неделя	5
12	Презентация курсовой работы (титул, введение, лит. обзор, 2 глава)	42 неделя	5
13	Посещение занятий	В течение семестра	10
14	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Написание реферата по теме: «Техника индивидуально-игровых видов спорта»	10
3	Тестирование по теме «Техника индивидуально-игровых видов спорта»	10
4	Написание реферата по теме: «Основы методики обучения»,	10
5	Написание реферата по теме: «Основные средства тренировки и методы их применения»	10
6	Презентация курсовой работы (титул, введение, лит. обзор, 2 глава)	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			

Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A
-------------------------	---	---	---	---	---	---

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине *«Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис»* для обучающихся *Института спорта и физического воспитания* 4 курса, 2 группы *направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной и заочной форм обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 и 8 семестры

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

7-8 семестры

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ⁶	Максимальное кол-во баллов
1	Эссе на тему «Мои планы в профессиональной деятельности»	5 неделя	5
2	Тестирование по теме: «Оценка уровня готовности к предстоящей профессиональной деятельности»	10неделя	5
3	Написание реферата по теме: «Психологическая подготовка в индивидуально-игровых видах спорта»	13 неделя	5
4	Написание реферата по теме: «Отбор в индивидуально-игровых видах спорта»	20 неделя	5
5	Коллоквиум №1 по теме: «Система спортивной подготовки игроков в настольный теннис и система её обеспечения»	26 неделя	5
6	Написание реферата по теме: «Планирование спортивного совершенствования»	29неделя	5
7	Выполнение практического задание составление плана подготовки по теме: «Планирование спортивного совершенствования»	31 неделя	10
8	Коллоквиум №2 по теме «Виды и методы контроля подготовленности спортсменов в избранном виде спорта».	35 неделя	5
9	Реферат по теме: ««Многолетняя система подготовки спортсменов в индивидуально-игровых видах спорта», теме «Контроль и учет спортивного совершенствования в избранном виде спорта»	37 неделя	5
10	Подготовка презентации по теме: «НИР в выпускных	38 неделя	5

⁶ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	квалификационных работах»		
11	Апробация по теме выпускной квалификационной работы	40 неделя	5
12	Посещение занятий	В течение семестра	15
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Написание реферата по теме: «Психологическая подготовка в индивидуально-игровых видах спорта»	10
3	Написание реферата по теме: «Отбор в индивидуально-игровых видах спорта»	10
4	Написание реферата по теме: «Планирование спортивного совершенствования»	10
5	Выполнение практического задания составление плана подготовки по теме: «Планирование спортивного совершенствования»	10
6	Подготовка презентации по теме: «НИР в выпускных квалификационных работах»	5
7	Апробация по теме выпускной квалификационной работы	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

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

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



Институт спорта и физического воспитания

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

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд,
настольный теннис»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

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

Москва – 2017 г.

Общая трудоемкость дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис» составляет 40 зачетных единиц.

1.Семестры освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис»: . 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8.

2.Цель освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис»: освоить учебно-практический материал, необходимый для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), училищах олимпийского резерва (УОР), и средних специальных учебных заведениях, владеющих теоретическими знаниями научных достижений в нашей стране и за рубежом и умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис».

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 «Теория и методика избранного вида спорта: бадминтон, бильярд, настольный теннис»

заочная форма обучение

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Педагогическое мастерство специалиста в индивидуально-игровых видах спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	1	4	8	100		эссе

2	Раздел 2. История, современное состояние и перспективы развития индивидуально-игровых видов спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	2	4	14	180	9	реферат
3	Раздел 3. Техника избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	3	4	22	210		реферат
4	Раздел 4. Стратегия, техника и тактика соревновательной деятельности избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	4	4	26	200	9	реферат
5	Раздел 5. Основные положения правил соревнований по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису	5	2	10	100		тестирование
6	Раздел 6. Материально-техническое обеспечение в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	6	4	10	110		реферат
7	Раздел 7. Основы тренировки спортсменов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	6-7	4	28	230	9	тестирование
8	Раздел 8. Спортивная тренировка в индивидуально-игровых видах спорта как многолетний процесс	8-9	4	22	190	9	Контр. раб.
9	Раздел 9. Основы научно-исследовательской деятельности	9-10	2	16	139		реферат
10	Экзамен	10				9	Экзамен, апробация ВКР
Итого часов:			32	156	1459	45	
Всего			1692				

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Педагогическое мастерство специалиста в индивидуально-игровых видах спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	1, 3	8	22	20		эссе
2	Раздел 2. История, современное	1	12	40	50		реферат

	состояние и перспективы развития индивидуально-игровых видов спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса						
3	Раздел 3. Стратегия, техника и тактика соревновательной деятельности избранного вида спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	1, 2, 3, 4	26	122	120		реферат
4	Раздел 4. Система спортивной подготовки спортсменов в избранном виде спорта: бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	5, 6, 7	22	106	120		реферат
5	Раздел 5 Планирование и управление подготовкой спортсменов в индивидуально-игровых видах спорта бадминтоне, бильярде, настольном теннисе	6 7 8	26	100	120		тестирование
6	Раздел 6. Индивидуально-игровые виды спорта в сфере массово-оздоровительной работы	3, 4	14	56	60		Контр. раб.
7	Раздел 7. Основные правила и методика проведения и судейства соревнований по избранному виду спорта: бадминтону, бильярду, настольному теннису	2	10	40	30		тестирование
8	Раздел 8. Материально-техническое обеспечение в избранном виде спорта: бадминтона, бильярда, настольного тенниса	2	10	40	78		реферат
9	Раздел 9. Основы научно-исследовательской деятельности в избранном виде спорта	6-8	12	50	90		апробация ВКР
Итого часов:			140	524	992	36	
Всего			1692				

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Институт спорта и физической культуры

Кафедра теории и методики баскетбола

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)»

(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 № 8 от «21» апреля 2016 г.

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

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

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

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

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

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

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

Составитель:

Андрющенко Лилия Борисовна, д.п.н., профессор кафедры ТИМ баскетбола
Аверясова Юлия Олеговна, старший преподаватель кафедры ТИМ
баскетбола

Рецензент:

Жияр Марина Владимировна, доктор педагогических наук, доцент,
директор института научно-педагогического образования

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)» является – обеспечить освоение теоретического и учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01-"Физическая культура", владеющих инновационными знаниями, отечественными и зарубежными практиками подготовки спортивного резерва в баскетболе на различных его этапах: на начальном этапе, этапе спортивной подготовки, спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства.

2. Место дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата

Учебная дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)» 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 баскетбола.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как спортивно-педагогическое совершенствование, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология, Интернет-технологии в спорте, безопасность жизнедеятельности, восстановление в спорте, врачебный контроль и др.

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

Таблица 1

Компетенции, формируемые у студентов при освоении дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)»

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	способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки			
	<i>Знать:</i> – принципы и методы обучения в баскетболе на начальном этапе спортивной подготовки; – медико-биологические и психолого-педагогические	4		

	<p>особенности занимающихся в группах начальной подготовки;</p> <ul style="list-style-type: none"> – требования федерального стандарта спортивной подготовки в баскетболе к проведению занятий с данным контингентом. 			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта для работы с баскетболистами на начальном этапе спортивной подготовки; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в баскетболе с учетом особенностей занимающихся в группах начальной подготовки и требований федерального стандарта спортивной подготовки в баскетболе. 			
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – принципы и методы обучения в баскетболе на этапе спортивной специализации; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся этапе спортивной специализации; – требования федерального стандарта спортивной подготовки в баскетболе к проведению занятий с баскетболистами . 	6		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта для работы с баскетболистами на этапе спортивной специализации; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в баскетболе с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивной специализации и требований федерального стандарта спортивной подготовки в баскетболе. 			
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – принципы и методы обучения в баскетболе на этапе спортивного мастерства; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на этапе спортивного мастерства; – требования федерального стандарта спортивной подготовки в баскетболе к проведению занятий с данным контингентом баскетболистов. 	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 для работы с баскетболистами на этапе спортивного мастерства; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и 			

	соревновательные программы спортивной подготовки в баскетболе с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного мастерства и требований федерального стандарта спортивной подготовки в баскетболе.			
	<i>Знать:</i> – принципы и методы обучения в баскетболе на этапе высшего спортивного мастерства; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на этапе высшего спортивного мастерства; – требования федерального стандарта спортивной подготовки в баскетболе к проведению занятий с данным контингентом баскетболистов.			
	<i>Уметь:</i> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта для работы с баскетболистами на этапе высшего спортивного мастерства; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в баскетболе с учетом особенностей занимающихся на этапе высшего спортивного мастерства и требований федерального стандарта спортивной подготовки в баскетболе.			
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			
	<i>Знать:</i> – основы разностороннего развития занимающихся средствами игры в баскетбол; – принципы построения занятий по баскетболу оздоровительной направленности.	1		
	<i>Знать:</i> – факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе спортивной подготовки в баскетболе; – особенности протекания восстановления при занятиях баскетболом.	8		
	<i>Уметь:</i> – подбирать восстановительные средства, используемые после тренировочных нагрузок в баскетболе; – использовать восстановительные средства, при повышенных тренировочных и соревновательных нагрузках.			
<i>Владеть:</i> – планированием восстановительных мероприятий в годичном цикле спортивной подготовки в баскетболе				

ОПК-8	способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта			
	<i>Знать:</i> – эволюцию правил соревнований по баскетболу; – судейскую терминологию при проведении соревнований по баскетболу 5х5, 3х3; – основные требования к оборудованию и личному инвентарю участников соревнований.	1		
	<i>Знать:</i> – правила соревнований по баскетболу; – документы планирования и проведения соревнований; – особенности организации и проведения соревнований различного уровня; – обязанности организаторов и судей соревнования; – основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.	3		
	<i>Уметь:</i> – организовывать и проводить соревнования различного уровня; – осуществлять объективное судейство соревнований; – обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований			
ОПК-11	способность проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик			
	<i>Знать:</i> – основы научно-методической деятельности в баскетболе; – инновационные методики проведения научных исследований по определению эффективности тренировочной и соревновательной деятельности в сфере физической культуры и спорта.	2		
	<i>Уметь:</i> – выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта.	1		
	<i>Знать:</i> – методы научного анализа и обработки результатов исследований.	4		
	<i>Уметь:</i> – применять инновационные методы и методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта; – применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований.			
	<i>Уметь:</i> – интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической	6		

	активности.			
	<i>Уметь:</i> – проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы.	8		
	<i>Владеть:</i> – методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием инновационных методов и 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			
	<i>Знать:</i> – истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; – медико-биологические и психологические основы спортивной подготовки в сфере физической культуры и спорта; – санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта.	1		
	<i>Уметь:</i> – использовать на занятиях по баскетболу знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки; – использовать медико-биологические и психологические знания в сфере физической культуры и спорта; – соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования в профессиональной деятельности тренера.			
	<i>Владеть:</i> – умениями осуществлять тренерскую деятельность в баскетболе с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психофизиологических основ спортивной тренировки; – современными технологиями тренировки в баскетболе; – умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности.			
ПК-9	способность формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у занимающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции			
	<i>Знать:</i> – психологическую характеристику двигательной	4		

	деятельности в баскетболе.			
	<i>Знать:</i> – методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.	5		
	<i>Уметь:</i> – использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции.			
	<i>Владеть:</i> – методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.			
	<i>Знать:</i> – механизмы формирования мотивации к занятиям баскетболом на различных этапах спортивной подготовки.	8		
	<i>Уметь:</i> – использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям баскетболом.			
	<i>Владеть:</i> – умением формировать мотивацию к тренировочным занятиям, большим физическим нагрузкам в баскетболе.			
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			
	<i>Знать:</i> – теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; – методики отбора и спортивной ориентации в баскетболе; – инновационные методы и аппаратно-диагностические методики по определению антропометрических, психофизиологических, физических, технических и тактических особенностей баскетболистов.	6		
	<i>Уметь:</i> – эффективно применять педагогические методы (экспертный анализ, тестирование) при спортивном отборе; – определять предрасположенность к занятиям баскетболом на основе инновационным методов диагностики; – анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; – использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при			

	осуществлении отбора и спортивной ориентации (амплуа) в баскетболе.			
ПК-11	способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта			
	<i>Знать:</i> – теоретические основы программирования процесса обучения в баскетболе	3		
	<i>Уметь:</i> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по баскетболу на начальном этапе спортивной подготовки.			
	<i>Уметь:</i> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по баскетболу на этапе спортивной специализации.	6		
	<i>Уметь:</i> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по баскетболу на этапе спортивного мастерства.	7		
	<i>Уметь:</i> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по баскетболу на этапе высшего спортивного мастерства.			
ПК-13	способность использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию			
	<i>Знать:</i> – содержание и организацию педагогического контроля в баскетболе; – содержание и организацию врачебного контроля в баскетболе; – актуальные технологии управления состоянием спортсмена в процессе тренировочной деятельности; – актуальные технологии управления состоянием спортсмена в процессе соревновательной деятельности.	7		
	<i>Уметь:</i> – разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; – фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; – находить организационные решения для коррекции состояния баскетболистов.			
	<i>Владеть:</i> – актуальными для баскетбола технологиями 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			
	<i>Знать:</i> – основы теории и методики спортивной тренировки в баскетболе; – средства и методы физической, технической и тактической подготовки в баскетболе.	5		
	<i>Уметь:</i> – совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; – в соответствии с особенностями баскетбола демонстрировать технику движений, технико-тактические действия.			
ПК-15	способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму			
	<i>Знать:</i> – средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; – эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.	7		
	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; – сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.			
ПК-26	способность планировать оснащение физкультурно-спортивной организации соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем			
	<i>Знать:</i> – санитарно-гигиенические нормы спортивной подготовки в баскетболе; – функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки в баскетболе.	1		
	<i>Уметь:</i> – осуществлять качественный уход за применяемым в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем; – выбрать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги для различных категорий занимающихся баскетболом.			
	<i>Владеть:</i> – навыками безопасной и эффективной работы, качественного ухода за оборудованием и инвентарем.			
	<i>Знать:</i> – технологии составления планов оснащения	4		

	физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем.			
	<i>Уметь:</i> – составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивный экипировки, инвентарь, оборудования.			
	<i>Владеть:</i> – навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки.			
ПК-28	способность выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта			
	<i>Знать:</i> – основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; – принципы организации и проведения научно-исследовательских работ.	2		
	<i>Уметь:</i> – планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в баскетболе с использованием апробированных методов и методик исследования.			
	<i>Владеть:</i> – навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в баскетболе.			
ПК-30	способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности			
	<i>Знать:</i> – методологию исследовательской деятельности.	4		
	<i>Уметь:</i> – проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов исследования; – использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики для оценки состояния потенциальной готовности баскетболистов к соревновательной деятельности.	6		
	<i>Владеть:</i> – опытом научного анализа и применения научных данных в профессиональной деятельности тренера.	8		

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

4.1 заочное обучение

Объем и сроки изучения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)» регламентированы рабочим учебным планом.

Студенты *заочной формы обучения* изучают курс в течение 10 семестров 1692 часа (47 зачетных единиц), из них:

- аудиторные формы занятий занимают 188 часов (5,2 зачетных единицы);

- самостоятельная работа 1459 часа (40,5 зачетных единиц);
- подготовка к экзаменам 45 часов (1,3 зачетная единица).

Общая трудоемкость *первого года обучения(1-3 сессия)* составляет 324 часов (9 зачетных единиц), из них:

- лекции 6 часов;
- практические занятия 26 часов;
- самостоятельная работа студента 283 часа;
- подготовка к экзамену 9 часов.

Общая трудоемкость *второго года обучения(5-6 сессия)* составляет 360 часа (10 зачетных единиц), из них:

- лекции 6 часов;
- практические занятия 32 часа,
- самостоятельная работа 313 часов;
- подготовка к экзамену 9 часов.

Общая трудоемкость *третьего года обучения(8-9 сессии)* составляет 288 часов (8 зачетных единиц), из них:

- лекции 6 часов;
- практические занятия 30 часов;
- самостоятельная работа студента 293 часа;
- подготовка к экзамену 9 часов.

Общая трудоемкость *четвертого года обучения (сессия –В и сессия – С)* составляет 360 часов (10 зачетных единиц), из них:

- лекции 6 часов;
- практические занятия 30 часов;
- самостоятельная работа студента 315 часов;
- подготовка к экзамену 9 часов.

Общая трудоемкость *пятого года обучения (сессия -F и сессия – Е)* составляет 360 часов (10 зачетные единицы), из них:

- лекции отводится 8 часов;
- практические занятия 38 часов;
- самостоятельная работа студента 305 часов;
- подготовка к экзамену 9 часов.

Таблица 2

Содержание разделов (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)», трудоемкость и формы контроля

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)»	Сессия	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра); форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС	Контроль	
I курс	Всего: 4 часа (0,1 зачетных единиц)	1		4			Зачет

1	Раздел 1. Общие основы теории баскетбола Модуль 1 (0,1 зачетных единиц – 4 часа)			4			
1.1	Введение в дисциплину: «Теория и методика баскетбола»			2			устный опрос
1.2	Профессиональный стандарт «Тренер»			2			устный опрос
I курс	Всего: 194 часа (5,0 зачетных единиц)		2	8	184		зачет
2	Раздел 2. Содержание игровой деятельности в баскетболе Модуль 2 (1,5 зачетных единиц – 68 часа)	2	2	4	62		
2.1	Профессиональный стандарт «Спортсмен»				8		устный опрос
2.2	Федеральный стандарт спортивной подготовки в баскетболе		2		8		устный опрос
2.3	Примерная рабочая программа спортивной подготовки в баскетболе				8		устный опрос
2.4	Современные тенденции развития баскетбола в мире				8		Подготовка презентации и докладов
2.5	«Состояние и перспективы развития баскетбола в России»				6		Подготовка презентации и докладов
2.6	Характеристика игры в баскетбол			2	6		устный опрос
2.7	Техника игры в баскетбол			2	6		устный опрос
2.8	Техника нападения. Классификация и терминология				6		Подготовка презентации и докладов
2.9	Техника защиты. Классификация и терминология				6		Подготовка презентации и докладов
3	Раздел 3. Формирование навыков педагогического мастерства Модуль 3 (1,4 зачетных единиц – 64 часа)			4	60		
3.1	Методика обучения технике игры в нападении и защите			2	14		устный опрос

3.2	Обучение общеразвивающим и специальным упражнениям.				16		устный опрос
3.3	Структура, задачи и организация занятия.				14		устный опрос
3.4	Средства развития физических качеств.			2	16		устный опрос
4	<i>Раздел 4. Организация проведения соревнований по баскетболу Модуль 4 (2 зачетных единиц – 72 часов)</i>				72		устный опрос
4.1	Нормативно-правовая база проведения соревнований по баскетболу				14		устный опрос
4.2	Правила соревнований по баскетболу				16		устный опрос
4.3	Механика судейства в баскетболе.				14		устный опрос
4.4	Методика и организация работы секретариата				16		устный опрос
4.5.	Ролевые игры по проведению соревнований различного уровня.				12		Подготовка презентации и докладов
<i>Семестровый зачет для студентов первого курса</i>							Тестирование по теории, физической и технической подготовленности
I курс	Всего: 270 часов (4,0 зачетных единиц)	3	4	4	99	9	Экзамен
5	<i>Раздел 5. Содержание игровой деятельности в баскетболе Модуль 5 (0,6 зачетных единиц – 20 часа)</i>		2	2	16		
5.1.	Физические качества баскетболиста		2		4		Подготовка презентаций и докладов
5.2	Стратегия и тактика баскетбола				4		Подготовка презентаций и докладов
5.3	Тактика нападения (индивидуальные и групповые действия, командные: нападение против личной защиты).				4		Подготовка презентаций и докладов

5.4.	Тактика защиты (индивидуальные и групповые действия, командная: личная защита, личный прессинг).				4		Подготовка презентаций и докладов
6	Раздел 6. Формирование навыков педагогического мастерства Модуль 6 (0,6 зачетных единиц – 20 часа)			2	16		
6.1	Методика обучения технике			2	8		Подготовка презентаций и докладов
6.2	Методика обучения тактике (индивидуальные и групповые, командные действия)				8		Подготовка презентаций и докладов
7	Раздел 7. Соревнования в баскетболе, способы проведения, методика судейства Модуль 7 (0,6 зачетных единиц – 20 часа)			2	16		
7.1	Изменения Правил соревнований по баскетболу			2	6		Подготовка презентаций и докладов
7.2	Методика и организация работы секретариата				6		Подготовка презентаций и докладов
7.3	Ведение протокола игры и технического отчета				4		Подготовка презентаций и докладов
8	Раздел 8. Материально-техническая база развития баскетбола Модуль 8 (0,7 зачетных единиц – 20 часа)			2	16		
8.1	Модуль 29 (1,0 зачетных единиц – 36 часов) Оборудование залов и сооружений. Инвентарь для игры в баскетбол			2	8		устный опрос
8.2	Составить перечень оборудования и инвентаря (техническая заявка на закупку)				8		устный опрос
9	Раздел 9. Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы Модуль 9 (0,7 зачетных единиц – 20 часа)			2	16		

9.1	Модуль 30 (0,2 зачетных единиц – 8 часов) Особенности проведения занятий по баскетболу с различным контингентом занимающихся.			2	16		устный опрос
10	Раздел 10. НИР и УИРС в баскетболе Модуль 10 (1,0 зачетных единиц – 20 часа)		2	2	35		
10.1	Современное состояние и направления развития НИР в баскетболе. Выбор темы учебно-научной работы. Составление концепции исследования.			2	35		Подготовка презентаций и докладов
	Семестровый экзамен для студентов первого курса					9	Ответы на вопросы по экзаменационным билетам
Всего за I курс: 324 часа (9,0 зачетных единиц)			6	26	283	9	
II курс	Всего:135часов (5,0 зачетных единиц)	5	4	16	142		Зачет
11	Раздел 11. Общие основы теории баскетбола Модуль 11 (0,25 зачетных единиц – 8 часов)		2	2	20		
11.1	Современное состояние и перспективы развития женского баскетбола в России и в мире.		2	2	20		Подготовка презентаций и докладов
12	Раздел12. Содержание игровой деятельности в женском баскетболе Модуль 12 (1 зачетных единиц – 36 часов)		6	18	20		
12.1	Стратегия и тактика баскетбола		2	2	10		устный опрос
12.2	Тактика нападения (командные действия: нападение против зонной защиты)		2	8	6		Подготовка презентаций и докладов
12.3	Тактика защиты (командные действия: зонная защита, зонный прессинг)		2	8	4		Подготовка презентаций и докладов

13	Раздел 13. Система подготовки баскетболистов Модуль 13 (1 зачетных единиц – 36 часов)		4	20	20		
13.1	Цели, задачи и содержание подготовки баскетболистов		2	4	6		устный опрос
13.2	Специальная физическая подготовка		2	4	4		Подготовка презентаций и докладов
13.3	Техническая подготовка			6	6		Подготовка презентаций и докладов
13.4	Тактическая подготовка			6	4		Подготовка презентаций и докладов
14	Раздел 14. Формирование навыков педагогического мастерства Модуль 14 (0,5 зачетных единиц – 18 часов)			14	20		
14.1	Методика обучения тактике			4	10		устный опрос
14.2	Проведение части занятия по методике обучения тактике (командные действия)			4	8		Подготовка презентаций и докладов
14.3	Составление конспекта и проведение занятия			6	2		Подготовка презентаций и докладов
15	Раздел 15. Материально-техническая база развития баскетбола Модуль 15 (0,5 зачетных единиц – 18 часов)		2	12	20		
15.1	Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочных занятий и соревнований. Аппаратно-диагностические комплексы по оценке состояния готовности к тренировочной и соревновательной деятельности.		2	12	20		Подготовка презентаций и докладов
16	Раздел 16. Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы Модуль 16 (0,25 зачетных единиц – 10 часов)		2	2	20		

16.1	Организация и проведение массовых мероприятий по баскетболу по мини-баскетболу		2	2	20		устный опрос
17	Раздел 17. НИР и УИРС в баскетболе Модуль 17 (0,25 зачетных единиц – 9 часов)		2	4	22		
17.1	Учебно-исследовательская работа студента. Требования к подготовке реферата по теоретико-методологическому обоснованию темы исследования.		2	4	22		Подготовка презентаций и докладов
Семестровый зачет для студентов второго курса							Тестирование по теории, физической и технической подготовленности
II курс	Всего:198часа (6,0 зачетных единиц)	6	2	16	171		Экзамен
18	Раздел 18. Система подготовки баскетболистов Модуль 18 (1,0 зачетных единиц – 36 часов)		2	4	30		
18.1	Построение многолетней спортивной подготовки баскетболистов.		2		6		устный опрос
18.2	Теоретическая подготовка				4		Подготовка презентаций и докладов
18.3	Психологическая подготовка				6		Подготовка презентаций и докладов
18.4	Функциональная подготовка. Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка.			2	4		Подготовка презентаций и докладов
18.5	Спортивный отбор в баскетболе. Подготовка резерва в баскетболе			2	6		устный опрос
18.6	Игровая и соревновательная (интегральная) подготовка (ИП)				4		устный опрос
19	Раздел 19. Обеспечение системы подготовки баскетболистов Модуль 19 (1,0 зачетных единиц – 36 часов)			4	32		

19.1	Структура, задачи и основные направления деятельности ФИБА и РФБ, федераций баскетбола в регионах России. Организация и управление их работой				10		устный опрос
19.2	Организация и управление развитием баскетбола в системе ВО и СПО			2	10		устный опрос
19.3	Организация и управление развитием баскетбола в спортивных и общеобразовательных школах			2	12		устный опрос
20	Раздел 20. Формирование навыков педагогического мастерства Модуль 20 (1,0 зачетных единиц – 36 часов)			2	34		
20.1	Особенности методики проведения занятий на этапе начальной подготовки			2	34		Подготовка презентаций и докладов
21	Раздел 21. Соревнования в баскетболе, способы проведения, методика судейства Модуль 21 (1,0 зачетных единиц – 36 часов)			2	34		
21.1.	Характеристика системы соревнований в баскетболе 3х3, виды соревнований и способы розыгрыша			2	6		Подготовка презентаций и докладов
21.2.	Положение о соревновании и методика его составления в баскетболе 3х3				6		устный опрос
21.3.	Организация и проведения соревнований в баскетболе 3х3				6		устный опрос
21.4.	Современная трактовка правил по баскетболу				6		устный опрос
21.5.	Правила соревнований по баскетболу 3х3			2	6		устный опрос
21.6.	Основы методики судейства в поле по баскетболу 3х3				4		устный опрос

22	Раздел 22. Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы Модуль 22 <i>(0,25 зачетных единиц – 22часа)</i>			2	20		
22.1	Особенности проведения занятий по баскетболу в образовательных организациях			2	20		Подготовка презентаций и докладов
23	Раздел 23. НИР и УИРС в баскетболе Модуль 22 <i>(0,5 зачетных единиц – 23 часа)</i>			2	21		
23.1	Научно-методические основы экспериментально-исследовательской работы			2	6		устный опрос
23.2	Методы исследования, их классификация				6		устный опрос
23.3	Учебно-исследовательская работа студента				9		Подготовка презентаций и докладов
	<i>Семестровый экзамен для студентов первого курса</i>					9	Ответы на вопросы по экзаменационным билетам
Всего за II курс: 360 часов (10,0 зачетных единиц)			6	32	313	9	
III курс	Всего:162 часа (5,0 зачетных единиц)	8	2	16	144		Зачет
24	Раздел 24. Общие основы теории баскетбола Модуль 24 <i>(1,0 зачетных единиц – 36 часов)</i>			4	20		
24.1	Современное состояние и перспективы развития мужского баскетбола в России и в мире			4	20		устный опрос
25	Раздел 25. Система подготовки баскетболистов Модуль 25 <i>(2,0 зачетных единиц – 72часов)</i>			4	40		
25.1	Средства тренировки и методы их применения			2	6		устный опрос
25.2	Методика совершенствования физической подготовленности баскетболистов различной квалификации				6		устный опрос

25.3	Методика совершенствования технической подготовленности баскетболистов различной квалификации				6		устный опрос
25.4	Методика совершенствования тактической и игровой подготовленности баскетболистов различной квалификации				6		устный опрос
25.5	Методика совершенствования психологической подготовленности баскетболистов различной квалификации				6		устный опрос
25.6	Тренировочные и соревновательные нагрузки и их регулирование у баскетболистов разного возраста				6		устный опрос
25.7	Специальная работоспособность баскетболиста				2		устный опрос
25.8	Восстановление в процессе подготовки баскетболистов			2	2		устный опрос
26	Раздел 26. Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы Модуль 25 (2,0 зачетных единиц – 72 часов)			4	52		
26.1	Профилактика травматизма в процессе занятий баскетболом			4	52		Подготовка презентаций и докладов
27	Раздел 27. НИР и УИРС в баскетболе Модуль 27 (2,0 зачетных единиц – 72 часов)		2	4	48		
27.1	Учебно-исследовательская работа студента			2	16		Подготовка презентаций и докладов
27.2	Требования к выполнению и написанию выпускных квалификационных работ			2	16		Подготовка презентаций и докладов
27.3	Методика сбора материалов исследования и обработка данных		2		16		Подготовка презентаций и докладов
Семестровый зачет для студентов третьего курса							Тестирование по теории, физической и технической подготовленности

III курс	Всего:126 часов (5,0 зачетных единиц)	9	4	14	99	9	Экзамен
28	<i>Раздел 28. Управление подготовкой баскетболистов</i> <i>Модуль 28</i> <i>(1,0 зачетных единиц – 30 часов)</i>		2	4	24		
28.1	Общие основы теории управления		2	2	6		устный опрос
28.2	Планирование спортивной тренировки			2	6		Подготовка презентаций и докладов
28.3	Построение годичного цикла				4		Подготовка презентаций и докладов
28.4	Система комплексного контроля в спортивной тренировке				4		Подготовка презентаций и докладов
28.5	Управление командой в процессе соревнований				4		устный опрос
29	<i>Раздел 29. Обеспечение системы подготовки баскетболистов</i> <i>Модуль 29</i> <i>(1,0 зачетных единиц – 30 часов)</i>			4	26		
29.1	Научно-методическое и медицинское обеспечение подготовки баскетболистов			2	12		устный опрос
29.2	Информационное и компьютерное обеспечение			2	14		устный опрос
30	<i>Раздел30. Формирование навыков педагогического мастерства</i> <i>Модуль 30</i> <i>(1,0 зачетных единиц – 36 часов)</i>			2	24		
30.1	Разработка документации планирования			2	12		Устный выборочный
30.2	Методика тестирования и обработка материалов по физической и технической подготовленности резерва				12		Устный выборочный

31	Раздел 31. Соревнования в баскетболе, способы проведения, методика судейства Модуль 31 (1,0 зачетных единиц – 36 часов)			2	12		
31.1	Особенности методики и организации проведения массовых соревнований			2	6		Устный выборочный
31.2	Методика судейства в баскетболе				6		Устный выборочный
32	Раздел 32. НИР и УИРС в баскетболе Модуль 32 (0,5 зачетных единиц – 18 часов)			2	25		
32.1	Сбор материалов исследования и обработка данных			2	25		устный опрос
	Семестровый экзамен для студентов первого курса					9	Ответы на вопросы по экзаменационным билетам
III курс	Всего:288 часа (11,5 зачетных единиц)		6	30	243	9	
IV курс	Всего:180 часов (5,0 зачетных единиц)	В	2	14	164		Зачет
33	Раздел 33. Общие основы теории баскетбола Модуль 33 (1,0 зачетных единиц – 36 часов)		2	4	30		
33.1	Современное состояние и перспективы развития различных видов баскетбола: 1х1,2х2, 3х3, 5х5, на колясках		2	4	30		устный опрос
34	Раздел 34. Система подготовки баскетболистов Модуль 34 (2,0 зачетных единиц – 72 часов)			6	66		
34.1	Тренировочные и соревновательные нагрузки и их регулирование у баскетболистов разной квалификации			2	12		устный опрос
34.2	Особенности скоростно-силовой подготовки баскетболистов			2	12		устный опрос
34.3	Современные средства и			2	12		устный опрос

	методы повышения работоспособности						
34.4	Особенности средств и методов физической подготовки баскетболистов в годичном цикле				12		устный опрос
34.5	Особенности технической подготовки баскетболистов в годичном цикле				2		устный опрос
34.6	Современная стратегия и тактическая подготовка баскетболистов в годичном цикле				2		устный опрос
34.7	Психологические аспекты соревновательной деятельности и современные концепции психологической подготовки баскетболистов				8		устный опрос
35	Раздел 35. НИР и УИРС в баскетболе Модуль 35 (2,0 зачетных единиц – 108 часов)			4	68		
35.1	Современное состояние и направления развития НИР			2	8		Семинар
35.2	Экспериментально-исследовательская работа студентов, оформление выпускной работы			2	60		Семинар
IV курс	Всего:180 часов (5,0 зачетных единиц)	С	4	16	151	9	Экзамен
36	Раздел 36. Управление подготовкой баскетболистов Модуль 36 (5,0 зачетных единиц – 180 часа)		4	16	151		
36.1	Современная концепция подготовки баскетболистов		2		16		устный опрос
36.2.	Моделирование спортивной деятельности			2	16		устный опрос
36.3.	Прогнозирование спортивных результатов			2	16		устный опрос
36.4	Построение и содержание четырехлетнего олимпийского цикла			2	16		устный опрос
36.5.	Инновации в планировании спортивной тренировки			2	16		устный опрос
36.6	Современная аппаратура комплексного контроля в баскетболе			2	16		устный опрос
36.7	Планирование и контроль			2	16		устный опрос

	нагрузок в баскетболе						
36.8	Современные подходы к построению тренировочных занятий			2	16		устный опрос
36.9	Модель тренера в баскетболе	2		2	23		устный опрос
V курс	Всего:180 часов (5,0 зачетных единиц)	Е	4	18	158	9	Зачет
37	<i>Раздел 37. Обеспечение системы подготовки баскетболистов</i> <i>Модуль 37</i> <i>(5,0 зачетных единиц – 180 часов)</i>		4	18	158		
37.1	Управление развитием баскетбола в профессиональных и студенческих кубках		2	4	20		устный опрос
37.2	Управление развитием массовым баскетболом в России			2	20		устный опрос
37.3	Организационно-управленческое и материально-техническое обеспечение подготовки баскетболистов			2	20		устный опрос
37.4	Индивидуализация подготовки баскетболистов			2	20		устный опрос
37.5	Целевая комплексная программа подготовки баскетболистов			2	20		устный опрос
37.6	Деятельность международных организаций мирового и европейского баскетбола			2	20		устный опрос
37.7	Маркетинг и менеджмент в баскетболе		2	4	38		устный опрос
V курс	Всего:180 часов (5,0 зачетных единиц)	Ф	4	20	147	9	Экзамен
38	<i>Раздел 38. Формирование навыков педагогического мастерства</i> <i>Модуль 38</i> <i>(2,5 зачетных единиц – 86 часов)</i>		2	10	74		
38.1	Современные программы комплексного контроля подготовленности баскетболистов		2	4	36		устный опрос
38.2	Овладение методами контроля: аппаратное обеспечение комплексного контроля в баскетболе			6	38		устный опрос

39	Раздел 39. НИР и УИРС в баскетболе Модуль 39 (2,5 зачетных единиц – 85 часа)		2	10	73		
39.1	Окончательное оформление ВКР		2	10	73		Подготовка презентаций и докладов
	Семестровый экзамен для студентов четвертого курса					9	Ответы на вопросы по экзаменационным билетам
Всего за IV курс: 450 часов (12,5 зачетных единиц)			8	38	305	9	
Всего за курс: 1692 часа (47,0 зачетных единиц)			32	156	1459	45	

Примечание:

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

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

4.2. 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, базовые 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 видах современного пятиборья, совершенствуют профессионально-педагогические навыки и умения, необходимые для профессиональной деятельности тренера. 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:

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

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

- 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 баскетболу 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.

Учебно-научные конференции – это форма интерактивного обучения, целью которого является формирование у студентов вовлеченности в научно-исследовательскую деятельность как важную составляющую профессиональной подготовки тренеров, развитие умений представлять полученные результаты исследования в условиях публичного обсуждения.

В рамках учебного курса предусмотрены встречи с представителями российской и международной федераций баскетбола, государственных и общественных организаций (МИНСПОРТ РФ), мастер-классы олимпийских чемпионов по баскетболу и их тренеров.

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

В процессе изучения дисциплины непрерывно осуществляется контроль за качеством сформированности компетенции. Итоговая оценка уровня сформированности компетенции (ИОУСК) определяется по формуле:

$$\text{ИОУСК} = \frac{[\text{УСК}_1 + \text{УСК}_2 + \text{УСК}_3 + \text{УСК}_4 + \text{УСК}_5 + \text{УСК}_6 + \text{УСК}_7 + \text{УСК}_8]}{8}$$

где, $\text{УСК}_1 - \text{УСК}_8$ – уровень сформированности компетенции в каждом полугодии текущего учебного года.

Уровень сформированности компетенции в каждом полугодии текущего учебного года оценивается по результатам изучения модулей (модульных единиц) дисциплины и оценивается по формуле:

$$\text{УСК} = \frac{T + П + ТПН}{3}$$

где, T – тестирование знаний; $П$ – оценка посещаемости занятий; $ТПН$ – тестирования практических навыков.

Баллы по показателю «посещаемость учебных занятий» приравниваются к %, посетивших студентами лекционных, семинарских и практических занятий. Баллы по показателю «тестирование знаний» приравниваются к % правильных ответов. Баллы по показателю «тестирование практических навыков» - это средняя оценка за выполнение тестов по технической и специальной физической подготовке.

В соответствии с международными требованиями оценки качества обучения и уровень сформированности компетенций у студентов определяется по количеству набранных баллов, которые переводятся в словесно-цифровое выражение («Неудовлетворительно», «Удовлетворительно», «Хорошо», «Отлично»), соизмеряющиеся с 5-и балльной шкалой оценки и присваиваются индексы (F, E, D, C, B, A) по шкале ECTS.

Изучение курса завершается зачетом в 1,3,5,7 семестрах. Во 2,4,6,8 семестрах – экзаменом (таблицы 3,4).

Таблица 3

Шкала итоговых оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом

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

Таблица 4

Шкала итоговых оценок успеваемости по дисциплинам, 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

Промежуточная аттестация осуществляется в процессе семестра и завершает изучение модуля. Подобный контроль помогает более эффективно оценивать уровень сформированных общепрофессиональных и профессиональных компетенций.

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.

Текущий контроль успеваемости представляет собой проверку усвоения учебного материала и уровня сформированных компетенций, регулярно осуществляемую на протяжении семестра, а также дает возможность для балльно-рейтинговой оценки студента. Применяемые формы текущего контроля знаний: индивидуальный или групповой устный опрос; написание докладов и подготовка презентаций; проведение семинаров-конференций по модульным единицам; проведение лекций-конференций по итоговым изучаемым модулям; тестирование; написание рефератов; конспектирование литературных источников. Применяемые формы текущего контроля практических умений: тестирование по итогам, изучаемых модулей.

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:

- *по охвату обучаемых:* сплошной (фронтальный), выборочный, индивидуальный;

- *по методу проверки:* устный, письменный, “машинный”;

- *по методу получения ответов:* альтернативный, конструируемый;

- *по объёму проверяемого материала:* краткий, развёрнутый.

Примеры использования опросов: собеседование – индивидуальный устный опрос; “летучка” – краткий фронтальный письменный опрос; семинар – выборочный развернутый 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.

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).

Вопросы к экзамену для студентов 1 курса (3 сессия)

1. Нормативно-правовые основы ТИМ баскетбола.
2. ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура.
3. Профессиональный стандарт «Тренер».
4. Основная образовательная программа (ООП).
5. Компетентность, компетенции, формируемые в процессе изучения баскетбола.
6. Организационно-дидактические основы преподавания баскетбола.
7. Контроль качества обучения.
8. Учебно-методическое обеспечение.
9. Материально-техническое обеспечение подготовки специалиста.
10. Баскетбол в Российской системе физического воспитания, его наиболее характерные особенности.
11. Характеристика физического качества сила, средства и методы ее развития в баскетболе.
12. Классификация техники баскетбола (принципиальная схема с конкретным примером).
13. Общая характеристика методики обучения в баскетболе.
14. Значение передач в современном баскетболе, анализ техники передач, выполняемых на месте.
15. Взаимосвязь правил игры в баскетбол с развитием техники и тактики баскетбола.
16. История возникновения баскетбола и развитие игры в России и в мире.
17. Значение физической подготовки баскетболиста и ее характеристика.
18. Характеристика и анализ техники передач, выполняемых в движении.
19. Особенности современной техники баскетбола и ее значение в повышении спортивного мастерства баскетболистов.
20. Броски мяча в движении, методика обучения этим приемам.

21. Анализ итогов чемпионатов ПБЛ и Премьер-лиги.
22. Характеристика физического качества быстрота, средства и методы ее развития в баскетболе.
23. Структура, организация и содержание занятия (на примере баскетбола).
24. Характеристика методов организации занимающихся, используемых в баскетболе.
25. Анализ техники ловли и передачи мяча в движении.
26. Характеристика современного состояния баскетбола и тенденции развития.
27. Классификация и характеристика индивидуальных тактических действий игрока с мячом и без мяча.
28. Характеристика физического качества выносливость, средства и методы развития в баскетболе.
29. Классификация бросков мяча в баскетболе, тенденции развития техники бросков.
30. Содержание принципа активности и сознательности в баскетболе, основные пути их реализации в учебном процессе.
31. Классификация бросков мяча в баскетболе, тенденции развития техники бросков.
32. Методика ведения протокола игры и технического отчета.
33. Баскетбол в дореволюционной России, организация соревнований, методические основы.
34. Характеристика физического качества ловкость, средства и методы развития в баскетболе.
35. Структурный анализ техники броска в прыжке и методика обучения этому приему.
36. Содержание принципа доступности и индивидуализации, методические пути реализации его в баскетболе.
37. Характеристика физического качества гибкость, средства и методы ее развития в баскетболе.
38. Характеристика и структурный анализ техники броска одной рукой в движении.
39. Классификация тактики игры в баскетбол.
40. Анализ техники ведения мяча в баскетболе.
41. Правила игры в баскетболе, их эволюция.
42. Содержание принципа наглядности. Его значение и методические пути реализации в баскетболе.
43. Взаимосвязь физической и тактической подготовки баскетболистов.
44. Классификация техники передвижений в защите и нападении, тенденции развития техники передвижений.
45. Классификация и характеристика индивидуальных тактических действий игрока без мяча.
46. Педагогический контроль уровня развития физических качеств (характеристика тестов, методика тестирования).
47. Классификация техники противодействия и овладения мячом, тенденции развития.
48. Особенности проявлений физических качеств, обеспечивающих выполнение бросков мяча в баскетболе.
49. Анализ техники выбивания и вырывания мяча. Методика обучения этим приемам.
50. Оборудование и инвентарь баскетбольных залов.
51. История развития баскетбола в период 1928-1941гг.

52. Характеристика и анализ техники перехвата мяча в баскетболе. Методика обучения этому приему.
53. Обучение общеразвивающим упражнениям в баскетболе (на примере подготовительной части занятия).
54. История развития баскетбола в период 1941-1970гг.
55. Особенности проявления физических качеств в баскетболе.
56. Анализ техники поворотов. Методика обучения.
57. Классификация техники защиты в баскетболе.
58. Участия российских баскетболистов в Олимпийских играх (женщины, мужчины).
59. Характеристика научно-исследовательской работы в баскетболе, ее значение для теории и методики баскетбола.
60. Классификация техники нападения в баскетболе.
61. Определение понятия «техника игры». Значение техники и технической подготовки в общей системе подготовки баскетболистов.
62. Основные ошибки при выполнении передач, педагогические приемы исправление ошибок.
63. Последовательность в изучении приемов техники баскетбола.
64. Характеристика и анализ овладения мячом, при взятии отскока. Методика обучения.
65. История участия российских баскетболистов в Чемпионатах Европы (женщины, мужчины).
66. Анализ контрольных упражнений по специальной физической подготовке баскетболиста.
67. Характеристика и анализ техники накрывания и отбивания мяча. Методика обучения этим приемам.
68. История участия российских баскетболистов в Чемпионатах Мира (женщины, мужчины).
69. Характеристика игры в баскетбол и ее влияние на уровень подготовленности баскетболистов.
70. Требования к местам занятий, оборудованию и инвентарю по баскетболу.
71. Дать определение основным понятиям: техника, тактика, стратегия, классификация, всем физическим качествам.
72. Характеристика способов выхода игрока без мяча на свободное место. Методика обучения.
73. Методика и организация работы секретариата на соревнованиях по баскетболу.
74. Характеристика целостного и расчлененного методов обучения в баскетболе (привести примеры обучения техники).
75. Классификация техники передвижений. Методика обучения приставному шагу.
76. Способы действий против игрока с мячом и без мяча.
77. Структура занятия, задачи, организация, содержание, выбор средств и методов.
78. Методика овладения мячом, отскочившим от щита (с места, с разбега)
79. Характеристика средств и методов развития физического качества сила.
80. Анализ современного состояния баскетбола в России и в мире (по материалам различных источников информации).
81. Анализ техники штрафного броска. Методика исправления ошибок.
82. Конспект занятия. Методика записи упражнения в конспекте занятия.
83. Характеристика групповых действий в нападении и защите.
84. Классификация тактики нападения.

Вопросы к экзамену для студентов 2 курса (6 сессия):

1. Тактика игры в баскетбол. Средства, способы и формы ведения игры.
2. Методы тестирования специальной физической и технической подготовленности баскетболистов. Характеристика, задачи, способы измерения результатов.
3. Физическая подготовка баскетболистов. Значение, средства и методы.
4. Метод обследования соревновательной деятельности баскетболистов. Привести примеры.
5. Классификация тактики защиты.
6. Виды спортивной тренировки в баскетболе. Характеристика.
7. Характеристика методов обследования физической подготовленности баскетболистов.
8. Техническая подготовка баскетболистов. Значение, средства и методы.
9. Распределение игроков по функциям. Требование к игрокам различных функций, их характеристика в игровой деятельности.
10. Круговой способ розыгрыша. Характеристика. Примеры использования в современной соревновательной деятельности.
11. Характеристика стадий и этапов многолетней подготовки баскетболистов.
12. Соревнования в баскетболе. Место в многолетней и круглогодичной подготовке баскетболистов.
13. Психологическая подготовка баскетболистов. Место в практике подготовки команд, средства, методы.
14. Проведение соревнований по баскетболу. Примеры современной практики.
15. Положение о соревнованиях. Основные разделы и их назначение.
16. Классификация средств, используемых в подготовке баскетболистов. Характеристика. Примеры использования на практике.
17. Педагогические наблюдения и хронометраж игровой деятельности в баскетболе. Назначение, способы регистрации, примеры.
18. Командные действия баскетболистов в нападении. Классификация, виды и способы нападения.
19. Взаимосвязь современных правил игры в баскетбол с технико-тактической подготовкой баскетболистов.
20. Командные действия баскетболистов в защите. Классификация, виды и способы защиты.
21. Требования к специальной подготовленности нападающих в различных системах нападения в баскетболе.
22. Характеристика системы проведения чемпионата Мира по баскетболу.
23. Характеристика методов подготовки баскетболистов.
24. Система быстрого прорыва. Характеристика фаз, методика обучения.
25. Травматизм в баскетболе, локализация травм, причины получения.
26. Факторы, определяющие эффективность быстрого прорыва.
27. Характеристика главных соревнований для национальных сборных команд РФ по баскетболу в Олимпийском цикле.
28. Стремительное нападение. Задачи, способы, варианты.
29. Характеристика современного состояния баскетбола и тенденций его развития.
30. Позиционное нападение. Классификация, способы, варианты, комбинации.
31. Требования к специальной подготовленности игроков задней линии при использовании быстрого прорыва.
32. Профилактика травматизма в процессе занятий баскетболом(особенности построения занятий, подбора средств, разминка, восстановительные мероприятия).

33. Методика ведения протокола игры.
34. Составления положения о соревнованиях.
35. Анализ протоколов педагогических наблюдений, проводимых студентом в учебном году.
36. Характеристика методов подготовки баскетболистов.
37. Педагогическое тестирование подготовленности баскетболистов. Задачи, характеристика, способы измерения результатов.
38. Характеристика методов исследования, используемых в баскетболе.
39. Личная защита в баскетболе. Характеристика, методика обучения.
40. Структура и содержание годичного цикла подготовки баскетболистов высокой квалификации.
41. Задачи, средства и методы подготовки баскетболистов в различные возрастные периоды.
42. Система соревнований в баскетболе для команд высокой квалификации.
43. Характеристика главных соревнований и способов их розыгрыша, проводимых ФИБА.
44. Особенности средств и методов спортивной тренировки баскетболистов в подготовительном периоде годичного цикла.
45. Психологическая подготовка в процессе занятий баскетболом. Средства и методы психологической подготовки.
46. Система планирования в подготовке баскетболистов. Документация перспективного, текущего и оперативного планирования.
47. Факторы, определяющие эффективность быстрого прорыва в баскетболе. Методика обучения и совершенствования.
48. Распределение тренировочных нагрузок по зонам интенсивности в баскетболе.
49. Особенности подготовки юных баскетболистов в группах начальной подготовки ДЮСШ.
50. Анализ структуры и содержания Программы для ДЮСШ и СДЮШОР по баскетболу.
51. Методика судейства в баскетболе.
52. Педагогическое тестирование в системе подготовки баскетболистов. Основные требования и система обработки результатов тестирования.
53. Нововведения в правила и методику судейства соревнований по баскетболу в последние годы в России и в мире.
54. Характеристика тренировочных и соревновательных нагрузок в баскетболе. Основные показатели и контроль нагрузок.
55. Характеристика научно-исследовательской работы в области баскетбола. Требования к научным работам и основные методы ведения исследования.
56. Тактика игры в баскетбол. Классификация и характеристика индивидуальных, групповых и командных тактических действий в современном баскетболе.
57. Модельные характеристики соревновательной деятельности высококвалифицированных баскетболистов разного игрового амплуа.
58. Травматизм в баскетболе. Локализация травм, профилактика травматизма и реабилитация.
59. Современные подходы и основные элементы организации круговой тренировки при совершенствовании спортивного мастерства баскетболистов.
60. Взаимосвязь физической и технической подготовки баскетболистов в процессе обучения и тренировки баскетболистов разного возраста.
61. Отбор в баскетболе. Характеристика организации и методики отбора. Требования к комплектованию команд на различных этапах подготовки.

62. Характеристика активных форм ведения игры в защите в современном баскетболе. Варианты прессинга. Факторы, обеспечивающие эффективность активных форм защитных действий.
63. Задачи, средства и методы тактической подготовки баскетболистов в годичном цикле.
64. Игровая подготовка баскетболистов, ее специфика в структуре годичного цикла.
65. Особенности организации и системы проведения соревнований баскетболистов разного возраста и квалификации.
66. Задачи, средства и методы подготовки баскетболистов в соревновательном периоде годичного цикла.
67. Психологическая подготовка баскетболистов Средства и методы психологической подготовки.
68. Построение многолетней подготовки баскетболистов.
69. Физическая культура в общеобразовательной школе. Взаимосвязь урочных, внеклассных и внешкольных форм занятий по физической культуре.
70. Занятия физической культурой как средство воспитания личностных качеств учащихся.
71. Современное тактическое построение нападения против личного прессинга: варианты, структура, анализ.
72. Материально-техническое обеспечение подготовки баскетболистов.

Вопросы к экзамену для студентов 3 курса (9 сессия):

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

15. Педагогический анализ тренировочного занятия по баскетболу.
16. Планирование спортивной тренировки баскетболистов, их виды.
17. Психологические средства восстановления баскетболистов.
18. Характеристика методов подготовки баскетболистов на различных этапах годового цикла
19. Система контроля в подготовке баскетболистов высокой квалификации.
20. Круговая тренировка в баскетболе.
21. Моделирование в системе подготовки баскетболистов.
22. Особенности методов спортивной тренировки в подготовительном периоде годового макроцикла.
23. Характеристика современных методов исследования подготовленности баскетболистов.
24. Материально-техническое обеспечение подготовки баскетболистов.
25. Построение и содержание предсоревновательного этапа подготовительного периода подготовки баскетболистов.
26. Характеристика методов воспитания физических качеств баскетболистов.
27. Педагогический контроль процесса спортивной тренировки баскетболистов.
28. Управление командой баскетболистов в процессе соревнований.
29. Соотношение средств различных видов подготовки баскетболистов в годовом цикле.
30. Характеристика этапов подготовительного периода баскетболистов высокой квалификации.
31. Анализ документации планирования в подготовке баскетболистов.
32. Характеристика клубного баскетбола в России. Итоги чемпионата России, кубка России, клубных европейских соревнований (муж., жен.).
33. Характеристика соревновательного периода баскетболистов высокой квалификации.
34. Педагогические средства восстановления баскетболистов.
35. Методика анализа участия команды в соревнованиях.
36. Система спортивной тренировки баскетболистов, характеристика её составляющих.
37. Типы микроциклов в подготовке баскетболистов высокой квалификации, особенности их построения.
38. Характеристика взаимоотношений "тренер - команда", тренер - игрок", "игрок - игрок".
39. Педагогическое тестирование как раздел контроля подготовленности баскетболистов. Методика тестирования и обработки результатов.
40. Медико-биологические средства восстановления баскетболистов.
41. Характеристика метода сопряженных воздействий в подготовке баскетболистов.
42. Соревновательные нагрузки в подготовке баскетболистов разного возраста и квалификации.
43. Организация и функционирование "штаба" баскетбольной команды.
44. Интервальная тренировка в подготовке баскетболистов на различных этапах годового цикла.
45. Варианты круговой тренировки на различных этапах годового цикла.
46. Характеристика личного прессинга в баскетболе, варианты, методика совершенствования.
47. Информационное и компьютерное обеспечение в подготовке баскетболистов.
48. Предигровая разминка в баскетболе. Варианты, методика проведения.

49. Методы научных исследований физической подготовленности баскетболистов.
50. Научно-методическое и медицинское обеспечение в подготовке баскетболистов.
51. Характеристика предсезонной подготовки баскетболистов высокой квалификации. Средства, методы.
52. Организация и управление развитием баскетбола в России: в клубах, ВУЗах, в средних учебных заведениях, в спортивных школах.
53. Методика разработки годового плана-графика подготовки баскетболистов.
54. Характеристика подготовки баскетболистов на этапе специальной подготовки подготовительного периода годичного цикла.
55. Структура и деятельность Российской Федерации баскетбола.
56. Оперативное планирование в подготовке баскетболистов.
57. Обследование соревновательной деятельности баскетболистов. Методика и анализ.
58. Структура и основные направления деятельности Международной Федерации баскетбола (ФИБА) и евро-ФИБА, их взаимодействие.
59. Технические средства в различных видах подготовки баскетболистов.
60. Средства и методы подготовки баскетболистов в межигровых циклах соревновательного периода.
61. Характеристика объемов интенсивности нагрузок баскетболистов высокой квалификации.
62. Педагогические наблюдения как метод научных исследований в баскетболе.
63. Научно-исследовательская работа в баскетболе, современное состояние и направления развития.

Вопросы к экзамену для студентов 4 курса (сессия С):

1. Особенности организации, структуры управления и деятельности структур РФБ (Ассоциации студенческого баскетбола (АСБ), Детско-юношеской баскетбольной лиги (ДЮБЛ) и Ассоциации уличного баскетбола).
2. Структура и содержание годичного цикла подготовки баскетболистов высокой квалификации.
3. Характеристика средств и методов восстановления баскетболистов.
4. Система соревнований в баскетболе для команд высокой квалификации. Характеристика главных соревнований и способов их розыгрыша, проводимых ФИБА.
5. Особенности средств и методов спортивной тренировки баскетболистов в подготовительном периоде годичного цикла.
6. Психологическая подготовка в процессе занятий баскетболом. Средства и методы психологической подготовки.
7. Управление физкультурным и спортивным движением в России (государственные и общественные органы управления, их структура, функции и механизмы взаимодействия).
8. Система планирования в подготовке баскетболистов. Характеристика перспективного, текущего и оперативного планирования.
9. Положение о ДЮСШ, СДЮШОР – основной документ организации и управления подготовкой юных баскетболистов.
10. Задачи и содержание процесса подготовки баскетболистов в соревновательном периоде.
11. Особенности подготовки юных баскетболистов в группах начальной подготовки ДЮСШ.
12. Современные средства и методы скоростно-силовой подготовки баскетболистов.

13. Анализ структуры и содержания Программы для ДЮСШ и СДЮШОР по баскетболу.
14. Техническая подготовка баскетболистов. Современные средства и методы совершенствования.
15. Распределение тренировочных нагрузок по зонам интенсивности в баскетболе.
16. Модель тренера в спорте высших достижений (на примере баскетбола).
17. Педагогическое тестирование в системе подготовки баскетболистов. Основные требования и система обработки результатов тестирования.
18. Нововведения в правила и методiku судейства соревнований по баскетболу в России и в мире.
19. Характеристика тренировочных и соревновательных нагрузок в баскетболе. Основные показатели и контроль нагрузок.
20. Характеристика научно-исследовательской работы в области баскетбола. Требования к научным работам и основные методы ведения исследования.
21. Структура, задачи и основные направления деятельности Российской Федерации баскетбола.
22. Модельные характеристики соревновательной деятельности высококвалифицированных баскетболистов разного игрового амплуа.
23. Травматизм в баскетболе. Локализация травм, профилактика травматизма и реабилитация.
24. Тактическая подготовка баскетболистов, Характеристика средств и методов.
25. Взаимосвязь физической и технической подготовки баскетболистов в процессе обучения и тренировки баскетболистов разного возраста.

Вопросы к экзамену для студентов 5 курса (сессии F):

1. Система подготовки спортивных резервов в России (Документация, учреждения по подготовке спортивных резервов, организация многолетней подготовки, организация и содержание учебно-тренировочного процесса).
2. Характеристика деятельности международных организаций мирового и европейского баскетбола
3. Педагогическое тестирование в баскетболе. Характеристика тестов по различным видам подготовки баскетболистов
4. Современные средства и методы, используемые в процессе физической подготовки баскетболистов.
5. Методика отбора в СШОР по баскетболу (организация, критерии отбора: состояние здоровья, морфофункциональные, психологические и спортивно-педагогические и другие показатели).
6. Задачи, средства и методы тактической подготовки баскетболистов в годичном цикле.
7. Особенности подготовки юных баскетболистов в учебно-тренировочных группах ДЮСШ.
8. Игровая подготовка баскетболистов, ее специфика в структуре годичного цикла.
9. Особенности организации и системы проведения соревнований баскетболистов разного возраста и квалификации.
10. Задачи, средства и методы подготовки баскетболистов в соревновательном периоде годичного цикла.
11. Планирование спортивной тренировки в баскетболе. Виды планирования.
12. Построение многолетней подготовки баскетболистов.
13. Контроль соревновательной деятельности баскетболистов.
14. Современное состояние баскетбола в России и в мире.
15. Характеристика средств и методов спортивной тренировки в баскетболе.

16. Характеристика и содержание подготовки баскетболистов на этапе специальной подготовки подготовительного периода
17. Система комплексного контроля в подготовке баскетболистов
18. Методы оценки тренировочных нагрузок, применяемых в баскетболе.
19. Материально-техническое обеспечение подготовки баскетболистов.
20. Построение годового тренировочного плана-схемы баскетболистов.
21. Задачи и содержание процесса подготовки баскетболистов в группах начальной подготовки ДЮСШ.
22. Характеристика тренировочных микроциклов в подготовке баскетболистов на различных этапах годового цикла.
23. Система соревнований баскетболистов высокой квалификации в России. Особенности календаря, способы розыгрыша.
24. Современные средства и методы повышения работоспособности баскетболистов.
25. Правила соревнований по баскетболу. Углубленный анализ правил с последними дополнениями и изменениями.
26. Виды планирования в спортивной подготовке. Характеристика текущего планирования.
27. Характеристика и содержание научно-методического и медицинского обеспечения подготовки сборных команд России
28. Задачи научно-исследовательской работы в области баскетбола. Требования к научным работам и основные методы ведения исследования.
29. Структура и содержание Целевой комплексной программы подготовки российских баскетболистов к Олимпийским играм.
30. Анализ участия российских баскетболистов в международных соревнованиях (мужских, женских и резервных команд).
31. Характеристика педагогического контроля в подготовке баскетболистов.
32. Задачи и содержание подготовки баскетболистов в тренировочных группах ДЮСШ.
33. Характеристика методов педагогических исследований в баскетболе: анализ литературы и различных документов, наблюдение, анкетирование, изучение и обобщение педагогического опыта, тестирование, обследование соревновательной деятельности, педагогический эксперимент.
34. Задачи и содержание подготовки баскетболистов в группах спортивного совершенствования ДЮСШ.
35. Характеристика методов используемых в процессе физической подготовки баскетболистов.

Вопросы к зачету для студентов 1 курса (сессии 1-2):

1. Нормативно-правовые основы ТИМ баскетбола.
2. ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура.
3. Профессиональный стандарт «Тренер».
4. Профессиональный стандарт «Спортсмен».
5. Компетентность, компетенции, формируемые в процессе изучения баскетбола.
6. Организационно-дидактические основы преподавания баскетбола.
7. Контроль качества обучения.
8. Учебно-методическое обеспечение.
9. Материально-техническое обеспечение подготовки специалиста.
10. Баскетбол в Российской системе образования.
11. Развитие игры в мире.
12. Развитие игры в России.

13. Баскетбол 3х3 – новый олимпийский вид спорта.
14. Баскетбол на колясках: состояние и перспективы развития в России.
15. Общие основы правил игры в баскетбол 5х5 и 3х3.

Вопросы к зачету для студентов 2 курса (сессии 3-4):

1. Техника игры в баскетбол.
2. Основные понятия техники нападения.
3. Техника передвижений в нападении.
4. Ходьба, бег, прыжки, методика обучения.
5. Остановка, повороты, методика обучения.
6. Техника владения мячом.
7. Ловля мяча. Классификация. Методика обучения.
8. Передачи мяча. Классификация. Методика обучения.
9. Ведение мяча. Классификация. Методика обучения.
10. Броски мяча. Классификация. Методика обучения.
11. Основные ошибки техники нападения. Методика их исправления.
12. Последовательность в обучении технике нападения.
13. Подготовка соревнований по баскетболу.
14. Действия судей до, во время и после игры.
15. Правила игры в баскетбол ст. 1-24.

Вопросы к зачету для студентов 3 курса (сессии 5):

1. Последние изменения в правилах игры.
2. Механика судейства в зонах 1-6.
3. Определение ошибок. Жесты судей.
4. Судьи за столиком их обязанности.
5. Методика обучения технике передвижений в нападении (стойка, ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты).
6. Анализ техники отбивания, накрывания мяча.
7. Определение «классификация техники». Классификация техники игры.
8. Фазовый анализ техники броска мяча одной рукой в прыжке.
9. Методика обучения технике передвижений в защите (стойка, ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты).
10. Фазовый анализ техники передачи мяча одной рукой сверху.
11. Классификация техники игры в нападении
12. Фазовый анализ техники броска мяча одной рукой от плеча в прыжке.

Вопросы к зачету для студентов 4 курса (сессии 8):

1. Развития мужского баскетбола в России и в мире.
2. Система спортивной подготовки баскетболистов: структура, содержание, этапы.
3. Интегральная подготовка баскетболистов.
4. Восстановительные средства в годичном цикле спортивной подготовки баскетболистов на начальном этапе.
5. Восстановительные средства в годичном цикле спортивной подготовки баскетболистов на этапе спортивной специализации.
6. Восстановительные средства в годичном цикле спортивной подготовки баскетболистов на этапе спортивного мастерства.
7. Восстановительные средства в годичном цикле спортивной подготовки баскетболистов на этапе высшего спортивного мастерства.
8. Антидопинговый контроль в системе спортивной подготовки баскетболистов.
9. Врачебно-педагогический контроль в системе спортивной подготовки баскетболистов.
10. Специальная работоспособность баскетболиста.
11. Виды травм в баскетболе.

12. Профилактика травматизма в процессе занятий баскетболом.
13. Профилактика травматизма в процессе занятий баскетболом на колясках.

Вопросы к зачету для студентов 4 курса (сессии В):

1. Современное состояние и перспективы развития различных направлений баскетбола в России и в мире: баскетбол 1х1, 2х2, 3х3, 5х5.
2. Тренировочные нагрузки и их регулирование у баскетболистов на разных этапах спортивной подготовки.
3. Соревновательные нагрузки и их регулирование у баскетболистов на разных этапах спортивной подготовки.
4. Средства и методы скоростно-силовой подготовки баскетболистов.
5. Инновационные средства и методы повышения работоспособности баскетболистов.
6. Особенности применяемых средств и методов физической подготовки баскетболистов в годичном цикле.
7. Особенности технической подготовки баскетболистов в годичном цикле.
8. Современная стратегия и тактическая подготовка баскетболистов в годичном цикле.

Вопросы к зачету для студентов 4 курса (сессии Е):

1. Психологическая подготовка к соревновательной деятельности.
 2. Методы управления соревновательной деятельностью в баскетболе 5х5.
 3. Методы управления соревновательной деятельностью в баскетболе 3х3.
 4. Индивидуальная подготовка к соревновательной деятельности в баскетболе 3х3.
 5. Особенности технической подготовки в баскетболе на колясках.
 6. Методы управления соревновательной деятельностью в баскетболе на колясках.
 7. Особенности тренировочного процесса баскетболистов на колясках.
- Требования к выполнению и написанию выпускных квалификационных работ.
8. Методика сбора и обработки научной и методической информации по баскетболу.

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

Тематика докладов (рефератов) с презентациями для самостоятельной работы студента:

1. Анализ индивидуальных тактических действий баскетболистов в нападении.
2. Анализ индивидуальных тактических действий баскетболистов в защите.
3. Анализ групповых тактических действий баскетболистов в защите.
4. Анализ индивидуальных тактических действий баскетболистов в нападении.
5. Личная защита в баскетболе, характеристика и варианты.
6. Зонная защита в баскетболе. Характеристика и варианты.
7. Стремительное нападение в баскетболе, характеристика и варианты.
8. Позиционное нападение в баскетболе. Характеристика и варианты.
9. Методика обучения индивидуальным тактическим действиям в нападении в баскетболе. Подбор упражнений.
10. Методика обучения индивидуальным тактическим действиям в защите в баскетболе. Подбор упражнений.
11. Методика обучения групповым тактическим действиям в нападении в баскетболе. Подбор упражнений.
12. Методика обучения групповым тактическим действиям в защите в баскетболе. Подбор упражнений.

13. Методика обучения командным тактическим действиям в защите в баскетболе. Подбор упражнений.
14. Методика обучения командным тактическим действиям в нападении в баскетболе. Подбор упражнений.
15. Характеристика общей и специальной физической подготовки баскетболистов.
16. Характеристика технической подготовки баскетболистов.
17. Анализ система соревнований в баскетболе для детско-юношеского контингента.
18. Анализ системы соревнований для команд студенческого баскетбола.
19. Анализ системы соревнований для профессиональных команд в баскетболе
20. Особенности занятий детей в группах мини-баскетбола.
21. Особенности занятий школьников общеобразовательных школ в секциях по баскетболу.
22. Ретроспективный анализ правил соревнований по баскетболу.
23. Анализ участия мужской сборной команды России по баскетболу в Чемпионатах Европы.
24. Анализ участия женской сборной команды России по баскетболу в Чемпионатах Европы.
25. Анализ участия мужской сборной команды России по баскетболу в Чемпионатах мира.
26. Анализ участия женской сборной команды России по баскетболу в Чемпионатах мира.
27. Анализ участия мужской сборной команды России по баскетболу в Олимпийских играх.
28. Анализ участия женской сборной команды России по баскетболу в Олимпийских играх.
29. Анализ участия резервных сборных команд России по баскетболу в Первенствах Европы.
30. Анализ участия отечественных сборных студенческих команд в Универсиадах.
31. Структура и содержание деятельности детско-юношеской спортивной школы по баскетболу.
32. Характеристика оборудования и инвентаря баскетбольного зала.
33. Подвижные игры – средство физической подготовки баскетболистов.
34. Анализ подвижных игр, способствующих овладению техникой владения мячом в баскетболе.
35. Организация и проведение массовых соревнований по стритболу.
36. Методика судейства соревнований в баскетболе.
37. Организация и особенности работы «секретариата» в баскетбольном матче.

Тематика выпускных квалификационных работ:

1. Профессионально-личностное развитие тренеров по баскетболу.
2. Особенности отбора баскетболистов в группах начальной спортивной подготовки.
3. Особенности отбора баскетболистов на этап спортивной специализации.
4. Особенности отбора баскетболистов на этап спортивного совершенствования.
5. Особенности отбора баскетболистов на этап высшего спортивного мастерства.
6. Структура и содержание годичного цикла подготовки баскетболистов в группах начальной спортивной подготовки.
7. Структура и содержание годичного цикла подготовки баскетболистов на этапе спортивной специализации.

8. Структура и содержание годового цикла подготовки баскетболистов на этапе спортивного совершенствования.
9. Структура и содержание годового цикла подготовки баскетболистов на этапе высшего спортивного мастерства.
10. Анализ динамики физической подготовленности баскетболистов на этапах спортивной подготовки.
11. Анализ динамики технической подготовленности баскетболистов на этапах спортивной подготовки.
12. Анализ динамики тактической подготовленности баскетболистов на этапах спортивной подготовки.
13. Анализ готовности баскетболистов U-14 к соревновательной деятельности на международном уровне.
14. Анализ готовности баскетболистов U-16 к соревновательной деятельности на международном уровне.
15. Анализ готовности баскетболистов U-18 к соревновательной деятельности на международном уровне.
16. Анализ готовности баскетболистов U-20 к соревновательной деятельности на международном уровне.
17. Анализ подготовки членов женских сборных команд России в клубных командах Премьер Лиги.
18. Анализ подготовки членов мужских сборных команд России в клубных командах Лиги ВТБ.
19. Сравнительный анализ подготовленности выпускников организаций спортивной подготовки по баскетболу.
20. Содержание показателей и критериев мониторинга эффективности тренерских кадров по баскетболу в России.
21. Содержание показателей и критериев мониторинга эффективности спортивной деятельности баскетболистов в России.
22. Управление баскетбольной командой в процессе соревновательной деятельности на различных этапах спортивной подготовки в баскетболе.
23. Управление тренировочным процессом на основе индивидуальных особенностей баскетболистов.
24. Анализ показателей соревновательной деятельности баскетболистов-участников всемирных Универсиад.
25. Анализ соревновательной деятельности Детско-юношеской баскетбольной лиги.
26. Особенности психологической подготовки баскетболистов разного возраста и квалификации.
27. Использование подвижных игр как средство отбора детей в ДЮСШ по баскетболу.
28. Особенности развития студенческих баскетбольных лиг: АСБ, МСБЛ «НCAA».
29. Методика применения инновационных образовательных технологий в процессе подготовки специалистов по баскетболу.
30. Методика технико-тактической подготовки баскетболистов на колясках.
31. Содержание программы спортивной подготовки в баскетболе 3х3.
32. Профессиональное –личностное развитие специалистов по баскетболу в системе высшего образования
33. Инновационные методы контроля специальной подготовки баскетболистов
34. Анализ готовности баскетболистов к переходу в команды высокого класса.
35. Формирование пространства спортивной подготовки в баскетболе 3х3.
36. Формирование пространства спортивной подготовки в студенческом баскетболе.
37. Формирование пространства спортивной подготовки в баскетболе на колясках.

38. Методы управления соревновательной деятельностью юных баскетболисток при переходе в команды высокого класса.

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

а). Основная литература:

1. Базовые виды деятельности и методика обучения (баскетбол) [Электронный ресурс]: прогр. дисциплины федер. компонента цикла ОПД ГОС для студентов, обучающихся по специальности 032102.65 : утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / сост.: Саблин 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)". - М., 2012

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

б). Дополнительная литература:

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

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

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

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

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

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

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

8. Программа подготовки начинающих судей по баскетболу / [подгот.: Дмитриев Ф.Б., Григорьев М.П., Латыпов И.К.] ; Рос. федерация баскетбола. - М., 2013. - 30 с.

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

10. Теория и методика баскетбола [Электронный ресурс] : (проф.-ориентир. дисциплина) : прогр. дисциплины федер. компонента цикла ОПД ГОС для студентов, обучающихся по специальности 032101.65 : утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / сост. Саблин Андрей Борисович ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2012

11. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлениям 034300 И 034400 : рек. Умо вузов РФ / [авт.-сост.: О.Э. Аксенова, С.П. Евсеев] ; под общ. ред. С.П. Евсеева. - М.: Сов. спорт, 2013. - 386 с.: ил.

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

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

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

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

– программное обеспечение дисциплины (модуля) Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол):

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

	<i>-Microsoft PowerPoint</i>	<i>Редактор деловой графики и презентаций</i>
	<i>-Microsoft Outlook</i>	<i>Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i>
3.	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
6.	Microsoft Office Access	Система управления базой данных. Устанавливается по мере необходимости использования в образовательном процессе.
7.	Microsoft Visio	Система обработки деловой графики, организационных схем. Устанавливается по мере необходимости.
8.	Microsoft Project	Система управления проектами работ. Устанавливается по мере необходимости.

– перечень современных профессиональных баз данных и информационных систем, в том числе международных реферативных баз данных научных изданий, используемых в РГУФКСМиТ на законных основаниях

Отечественные базы данных:

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

Зарубежные базы данных:

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Материально-техническое обеспечение включает в себя: организацию условий для проведения лекций и практических занятий:

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

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

¹ Указываются при наличии индивидуальных консультаций в учебной нагрузке по дисциплине (модулю), в том числе при руководстве курсовыми работами

² Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

Наименование объектов и средств учебно-методического материально-технического обеспечения	Количество
Учебная аудитория	1
Компьютерный класс	1
Баскетбольный зал (42x24м.)	1
Технические средства обучения	
Компьютер	1
Мультимедийный проектор	1
Экран	1
Фотоаппарат (кинокамера)	1
Экранно-звуковые пособия	
Видеозаписи Учебные видеомодули	по 1 комплекту
Учебно-практическое оборудование	
Стенка гимнастическая	1
Баскетбольные мячи (7 size)	По количеству студентов в группе
Баскетбольные мячи (6 size)	
Обводные стойки	
Скамейка гимнастическая жесткая (длина – 2м; 4 м)	2-4
Палка гимнастическая (1 м)	
Гантели (вес: от 0,50 до 2.70 кг)	По количеству студентов в группе
Резиновые амортизаторы длинные различного сопротивления	По количеству студентов в группе
Скакалки	По количеству студентов в группе
Индивидуальные гимнастические коврики	По количеству студентов в группе
Оборудование для фитнеса: Степ-платформы	По количеству студентов в группе
Мячи BOSU	
Фитболы	
Балансировочные платформы	
Научная аппаратура и оргтехника	
Акустическая система активная Wharfedale Titan 12 Active; Анализатор жировой массы TBF-300P; Видеокамера SONY BCR-CR42E; Видеомагнитофон и DVD рекордер; Динамометр кистевой; Интерактивная доска Smart Board 660; Командная система мониторинга сердечного ритма «Polar Team System»; Комплект информационных универсальных табло для игровых видов спорта с системой подвеса; Компьютер комплектации «Стандарт» - (9 шт.); Компьютер комплектации «ФАЙЛ-СЕРВЕР»; Ноутбук – 3 штуки; Проектор Benq PB8263; Эквалайзер Berhringer FBQ; Экран Baronet 152*203 MW.	

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теории и методики баскетбола

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

«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: **Физическая культура**
(код и наименование)

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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

2. Курсы (сессии) освоения дисциплины (модуля): 1 курс - 1, 2, 3; 2 курс - 5-6; 3 курс – 8-9; 4 курс – В, С; 5 курс – Е, F.

3. Цель освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)» является – обеспечить освоение теоретического и учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01-"Физическая культура", владеющих инновационными знаниями, отечественными и зарубежными практиками подготовки спортивного резерва в баскетболе на различных его этапах: на начальном этапе, этапе спортивной подготовки, спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

5. Краткое содержание дисциплины (модуля): «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)». Заочная форма обучения.

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)»	Сессия	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			
1	Раздел 1. Общие основы теории баскетбола	1		4				зачет
2	Раздел 2. Содержание игровой деятельности в баскетболе	2	2	4	62			зачет
3	Раздел 3. Формирование навыков педагогического мастерства			4	60			
4	Раздел 4. Организация проведения соревнований по баскетболу				72			
5	Раздел 5. Содержание игровой деятельности в баскетболе	3	2	2	16			Экзамен
6	Раздел 6. Формирование навыков педагогического мастерства			2	16			
7	Раздел 7. Соревнования в баскетболе, способы проведения, методика судейства			2	16			
8	Раздел 8. Материально-техническая база развития баскетбола			2	16			
9	Раздел 9. Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы			2	16			
10	Раздел 10. НИР и УИРС в баскетболе		2	2	35			
Семестровый экзамен для студентов первого курса						9		
11	Раздел 11. Общие основы теории баскетбола	5	2	2	20			Зачет
12	Раздел 12. Содержание игровой деятельности в женском баскетболе		6	18	20			

13	Раздел 13. Система подготовки баскетболистов		4	20	20		
14	Раздел 14. Формирование навыков педагогического мастерства			14	20		
15	Раздел 15. Материально-техническая база развития баскетбола		2	12	20		
16	Раздел 16. Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы		2	2	20		
17	Раздел 17. НИР и УИРС в баскетболе		2	4	22		
18	Раздел 18. Система подготовки баскетболистов	6	2	4	30		Экзамен
19	Раздел 19. Обеспечение системы подготовки баскетболистов			4	32		
20	Раздел 20. Формирование навыков педагогического мастерства			2	34		
21	Раздел 21. Соревнования в баскетболе, способы проведения, методика судейства			2	34		
22	Раздел 22. Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы			2	20		
23	Раздел 23. НИР и УИРС в баскетболе			2	21		
Семестровый экзамен для студентов второго курса						9	
24	Раздел 24. Общие основы теории баскетбола	8		4	20		
25	Раздел 25. Система подготовки баскетболистов			4	40		
26	Раздел 26. Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы			4	52		
27	Раздел 27. НИР и УИРС в баскетболе		2	4	48		
28	Раздел 28. Управление подготовкой баскетболистов	9	2	4	24		Экзамен
29	Раздел 29. Обеспечение системы подготовки баскетболистов			4	26		
30	Раздел 30. Формирование навыков педагогического мастерства			2	24		
31	Раздел 31. Соревнования в баскетболе, способы проведения, методика судейства			2	12		
32	Раздел 32. НИР и УИРС в баскетболе			2	25		

Семестровый экзамен для студентов третьего курса						9	
33	Раздел 33. Общие основы теории баскетбола	В	2	4	30		Зачет
34	Раздел 34. Система подготовки баскетболистов			6	66		
35	Раздел 35. НИР и УИРС в баскетболе			4	68		
36	Раздел 36. Управление подготовкой баскетболистов	С	4	16	151	9	Экзамен
37	Раздел 37. Обеспечение системы подготовки баскетболистов	Е	4	18	158		Зачет
38	Раздел 38. Формирование навыков педагогического мастерства	Ф	2	10	74		Экзамен
39	Раздел 39. НИР и УИРС в баскетболе		2	10	73		
Семестровый экзамен для студентов пятого курса						9	
Всего за курс: 1692 часа (47,0 зачетных единиц)			32	156	1459	45	

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 сессии.
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 современного баскетбола 2. Условия соревновательной деятельности в баскетболе	5 неделя 9 неделя	3 3
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Формирование баскетбола как олимпийского вида спорта. 2. Инвентарь и оборудование для проведения тренировок по баскетболу 3. Термины, используемые в баскетболе. 4. Организация и методика проведения частей занятия по баскетболу 5. Оздоровительный эффект от любительских занятий видами баскетбола (5x5,3x3,2x2,1x1)	4 неделя 8 неделя 10 неделя 12 неделя	5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Описать правила проведения соревнований по баскетболу 5x5. 2. Описать правила проведения соревнований по баскетболу 3x3. 3. Описать правила проведения соревнований по баскетболу 1x1. 4. Составить хронологию изменения правил соревнований по баскетболу 5. Подготовка инвентаря и оборудования для проведения соревнований по баскетболу. 6. Выписать основные термины, характеризующие соревновательную деятельность в баскетболе 7. Составление конспектов и проведение подготовительной части тренировочных занятий по баскетболу на начальном этапе	3 неделя 4 неделя 5 неделя 6-7 недели 7-8 недели 7-8 недели 7-8 недели	2 2 2 3 3 3 3

	спортивной подготовки. 8. Анализ санитарно-гигиенических требований для помещений при занятиях баскетболом.	7-8 недели	3
5	Написание доклада и презентации по разделам: 1. Современные тенденции развития баскетбола в мире. 2. Состояние и перспективы развития баскетбола в России 3. Техника нападения. Классификация и терминология 4. Техника защиты. Классификация и терминология 5. Ролевые игры по проведению соревнований различного уровня.	2 неделя 5 неделя 7 неделя 9 неделя 11 неделя	5 5 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	<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 (баскетбол), для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 сессия.
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

III. 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: 3. Специальные физические качества баскетболистов. 4. Тактика баскетбола	31 неделя 33 неделя	3 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Тактика нападения (индивидуальные и групповые действия, командные: нападение против личной защиты). 2. Тактика защиты (индивидуальные и групповые действия, командная: личная защита, личный прессинг). 3. Термины, используемые в баскетболе. 4. Методика обучения	27 неделя 31 неделя 35 неделя 39 неделя	5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Описать варианты индивидуальных тактических действий баскетболистов в нападении . 2. Описать варианты групповых тактических действий баскетболистов в нападении. 3. Описать варианты командных тактических действий баскетболистов в нападении. 4. Описать варианты индивидуальных тактических действий баскетболистов в защите. 5. Описать варианты групповых тактических действий баскетболистов в защите. 6. Описать варианты командных тактических действий баскетболистов в защите. 7. Составление конспектов и проведение основной части тренировочных занятий по баскетболу на начальном этапе спортивной	24-26 недели 27-29 недели 32-33 недели 34-35 недели 37 неделя 39 неделя 40 неделя	2 2 2 3 3 3 3

	подготовки. 8. Составление конспектов и проведение заключительной части тренировочных занятий по баскетболу на начальном этапе спортивной подготовки. 9. Анализ санитарно-гигиенических требований для помещений при проведении соревнований по баскетболу.	41 неделя 42 неделя	3 3
5	Написание доклада и презентации по разделам: 1. Направления развития НИР в баскетболе. 2. Учебно-научная работа студента как необходимая составляющая профессиональных компетенций тренера. 3. Формирование концепции научного исследования.	24-27 недели 28-31 недели 32-35 недели	5 5 5
6	Зачет (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, 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 (баскетбол), для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 сессия.
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. Инновационные методы и методики обучения в баскетболе 2. Организация процесса обучения в баскетболе	10 неделя 14 неделя	5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Методики обучения перемещений по площадке. 2. Методики обучения овладением нейтральным мячом 3. Методики обучения перехватам мяча 4. Методики обучения накрыванию мяча	5 неделя 9 неделя 13 неделя 16 неделя	5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Анализ построения процесса обучения броска с ближней дистанции 2. Анализ построения процесса обучения броска со средней дистанции 3. Анализ построения процесса обучения броска с дальней дистанции 4. Анализ построения процесса обучения штрафного броска 5. Медиа поддержка процесса обучения в баскетболе. 6. Анализ мастер-классов ведущих российских и зарубежных тренеров по баскетболу 7. Анализ деятельности спортивного врача в баскетбольных командах 8. Соблюдение правил техники безопасности при проведении соревнований по баскетболу 3х3.	2-4 недели 5 неделя 6-9 недели 10-12 недели 13-14 недели 13-14 недели 13-14 недели 15-16 недели	3 3 3 3 3 3 3 3

	9. Организация медицинского обеспечения во время проведения соревнований по баскетболу. 10. Организация и проведение соревнований в баскетболе 1x1.	15-16 недели 15-16 недели	3 3
5	Написание доклада и презентации по разделам: 1. Правила составления основных документов, необходимых для проведения соревнований по баскетболу 2. Проекты сценария открытия и закрытия соревнований по баскетболу 3. Анализ организации и проведения массовых мероприятий по мини-баскетболу	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 (баскетбол), для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

V. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 6 сессия.
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

VI. 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 специальных физических качеств в видах баскетбола 5x5 и 3x3.	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 спортивной подготовки баскетболистов.	21 неделя	5
	2. Обсуждение применения технических средств в спортивной подготовке баскетболистов	24 неделя	5
	3. Комплексный анализ необходимых спортсмену двигательных качеств в сложившихся условиях соревнований по баскетболу	37 неделя	5
	4. Методология научно-исследовательской деятельности	38 неделя	5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Применение разнообразных общеразвивающих и специальных упражнений, их дозировка, применяемых в разминке	21-23 недели	5
	2. Изучение элементов техники спортивного плавания и применение упражнений для изучения способов плавания кролем на спине и на груди	22 неделя	5
	3. Подготовка протоколов сдачи контрольно-переводных нормативов по годам спортивной подготовки для баскетболистов.	23 неделя	5
	4. Применение тренажеров для развития		

	координационных способностей баскетболистов для различных возрастных групп.	27 неделя	5
	5. Использование мониторов сердечного ритма в процессе функциональной тренировке	28 неделя	5
	6. Организация и проведение НИР в баскетболе	38-43 недели	5
5	Написание доклада и презентации и защита на учебно-научной конференции: 1. Особенности проведения занятий по баскетболу в образовательных организациях 2. Характеристика системы соревнований в баскетболе 3x3, виды соревнований и способы розыгрыша. 3. Характеристика основных методов исследования, используемых в современном пятиборье	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 (баскетбол), для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 8 сессия.
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: 2. Методика обучения в баскетболе 3. Организация процесса обучения в баскетболе	10 неделя 14 неделя	5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Особенности применения методов тренировки баскетболистов на различных этапах многолетней подготовки. 2. Виды подготовки баскетболистов 3. Тренировочный этап (начальной специализации) многолетней подготовки баскетболистов	7 неделя 9 неделя 13 неделя	5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Использование основных и дополнительных средств тренировки баскетболистов 2. Применение методов тренировки в видах баскетбола (5x5, 3x3, 1x1, на колясках). 3. Особенности применения методов тренировки баскетболистов на различных этапах многолетней подготовки. 4. Практическое выполнение упражнений общей и специальной физической подготовки в баскетболе. 5. Подбор и выполнение упражнений для развития тактического мышления 6. Подбор и выполнение упражнений в совершенствовании технико-тактической подготовки баскетболистов 7. Подготовка и проведение занятий на тренировочном этапе (начальной специализации).	6 неделя 6-7 недели 7 неделя 9-11 недели 9-11 недели 9-11 недели 13-15 недели	5 5 5 5 5 5

5	Написание и защита рефератов на темы:		
	1. Профилактика травматизма в процессе занятий баскетболом.	1-6 недели	5
	2. Роль и значение тактической подготовки в видах баскетбола.	9-11 недели	5
	3. Методика сбора материалов исследования и обработка данных.	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 (баскетбол), для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 9 сессия.
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 баскетболе 2. Структура соревновательной деятельности в системе спортивной подготовки в баскетболе	24 неделя 25 неделя	5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Общие основы теории управления 2. Управление командой в процессе соревнований 3. Научно-методическое и медицинское обеспечение подготовки баскетболистов	26 неделя 30 неделя 35 неделя	5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Планирование спортивной тренировки. 2. Модель построения годичного цикла тренировочных занятий 3. Система комплексного контроля в спортивной тренировке 4. Информационное и компьютерное обеспечение 5. Методика тестирования и обработка материалов по физической и технической подготовленности резерва 6. Методика судейства в баскетболе	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: 1. Компоненты соревновательной деятельности и оценка их параметров в видах пятиборья. 2. Характеристика тренировочных нагрузок в баскетболе. 3. Основные пути отбора в баскетболе на	24-26 недели 24-26 недели 27-29 недели	5 5 5

	этапе спортивного мастерства.		
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 (баскетбол), для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.
Сроки изучения дисциплины (модуля): сессия В.
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. Современное состояние и перспективы развития различных видов баскетбола: 1x1, 2x2, 3x3, 5x5, на колясках	3 неделя	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Тренировочные и соревновательные нагрузки и их регулирование у баскетболистов разной квалификации 2. Особенности скоростно-силовой подготовки баскетболистов 3. Современные средства и методы повышения работоспособности 4. Особенности средств и методов физической подготовки баскетболистов в годичном цикле	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 U-14, U-16, U-18, U-20. 2. Прогнозирование спортивного результата. 3. Разработка дневных циклов тренировок по баскетболу для команд U-14, U-16, U-18, U-20. 4. Разработка недельных циклов тренировок по баскетболу для команд U-14, U-16, U-18, U-20. 5. Проведение тренировочных занятий по баскетболу для команд U-14, U-16, U-18, U-20 (модель мастер-класса). 6. Анализ результатов выступления национальных сборных команд по баскетболу на международном уровне	1 неделя 5-6 неделя 8 неделя 8 неделя 8-9 недели 12-16 недели	5 5 5 5 5 5
5	Написание докладов и презентаций для		

	выступления на учебно-научной конференции: 1. Планирование спортивной подготовки резервных сборных команд U-14, U-16, U-18, U-20.	5 неделя	5
	1. Прогнозирование спортивных результатов выступления сборных команд России на международном уровне.	6 неделя	5
	2. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства	7-9 недели	5
	3. Особенности создания системы спортивной подготовки в баскетболе.	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 (баскетбол), для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.
Сроки изучения дисциплины (модуля): сессия С.
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 профессио-нальной деятельности и личности тренера по баскетболу	26 неделя	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам:		
	1. Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по баскетболу	26 неделя	5
	2. Технологии восстановления баскетболистов	30 неделя	5
	3. Формирование общественного мнения о современном баскетболе через средства массовой информации	35 неделя	5
4	4. Особенности применения фармакологии в баскетболе. Деятельность ВАДА.	38 неделя	5
	Контроль освоения практических навыков:		
	2. Анализ субъективных факторов ускоряющих адаптацию к профессиональной деятельности тренеров и спортсменов	26 неделя	5
	3. Управление развитием баскетбола в профессиональных и студенческих кубках	28 неделя	5
	4. Управление развитием массовым баскетболом в России	31 неделя	5
	5. Организационно-управленческое и материально-техническое обеспечение подготовки баскетболистов	36 неделя	5
	6. Индивидуализация подготовки баскетболистов	36 неделя	5
7. Деятельность международных организаций мирового и европейского баскетбола	39 неделя	5	
5	Написание рефератов на темы:		
	1. Научно-методическое и медицинское обеспечение подготовки баскетболистов	23 неделя	5
	2. Маркетинг и менеджмент в баскетболе	25-26 неделя	5

	3. Использование средств фармакологического характера максимально реализующих возможности баскетболистов, не входящих в список запрещенных ВАДА.	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	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 (баскетбол), для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.
Сроки изучения дисциплины (модуля): сессия Е.
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: 2. Современное состояние и перспективы развития различных видов баскетбола: 1x1, 2x2, 3x3, 5x5, на колясках	3 неделя	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 5. Тренировочные и соревновательные нагрузки и их регулирование у баскетболистов разной квалификации 6. Особенности скоростно-силовой подготовки баскетболистов 7. Современные средства и методы повышения работоспособности 8. Особенности средств и методов физической подготовки баскетболистов в годичном цикле	3 неделя 6 неделя 9 неделя 14 неделя	5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 7. Составление примерного годового плана подготовки сборной команды U-14, U-16, U-18, U-20. 8. Прогнозирование спортивного результата. 9. Разработка дневных циклов тренировок по баскетболу для команд U-14, U-16, U-18, U-20. 10. Разработка недельных циклов тренировок по баскетболу для команд U-14, U-16, U-18, U-20. 11. Проведение тренировочных занятий по баскетболу для команд U-14, U-16, U-18, U-20 (модель мастер-класса). 12. Анализ результатов выступления национальных сборных команд по баскетболу на международном уровне	1 неделя 5-6 неделя 8 неделя 8 неделя 8-9 недели 12-16 недели	5 5 5 5 5 5
5	Написание докладов и презентаций для		

	выступления на учебно-научной конференции: 8. Планирование спортивной подготовки резервных сборных команд U-14, U-16, U-18, U-20.	5 неделя	5
	4. Прогнозирование спортивных результатов выступления сборных команд России на международном уровне.	6 неделя	5
	5. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства	7-9 недели	5
	6. Особенности создания системы спортивной подготовки в баскетболе.	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 (баскетбол), для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.
Сроки изучения дисциплины (модуля): сессия F.
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: 2. Модельные характеристики профессиональной деятельности и личности тренера по баскетболу	26 неделя	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 5. Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по баскетболу 6. Технологии восстановления баскетболистов 7. Формирование общественного мнения о современном баскетболе через средства массовой информации 8. Особенности применения фармакологии в баскетболе. Деятельность ВАДА.	26 неделя 30 неделя 35 неделя 38 неделя	5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 9. Анализ субъективных факторов ускоряющих адаптацию к профессиональной деятельности тренеров и спортсменов 10. Управление развитием баскетбола в профессиональных и студенческих кубках 11. Управление развитием массовым баскетболом в России 12. Организационно-управленческое и материально-техническое обеспечение подготовки баскетболистов 13. Индивидуализация подготовки баскетболистов 14. Деятельность международных организаций мирового и европейского баскетбола	26 неделя 28 неделя 31 неделя 36 неделя 36 неделя 39 неделя	5 5 5 5 5 5
5	Написание рефератов на темы: 4. Научно-методическое и медицинское обеспечение подготовки баскетболистов 5. Маркетинг и менеджмент в баскетболе	23 неделя 25-26 неделя	5 5

	6. Использование средств фармакологического характера максимально реализующих возможности баскетболистов, не входящих в список запрещенных ВАДА.	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 физической культуры

Кафедра теории и методики баскетбола

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)»

(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 спорта и физического воспитания
Протокол № 8 от «21» апреля 2016 г.

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

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

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

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

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

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

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

Составитель:

Андрющенко Лилия Борисовна, д.п.н., профессор кафедры ТИМ баскетбола
Аверясова Юлия Олеговна, старший преподаватель кафедры ТИМ
баскетбола

Рецензент:

Жияр Марина Владимировна, доктор педагогических наук, доцент,
директор института научно-педагогического образования

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)» является – обеспечить освоение теоретического и учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01-"Физическая культура", владеющих инновационными знаниями, отечественными и зарубежными практиками подготовки спортивного резерва в баскетболе на различных его этапах: на начальном этапе, этапе спортивной подготовки, спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства.

2. Место дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата

Учебная дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)» 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 баскетбола.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как спортивно-педагогическое совершенствование, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология, Интернет-технологии в спорте, безопасность жизнедеятельности, восстановление в спорте, врачебный контроль и др.

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

Таблица 1

Компетенции, формируемые у студентов при освоении дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)»

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	способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки			
	<i>Знать:</i> – принципы и методы обучения в баскетболе на начальном этапе спортивной подготовки; – медико-биологические и психолого-педагогические	4		

	<p>особенности занимающихся в группах начальной подготовки;</p> <ul style="list-style-type: none"> – требования федерального стандарта спортивной подготовки в баскетболе к проведению занятий с данным контингентом. 			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта для работы с баскетболистами на начальном этапе спортивной подготовки; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в баскетболе с учетом особенностей занимающихся в группах начальной подготовки и требований федерального стандарта спортивной подготовки в баскетболе. 			
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – принципы и методы обучения в баскетболе на этапе спортивной специализации; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся этапе спортивной специализации; – требования федерального стандарта спортивной подготовки в баскетболе к проведению занятий с баскетболистами . 	6		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта для работы с баскетболистами на этапе спортивной специализации; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в баскетболе с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивной специализации и требований федерального стандарта спортивной подготовки в баскетболе. 			
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – принципы и методы обучения в баскетболе на этапе спортивного мастерства; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на этапе спортивного мастерства; – требования федерального стандарта спортивной подготовки в баскетболе к проведению занятий с данным контингентом баскетболистов. 	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 для работы с баскетболистами на этапе спортивного мастерства; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и 			

	соревновательные программы спортивной подготовки в баскетболе с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного мастерства и требований федерального стандарта спортивной подготовки в баскетболе.			
	<i>Знать:</i> – принципы и методы обучения в баскетболе на этапе высшего спортивного мастерства; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на этапе высшего спортивного мастерства; – требования федерального стандарта спортивной подготовки в баскетболе к проведению занятий с данным контингентом баскетболистов.			
	<i>Уметь:</i> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта для работы с баскетболистами на этапе высшего спортивного мастерства; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в баскетболе с учетом особенностей занимающихся на этапе высшего спортивного мастерства и требований федерального стандарта спортивной подготовки в баскетболе.			
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			
	<i>Знать:</i> – основы разностороннего развития занимающихся средствами игры в баскетбол; – принципы построения занятий по баскетболу оздоровительной направленности.	1		
	<i>Знать:</i> – факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе спортивной подготовки в баскетболе; – особенности протекания восстановления при занятиях баскетболом.	8		
	<i>Уметь:</i> – подбирать восстановительные средства, используемые после тренировочных нагрузок в баскетболе; – использовать восстановительные средства, при повышенных тренировочных и соревновательных нагрузках.			
<i>Владеть:</i> – планированием восстановительных мероприятий в годичном цикле спортивной подготовки в баскетболе				

ОПК-8	способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта			
	<i>Знать:</i> – эволюцию правил соревнований по баскетболу; – судейскую терминологию при проведении соревнований по баскетболу 5х5, 3х3; – основные требования к оборудованию и личному инвентарю участников соревнований.	1		
	<i>Знать:</i> – правила соревнований по баскетболу; – документы планирования и проведения соревнований; – особенности организации и проведения соревнований различного уровня; – обязанности организаторов и судей соревнования; – основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.	3		
	<i>Уметь:</i> – организовывать и проводить соревнования различного уровня; – осуществлять объективное судейство соревнований; – обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований			
ОПК-11	способность проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик			
	<i>Знать:</i> – основы научно-методической деятельности в баскетболе; – инновационные методики проведения научных исследований по определению эффективности тренировочной и соревновательной деятельности в сфере физической культуры и спорта.	2		
	<i>Уметь:</i> – выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта.	1		
	<i>Знать:</i> – методы научного анализа и обработки результатов исследований.	4		
	<i>Уметь:</i> – применять инновационные методы и методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта; – применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований.			
	<i>Уметь:</i> – интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической	6		

	активности.			
	<i>Уметь:</i> – проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы.	8		
	<i>Владеть:</i> – методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием инновационных методов и 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			
	<i>Знать:</i> – истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; – медико-биологические и психологические основы спортивной подготовки в сфере физической культуры и спорта; – санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта.	1		
	<i>Уметь:</i> – использовать на занятиях по баскетболу знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки; – использовать медико-биологические и психологические знания в сфере физической культуры и спорта; – соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования в профессиональной деятельности тренера.			
	<i>Владеть:</i> – умениями осуществлять тренерскую деятельность в баскетболе с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психофизиологических основ спортивной тренировки; – современными технологиями тренировки в баскетболе; – умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности.			
ПК-9	способность формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у занимающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции			
	<i>Знать:</i> – психологическую характеристику двигательной	4		

	деятельности в баскетболе.			
	<i>Знать:</i> – методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.	5		
	<i>Уметь:</i> – использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции.			
	<i>Владеть:</i> – методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.			
	<i>Знать:</i> – механизмы формирования мотивации к занятиям баскетболом на различных этапах спортивной подготовки.	8		
	<i>Уметь:</i> – использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям баскетболом.			
	<i>Владеть:</i> – умением формировать мотивацию к тренировочным занятиям, большим физическим нагрузкам в баскетболе.			
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			
	<i>Знать:</i> – теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; – методики отбора и спортивной ориентации в баскетболе; – инновационные методы и аппаратно-диагностические методики по определению антропометрических, психофизиологических, физических, технических и тактических особенностей баскетболистов.	6		
	<i>Уметь:</i> – эффективно применять педагогические методы (экспертный анализ, тестирование) при спортивном отборе; – определять предрасположенность к занятиям баскетболом на основе инновационным методов диагностики; – анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; – использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при			

	осуществлении отбора и спортивной ориентации (амплуа) в баскетболе.			
ПК-11	способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта			
	<i>Знать:</i> – теоретические основы программирования процесса обучения в баскетболе	3		
	<i>Уметь:</i> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по баскетболу на начальном этапе спортивной подготовки.			
	<i>Уметь:</i> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по баскетболу на этапе спортивной специализации.	6		
	<i>Уметь:</i> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по баскетболу на этапе спортивного мастерства.	7		
	<i>Уметь:</i> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по баскетболу на этапе высшего спортивного мастерства.			
ПК-13	способность использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию			
	<i>Знать:</i> – содержание и организацию педагогического контроля в баскетболе; – содержание и организацию врачебного контроля в баскетболе; – актуальные технологии управления состоянием спортсмена в процессе тренировочной деятельности; – актуальные технологии управления состоянием спортсмена в процессе соревновательной деятельности.	7		
	<i>Уметь:</i> – разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; – фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; – находить организационные решения для коррекции состояния баскетболистов.			
	<i>Владеть:</i> – актуальными для баскетбола технологиями 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			
	<i>Знать:</i> – основы теории и методики спортивной тренировки в баскетболе; – средства и методы физической, технической и тактической подготовки в баскетболе.	5		
	<i>Уметь:</i> – совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; – в соответствии с особенностями баскетбола демонстрировать технику движений, технико-тактические действия.			
ПК-15	способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму			
	<i>Знать:</i> – средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; – эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.	7		
	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; – сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.			
ПК-26	способность планировать оснащение физкультурно-спортивной организации соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем			
	<i>Знать:</i> – санитарно-гигиенические нормы спортивной подготовки в баскетболе; – функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки в баскетболе.	1		
	<i>Уметь:</i> – осуществлять качественный уход за применяемым в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем; – выбрать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги для различных категорий занимающихся баскетболом.			
	<i>Владеть:</i> – навыками безопасной и эффективной работы, качественного ухода за оборудованием и инвентарем.			
	<i>Знать:</i> – технологии составления планов оснащения	4		

	физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем.			
	<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	способность выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта			
	<i>Знать:</i> – основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; – принципы организации и проведения научно-исследовательских работ.	2		
	<i>Уметь:</i> – планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в баскетболе с использованием апробированных методов и методик исследования.			
	<i>Владеть:</i> – навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в баскетболе.			
ПК-30	способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности			
	<i>Знать:</i> – методологию исследовательской деятельности.	4		
	<i>Уметь:</i> – проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов исследования; – использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики для оценки состояния потенциальной готовности баскетболистов к соревновательной деятельности.	6		
	<i>Владеть:</i> – опытом научного анализа и применения научных данных в профессиональной деятельности тренера.	8		

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

4.1 Очное обучение

Объем и сроки изучения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (Баскетбол)» регламентированы рабочим учебным планом.

Студенты очной формы обучения изучают курс в течение 8 семестров. Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, общим объемом 1692 часа, из них отводится:

- аудиторные (контактные) формы занятий 664 часа (18,5 зачетных единиц);
- самостоятельную работу 992 часа (27,5 зачетных единиц);
- на подготовку к экзаменам отводится 36 часов (1 зачетная единица).

Общая трудоемкость *первого года обучения* составляет 522 часа (14,5 зачетных единиц), из них:

- лекций – 36 часов;
- практических занятий – 144 часа;
- самостоятельная работа студента - 333 часа;
- подготовка к экзамену - 9 часов.

Общая трудоемкость *второго года обучения* составляет 306 часов (8,5 зачетных единиц) из них:

- лекции – 32 часа;
- практические занятия – 144 часа;
- самостоятельная работа студента – 121 час;
- подготовка к экзамену – 9 часов.

Общая трудоемкость *третьего года обучения* составляет 414 часов (11,5 зачетных единиц), из них:

- лекции – 36 часов;
- практические занятия – 116 часов;
- самостоятельная работа студента – 253 часа;
- подготовка к экзамену – 9 часов.

Общая трудоемкость *четвертого курса* составляет 450 часов (12,5 зачетных единиц) из них:

- лекции – 36 часов;
- практические занятия – 120 часов;
- самостоятельная работа студента – 285 часов;
- подготовка к экзамену – 9 часов.

Таблица 2

Содержание разделов (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)», трудоемкость и формы контроля

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра); форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС	Контроль	
I курс	Всего:243 часа (6,75 зачетных единиц)	1	14	66	163		Зачет
1	Раздел 1. Общие основы теории баскетбола Модуль 1 (2 зачетных единиц – 72 часа)		8	10	54		

1.1	Введение в дисциплину: «Теория и методика баскетбола»		2		6		устный опрос
1.2	Профессиональный стандарт «Тренер»		2	2	8		устный опрос
1.3	Профессиональный стандарт «Спортсмен»		2	2	8		устный опрос
1.4	Федеральный стандарт спортивной подготовки в баскетболе			2	8		устный опрос
1.5	Примерная рабочая программа спортивной подготовки в баскетболе			2	8		устный опрос
1.6	Современные тенденции развития баскетбола в мире		2	2	8		Подготовка презентации и докладов
1.7	«Состояние и перспективы развития баскетбола в России»				8		Подготовка презентации и докладов
2	<i>Раздел 2. Содержание игровой деятельности в баскетболе Модуль 2 (2 зачетных единиц – 72 часа)</i>		2	28	42		
2.1	Характеристика игры в баскетбол		2		8		устный опрос
2.2	Техника игры в баскетбол			2	10		устный опрос
2.3	Техника нападения. Классификация и терминология			10	12		Подготовка презентации и докладов
2.4	Техника защиты. Классификация и терминология			10	12		Подготовка презентации и докладов
3	<i>Раздел 3. Формирование навыков педагогического мастерства Модуль 3 (2 зачетных единиц – 72 часа)</i>		2	20	50		
3.1	Методика обучения технике игры в нападении и защите		2	6	12		устный опрос

3.2	Обучение общеразвивающим и специальным упражнениям.		-	4	12		устный опрос
3.3	Структура, задачи и организация занятия.		-	4	12		устный опрос
3.4	Средства развития физических качеств.			6	14		устный опрос
4	Раздел 4. Организация проведения соревнований по баскетболу Модуль 4 (0,75 зачетных единиц – 27 часов)		2	8	17		устный опрос
4.1	Нормативно-правовая база проведения соревнований по баскетболу		2	2	2		устный опрос
4.2	Правила соревнований по баскетболу			2	2		устный опрос
4.3	Механика судейства в баскетболе.			2	2		устный опрос
4.4	Методика и организация работы секретариата			2	2		устный опрос
4.5.	Ролевые игры по проведению соревнований различного уровня.				9		Подготовка презентации и докладов
Семестровый зачет для студентов первого курса							Тестирование по теории, физической и технической подготовленности
I курс	Всего: 270 часов (7,75 зачетных единиц)	2	22	78	170	9	Экзамен
5	Раздел 5. Содержание игровой деятельности в баскетболе Модуль 5 (2 зачетных единиц – 72 часа)		8	14	50		
5.1.	Физические качества баскетболиста		2	4	10		Подготовка презентаций и докладов
5.2	Стратегия и тактика баскетбола		2	2	8		Подготовка презентаций и докладов

5.3	Тактика нападения (индивидуальные и групповые действия, командные: нападение против личной защиты).		2	4	16		Подготовка презентаций и докладов
5.4.	Тактика защиты (индивидуальные и групповые действия, командная: личная защита, личный прессинг).		2	4	16		Подготовка презентаций и докладов
6	Раздел 6. Формирование навыков педагогического мастерства Модуль 6 (2 зачетных единиц – 72 часа)		4	16	52		
6.1	Методика обучения технике		2	8	26		Подготовка презентаций и докладов
6.2	Методика обучения тактике (индивидуальные и групповые, командные действия)		2	8	26		Подготовка презентаций и докладов
7	Раздел 7. Соревнования в баскетболе, способы проведения, методика судейства Модуль 7 (2 зачетных единиц – 72 часа)		2	16	54		
7.1	Изменения Правил соревнований по баскетболу		2	4	18		Подготовка презентаций и докладов
7.2	Методика и организация работы секретариата			6	18		Подготовка презентаций и докладов
7.3	Ведение протокола игры и технического отчета			6	18		Подготовка презентаций и докладов
8	Раздел 8. Материально-техническая база развития баскетбола Модуль 8 (1 зачетных единиц – 36 часов)		4	18	12		

8.1	Модуль 29 (1,0 зачетных единиц – 36 часов) Оборудование залов и сооружений. Инвентарь для игры в баскетбол		2	8	6		устный опрос
8.2	Составить перечень оборудования и инвентаря (техническая заявка на закупку)		2	10	6		устный опрос
9	Раздел 9. Баскетбол в сфере массово- оздоровительной работы Модуль 9 (0,5 зачетных единиц – 18 часов)		2	8	2		
9.1	Модуль 30 (0,2 зачетных единиц – 8 часов) Особенности проведения занятий по баскетболу с различным контингентом занимающихся.		2	8	2		устный опрос
10	Раздел 10. НИР и УИРС в баскетболе Модуль 10 (0,25 зачетных единиц – 10 часов)		4	6			
10.1	Современное состояние и направления развития НИР в баскетболе. Выбор темы учебно- научной работы. Составление концепции исследования.		4	6			Подготовка презентаций и докладов
11	Семестровый экзамен для студентов первого курса					9	Ответы на вопросы по экзаменацион- ным билетам
Всего за I курс: 522 часа (14,5 зачетных единиц)			36	144	333	9	
II курс	Всего:135часов (3,75 зачетных единиц)	3	18	72	45		Зачет
11	Раздел 11. Общие основы теории баскетбола Модуль 11 (0,25 зачетных единиц – 8 часов)		2	2	4		

11.1	Современное состояние и перспективы развития женского баскетбола в России и в мире.		2	2	4		Подготовка презентаций и докладов
12	Раздел 12. Содержание игровой деятельности в женском баскетболе Модуль 12 (1 зачетных единиц – 36 часов)		6	18	12		
12.1	Стратегия и тактика баскетбола		2	2	4		устный опрос
12.2	Тактика нападения (командные действия: нападение против зонной защиты)		2	8	4		Подготовка презентаций и докладов
12.3	Тактика защиты (командные действия: зонная защита, зонный прессинг)		2	8	4		Подготовка презентаций и докладов
13	Раздел 13. Система подготовки баскетболистов Модуль 13 (1 зачетных единиц – 36 часов)		4	20	12		
13.1	Цели, задачи и содержание подготовки баскетболистов		2	4			устный опрос
13.2	Специальная физическая подготовка		2	4	4		Подготовка презентаций и докладов
13.3	Техническая подготовка			6	4		Подготовка презентаций и докладов
13.4	Тактическая подготовка			6	4		Подготовка презентаций и докладов
14	Раздел 14. Формирование навыков педагогического мастерства Модуль 14 (0,5 зачетных единиц – 18 часов)			14	4		
14.1	Методика обучения тактике			4			устный опрос

14.2	Проведение части занятия по методике обучения тактике (командные действия)			4			Подготовка презентаций и докладов
14.3	Составление конспекта и проведение занятия			6	4		Подготовка презентаций и докладов
15	<i>Раздел 15. Материально-техническая база развития баскетбола Модуль 15 (0,5 зачетных единиц – 18 часов)</i>		2	12	4		
15.1	Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочных занятий и соревнований. Аппаратно-диагностические комплексы по оценке состояния готовности к тренировочной и соревновательной деятельности.		2	12	4		Подготовка презентаций и докладов
16	<i>Раздел 16. Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы Модуль 16 (0,25 зачетных единиц – 10 часов)</i>		2	2	6		
16.1	Организация и проведение массовых мероприятий по баскетболу по мини-баскетболу		2	2	6		устный опрос
17	<i>Раздел 17. НИР и УИРС в баскетболе Модуль 17 (0,25 зачетных единиц – 9 часов)</i>		2	4	3		
17.1	Учебно-исследовательская работа студента. Требования к подготовке реферата по теоретико-методологическому обоснованию темы исследования.		2	4	3		Подготовка презентаций и докладов

<i>Семестровый зачет для студентов второго курса</i>							Тестирование по теории, физической и технической подготовленности
II курс	Всего:162часа (4,75 зачетных единиц)	4	14	72	76		Зачет
18	<i>Раздел 18. Система подготовки баскетболистов Модуль 18 (1,0 зачетных единиц – 36 часов)</i>		6	14	16		
18.1	Построение многолетней спортивной подготовки баскетболистов.		2	2	6		устный опрос
18.2	Теоретическая подготовка			2	2		Подготовка презентаций и докладов
18.3	Психологическая подготовка			2	2		Подготовка презентаций и докладов
18.4	Функциональная подготовка. Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка.			2	2		Подготовка презентаций и докладов
18.5	Спортивный отбор в баскетболе. Подготовка резерва в баскетболе		2	2	2		устный опрос
18.6	Игровая и соревновательная (интегральная) подготовка (ИП)		2	4	2		устный опрос
19	<i>Раздел 19. Обеспечение системы подготовки баскетболистов Модуль 19 (1,0 зачетных единиц – 36 часов)</i>		6	14	16		
19.1	Структура, задачи и основные направления деятельности ФИБА и РФБ, федераций баскетбола в регионах России. Организация и управление их работой		2	6	6		устный опрос

19.2	Организация и управление развитием баскетбола в системе ВО и СПО		2	4	6		устный опрос
19.3	Организация и управление развитием баскетбола в спортивных и общеобразовательных школах		2	4	4		устный опрос
20	Раздел 20. Формирование навыков педагогического мастерства Модуль 20 (1,0 зачетных единиц – 36 часов)			20	16		
20.1	Особенности методики проведения занятий на этапе начальной подготовки			20	16		Подготовка презентаций и докладов
21	Раздел 21. Соревнования в баскетболе, способы проведения, методика судейства Модуль 21 (1,0 зачетных единиц – 36 часов)		2	16	18		
21.1.	Характеристика системы соревнований в баскетболе 3х3, виды соревнований и способы розыгрыша		2	4	4		Подготовка презентаций и докладов
21.2.	Положение о соревновании и методика его составления в баскетболе 3х3			4	4		устный опрос
21.3.	Организация и проведения соревнований в баскетболе 3х3			4	4		устный опрос
21.4.	Современная трактовка правил по баскетболу			2	2		устный опрос
21.5.	Правила соревнований по баскетболу 3х3			2	2		устный опрос
21.6.	Основы методики судейства в поле по баскетболу 3х3				2		устный опрос

22	Раздел 22. Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы <i>Модуль 22</i> <i>(0,25 зачетных единиц – 9 часов)</i>			4	4		
22.1	Особенности проведения занятий по баскетболу в образовательных организациях			2	4		Подготовка презентаций и докладов
23	Раздел 23. НИР и УИРС в баскетболе <i>Модуль 22</i> <i>(0,5 зачетных единиц – 18 часов)</i>			6	6		
23.1	Научно-методические основы экспериментально-исследовательской работы			2	2		устный опрос
23.2	Методы исследования, их классификация			2	2		устный опрос
23.3	Учебно-исследовательская работа студента			2	2		Подготовка презентаций и докладов
	<i>Семестровый экзамен для студентов первого курса</i>					9	Ответы на вопросы по экзаменационным билетам
Всего за II курс: 306 часов (8,5 зачетных единиц)				32	144	121	9
III курс	Всего: 252 часа (7,0 зачетных единиц)	5	28	64	160		Зачет
24	Раздел 24. Общие основы теории баскетбола <i>Модуль 24</i> <i>(1,0 зачетных единиц – 36 часов)</i>		4	12	20		
24.1	Современное состояние и перспективы развития мужского баскетбола в России и в мире		4	12	20		устный опрос
25	Раздел 25. Система подготовки баскетболистов <i>Модуль 25</i> <i>(2,0 зачетных единиц – 72 часов)</i>		16	16	40		

25.1	Средства тренировки и методы их применения		2	2	6		устный опрос
25.2	Методика совершенствования физической подготовленности баскетболистов различной квалификации		2	2	6		устный опрос
25.3	Методика совершенствования технической подготовленности баскетболистов различной квалификации		2	2	6		устный опрос
25.4	Методика совершенствования тактической и игровой подготовленности баскетболистов различной квалификации		2	2	6		устный опрос
25.5	Методика совершенствования психологической подготовленности баскетболистов различной квалификации		2	2	6		устный опрос
25.6	Тренировочные и соревновательные нагрузки и их регулирование у баскетболистов разного возраста		2	2	6		устный опрос
25.7	Специальная работоспособность баскетболиста		2	2	2		устный опрос
25.8	Восстановление в процессе подготовки баскетболистов		2	2	2		устный опрос
26	Раздел 26. Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы Модуль 25 (2,0 зачетных единиц – 72 часов)		2	18	52		

26.1	Профилактика травматизма в процессе занятий баскетболом		2	18	52		Подготовка презентаций и докладов
27	Раздел 27. НИР и УИРС в баскетболе Модуль 27 (2,0 зачетных единиц – 72 часов)		6	18	48		
27.1	Учебно-исследовательская работа студента		2	6	16		Подготовка презентаций и докладов
27.2	Требования к выполнению и написанию выпускных квалификационных работ		2	6	16		Подготовка презентаций и докладов
27.3	Методика сбора материалов исследования и обработка данных		2	6	16		Подготовка презентаций и докладов
Семестровый зачет для студентов третьего курса							Тестирование по теории, физической и технической подготовленности
III курс	Всего:252 часа (4,5 зачетных единиц)	6	8	52	93		Экзамен
28	Раздел 28. Управление подготовкой баскетболистов Модуль 28 (1,0 зачетных единиц – 36 часов)		2	10	24		
28.1	Общие основы теории управления		2	2			устный опрос
28.2	Планирование спортивной тренировки			2			Подготовка презентаций и докладов
28.3	Построение годичного цикла			2			Подготовка презентаций и докладов
28.4	Система комплексного контроля в спортивной тренировке			2			Подготовка презентаций и докладов
28.5	Управление командой в процессе соревнований			2			устный опрос

29	Раздел 29. Обеспечение системы подготовки баскетболистов Модуль 29 (1,0 зачетных единиц – 36 часов)		2	10	24		
29.1	Научно-методическое и медицинское обеспечение подготовки баскетболистов			4			устный опрос
29.2	Информационное и компьютерное обеспечение			6			устный опрос
30	Раздел 30. Формирование навыков педагогического мастерства Модуль 30 (1,0 зачетных единиц – 36 часов)		2	10	24		
30.1	Разработка документации планирования		2	6			Устный выборочный
30.2	Методика тестирования и обработка материалов по физической и технической подготовленности резерва			4			Устный выборочный
31	Раздел 31. Соревнования в баскетболе, способы проведения, методика судейства Модуль 31 (1,0 зачетных единиц – 36 часов)		2	12	21		
31.1	Особенности методики и организации проведения массовых соревнований		2	6	9		Устный выборочный
31.2	Методика судейства в баскетболе			6	12		Устный выборочный
32	Раздел 32. НИР и УИРС в баскетболе Модуль 32 (0,5 зачетных единиц – 18 часов)		8	10			

32.1	Сбор материалов исследования и обработка данных		8	10			устный опрос
	<i>Семестровый экзамен для студентов первого курса</i>					9	<i>Ответы на вопросы по экзаменационным билетам</i>
III курс	Всего:414 часа (11,5 зачетных единиц)		36	116	253		
IV курс	Всего:162 часов (7,0 зачетных единиц)	7	18	62	172		Зачет
33	<i>Раздел 33. Общие основы теории баскетбола Модуль 33 (2,0 зачетных единиц – 72 часов)</i>		8	28	36		
33.1	Современное состояние и перспективы развития различных видов баскетбола: 1x1,2x2, 3x3, 5x5, на колясках		8	28	36		устный опрос
34	<i>Раздел 34. Система подготовки баскетболистов Модуль 34 (2,5 зачетных единиц – 108 часов)</i>		6	28	68		
34.1	Тренировочные и соревновательные нагрузки и их регулирование у баскетболистов разной квалификации		2	4	12		устный опрос
34.2	Особенности скоростно-силовой подготовки баскетболистов			4	12		устный опрос
34.3	Современные средства и методы повышения работоспособности			4	12		устный опрос
34.4	Особенности средств и методов физической подготовки баскетболистов в годичном цикле			4	12		устный опрос
34.5	Особенности технической подготовки баскетболистов в годичном цикле			4	8		устный опрос
34.6	Современная стратегия			4	8		устный опрос

	и тактическая подготовка баскетболистов в годичном цикле						
34.7	Психологические аспекты соревновательной деятельности и современные концепции психологической подготовки баскетболистов		2	4	4		устный опрос
35	Раздел 35. НИР и УИРС в баскетболе Модуль 35 (2,5 зачетных единиц – 108 часов)		4	6	68		
35.1	Современное состояние и направления развития НИР		2	2	8		Семинар
35.2	Экспериментально-исследовательская работа студентов, оформление выпускной работы		2	4	60		Семинар
IV курс	Всего:189 часов (5,5 зачетных единиц)	8	18	58	113	9	Экзамен
36	Раздел 36. Управление подготовкой баскетболистов Модуль 36 (2,0 зачетных единиц – 72 часа)		8	28	36		
36.1	Современная концепция подготовки баскетболистов		2	2	4		устный опрос
36.2.	Моделирование спортивной деятельности		2	2	4		устный опрос
36.3.	Прогнозирование спортивных результатов		2	2	4		устный опрос
36.4	Построение и содержание четырехлетнего олимпийского цикла		2	2	4		устный опрос
36.5.	Инновации в планировании спортивной тренировки			4	4		устный опрос
36.6	Современная аппаратура комплексного контроля			4	4		устный опрос

	в баскетболе						
36.7	Планирование и контроль нагрузок в баскетболе			4	4		устный опрос
36.8	Современные подходы к построению тренировочных занятий			4	4		устный опрос
36.9	Модель тренера в баскетболе			4	4		устный опрос
Семестровый зачет для студентов четвертого курса							Тестирование по теории, физической и технической подготовленности
37	Раздел 37. Обеспечение системы подготовки баскетболистов Модуль 37 (1,0 зачетных единиц – 36 часов)		4	14	18		
37.1	Управление развитием баскетбола в профессиональных и студенческих кубках		2	2	2		устный опрос
37.2	Управление развитием массовым баскетболом в России			2	2		устный опрос
37.3	Организационно-управленческое и материально-техническое обеспечение подготовки баскетболистов			2	2		устный опрос
37.4	Индивидуализация подготовки баскетболистов			2	2		устный опрос
37.5	Целевая комплексная программа подготовки баскетболистов			2	2		устный опрос
37.6	Деятельность международных организаций мирового и европейского баскетбола			2	4		устный опрос
37.7	Маркетинг и менеджмент в баскетболе		2	2	4		устный опрос
38	Раздел 38. Формирование навыков педагогического мастерства		4	10	22		

	Модуль 38 (1,0 зачетных единиц – 36 часов)					
38.1	Современные программы комплексного контроля подготовленности баскетболистов		2	4	10	устный опрос
38.2	Овладение методами контроля: аппаратурное обеспечение комплексного контроля в баскетболе		2	6	12	устный опрос
39	Раздел 39. НИР и УИРС в баскетболе Модуль 39 (1,5 зачетных единиц – 54 часа)		2	6	37	
39.1	Окончательное оформление ВКР		2	6	37	Подготовка презентаций и докладов
	Семестровый экзамен для студентов четвертого курса					9 Ответы на вопросы по экзаменационным билетам
Всего за IV курс: 450 часов (12,5 зачетных единиц)			36	120	285	9
Всего за курс: 1692 часа (47,0 зачетных единиц)			140	524	992	36

Примечание:

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

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

4.2. 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, базовые 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 видах современного пятиборья, совершенствуют профессионально-педагогические навыки и умения, необходимые для профессиональной деятельности тренера. 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:

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

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

– 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 баскетболу 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.

Учебно-научные конференции – это форма интерактивного обучения, целью которого является формирование у студентов вовлеченности в научно-исследовательскую деятельность как важную составляющую профессиональной подготовки тренеров, развитие умений представлять полученные результаты исследования в условиях публичного обсуждения.

В рамках учебного курса предусмотрены встречи с представителями российской и международной федераций баскетбола, государственных и общественных организаций (МИНСПОРТ РФ), мастер-классы олимпийских чемпионов по баскетболу и их тренеров.

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

В процессе изучения дисциплины непрерывно осуществляется контроль за качеством сформированности компетенции. Итоговая оценка уровня сформированности компетенции (ИОУСК) определяется по формуле:

$$\text{ИОУСК} = \frac{[\text{УСК}_1 + \text{УСК}_2 + \text{УСК}_3 + \text{УСК}_4 + \text{УСК}_5 + \text{УСК}_6 + \text{УСК}_7 + \text{УСК}_8]}{8}$$

где, УСК₁ – УСК₈ – уровень сформированности компетенции в каждом полугодии текущего учебного года.

Уровень сформированности компетенции в каждом полугодии текущего учебного года оценивается по результатам изучения модулей (модульных единиц) дисциплины и оценивается по формуле:

$$\text{УСК} = \frac{T + \Pi + \text{ТПН}}{3}$$

где, *T* – *тестирование знаний*; *Π* – *оценка посещаемости занятий*; *ТПН* – *тестирования практических навыков*.

Баллы по показателю «посещаемость учебных занятий» приравниваются к %, посетивших студентами лекционных, семинарских и практических занятий. Баллы по показателю «тестирование знаний» приравниваются к % правильных ответов. Баллы по показателю «тестирование практических навыков» – это средняя оценка за выполнение тестов по технической и специальной физической подготовке.

В соответствии с международными требованиями оценки качества обучения и уровень сформированности компетенций у студентов определяется по количеству набранных баллов, которые переводятся в словесно-цифровое выражение («Неудовлетворительно», «Удовлетворительно», «Хорошо», «Отлично»), соизмеряющиеся с 5-и балльной шкалой оценки и присваиваются индексы (F, E, D, C, D, A) по шкале ECTS.

Изучение курса завершается *зачетом* в 1,3,5,7 семестрах. Во 2,4,6,8 семестрах – *экзаменом (таблицы 3,4)*.

Таблица 3

Шкала итоговых оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом

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

Шкала итоговых оценок успеваемости по дисциплинам, 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

Промежуточная аттестация осуществляется в процессе семестра и завершает изучение модуля. Подобный контроль помогает более эффективно оценивать уровень сформированных общепрофессиональных и профессиональных компетенций.

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.

Текущий контроль успеваемости представляет собой проверку усвоения учебного материала и уровня сформированных компетенций, регулярно осуществляемую на протяжении семестра, а также дает возможность для балльно-рейтинговой оценки студента. Применяемые формы текущего контроля знаний: индивидуальный или групповой устный опрос; написание докладов и подготовка презентаций; проведение семинаров-конференций по модульным единицам; проведение лекций-конференций по итоговым изучаемым модулям; тестирование; написание рефератов; конспектирование литературных источников. Применяемые формы текущего контроля практических умений: тестирование по итогам, изучаемых модулей.

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:

– *по охвату обучаемых:* сплошной (фронтальный), выборочный, индивидуальный;

– *по методу проверки:* устный, письменный, “машинный”;

– *по методу получения ответов:* альтернативный, конструируемый;

– *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.

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)).

Вопросы к экзамену для студентов 1 курса (модули: 1-10)

1. Нормативно-правовые основы ТИМ баскетбола.
2. ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура.
3. Профессиональный стандарт «Тренер».
4. Основная образовательная программа (ООП).
5. Компетентность, компетенции, формируемые в процессе изучения баскетбола.
6. Организационно-дидактические основы преподавания баскетбола.
7. Контроль качества обучения.
8. Учебно-методическое обеспечение.
9. Материально-техническое обеспечение подготовки специалиста.
10. Баскетбол в Российской системе физического воспитания, его наиболее характерные особенности.
11. Характеристика физического качества сила, средства и методы ее развития в баскетболе.

12. Классификация техники баскетбола (принципиальная схема с конкретным примером).
13. Общая характеристика методики обучения в баскетболе.
14. Значение передач в современном баскетболе, анализ техники передач, выполняемых на месте.
15. Взаимосвязь правил игры в баскетбол с развитием техники и тактики баскетбола.
16. История возникновения баскетбола и развитие игры в России и в мире.
17. Значение физической подготовки баскетболиста и ее характеристика.
18. Характеристика и анализ техники передач, выполняемых в движении.
19. Особенности современной техники баскетбола и ее значение в повышении спортивного мастерства баскетболистов.
20. Броски мяча в движении, методика обучения этим приемам.
21. Анализ итогов чемпионатов ПБЛ и Премьер-лиги.
22. Характеристика физического качества быстрота, средства и методы ее развития в баскетболе.
23. Структура, организация и содержание занятия (на примере баскетбола).
24. Характеристика методов организации занимающихся, используемых в баскетболе.
25. Анализ техники ловли и передачи мяча в движении.
26. Характеристика современного состояния баскетбола и тенденции развития.
27. Классификация и характеристика индивидуальных тактических действий игрока с мячом и без мяча.
28. Характеристика физического качества выносливость, средства и методы развития в баскетболе.
29. Классификация бросков мяча в баскетболе, тенденции развития техники бросков.
30. Содержание принципа активности и сознательности в баскетболе, основные пути их реализации в учебном процессе.
31. Классификация бросков мяча в баскетболе, тенденции развития техники бросков.
32. Методика ведения протокола игры и технического отчета.
33. Баскетбол в дореволюционной России, организация соревнований, методические основы.
34. Характеристика физического качества ловкость, средства и методы развития в баскетболе.
35. Структурный анализ техники броска в прыжке и методика обучения этому приему.
36. Содержание принципа доступности и индивидуализации, методические пути реализации его в баскетболе.
37. Характеристика физического качества гибкость, средства и методы ее развития в баскетболе.
38. Характеристика и структурный анализ техники броска одной рукой в движении.
39. Классификация тактики игры в баскетбол.
40. Анализ техники ведения мяча в баскетболе.
41. Правила игры в баскетболе, их эволюция.
42. Содержание принципа наглядности. Его значение и методические пути реализации в баскетболе.
43. Взаимосвязь физической и тактической подготовки баскетболистов.
44. Классификация техники передвижений в защите и нападении, тенденции развития техники передвижений.

45. Классификация и характеристика индивидуальных тактических действий игрока без мяча.
46. Педагогический контроль уровня развития физических качеств (характеристика тестов, методика тестирования).
47. Классификация техники противодействия и овладения мячом, тенденции развития.
48. Особенности проявлений физических качеств, обеспечивающих выполнение бросков мяча в баскетболе.
49. Анализ техники выбивания и вырывания мяча. Методика обучения этим приемам.
50. Оборудование и инвентарь баскетбольных залов.
51. История развития баскетбола в период 1928-1941гг.
52. Характеристика и анализ техники перехвата мяча в баскетболе. Методика обучения этому приему.
53. Обучение общеразвивающим упражнениям в баскетболе (на примере подготовительной части занятия).
54. История развития баскетбола в период 1941-1970гг.
55. Особенности проявления физических качеств в баскетболе.
56. Анализ техники поворотов. Методика обучения.
57. Классификация техники защиты в баскетболе.
58. Участия российских баскетболистов в Олимпийских играх (женщины, мужчины).
59. Характеристика научно-исследовательской работы в баскетболе, ее значение для теории и методики баскетбола.
60. Классификация техники нападения в баскетболе.
61. Определение понятия «техника игры». Значение техники и технической подготовки в общей системе подготовки баскетболистов.
62. Основные ошибки при выполнении передач, педагогические приемы исправление ошибок.
63. Последовательность в изучении приемов техники баскетбола.
64. Характеристика и анализ овладения мячом, при взятии отскока. Методика обучения.
65. История участия российских баскетболистов в Чемпионатах Европы (женщины, мужчины).
66. Анализ контрольных упражнений по специальной физической подготовке баскетболиста.
67. Характеристика и анализ техники накрывания и отбивания мяча. Методика обучения этим приемам.
68. История участия российских баскетболистов в Чемпионатах Мира (женщины, мужчины).
69. Характеристика игры в баскетбол и ее влияние на уровень подготовленности баскетболистов.
70. Требования к местам занятий, оборудованию и инвентарю по баскетболу.
71. Дать определение основным понятиям: техника, тактика, стратегия, классификация, всем физическим качествам.
72. Характеристика способов выхода игрока без мяча на свободное место. Методика обучения.
73. Методика и организация работы секретариата на соревнованиях по баскетболу.
74. Характеристика целостного и расчлененного методов обучения в баскетболе (привести примеры обучения техники).

75. Классификация техники передвижений. Методика обучения приставному шагу.
76. Способы действий против игрока с мячом и без мяча.
77. Структура занятия, задачи, организация, содержание, выбор средств и методов.
78. Методика овладения мячом, отскочившим от щита (с места, с разбега)
79. Характеристика средств и методов развития физического качества сила.
80. Анализ современного состояния баскетбола в России и в мире (по материалам различных источников информации).
81. Анализ техники штрафного броска. Методика исправления ошибок.
82. Конспект занятия. Методика записи упражнения в конспекте занятия.
83. Характеристика групповых действий в нападении и защите.
84. Классификация тактики нападения.

Вопросы к экзамену для студентов 2 курса (модули 11-23):

1. Тактика игры в баскетбол. Средства, способы и формы ведения игры.
2. Методы тестирования специальной физической и технической подготовленности баскетболистов. Характеристика, задачи, способы измерения результатов.
3. Физическая подготовка баскетболистов. Значение, средства и методы.
4. Метод обследования соревновательной деятельности баскетболистов. Привести примеры.
5. Классификация тактики защиты.
6. Виды спортивной тренировки в баскетболе. Характеристика.
7. Характеристика методов обследования физической подготовленности баскетболистов.
8. Техническая подготовка баскетболистов. Значение, средства и методы.
9. Распределение игроков по функциям. Требование к игрокам различных функций, их характеристика в игровой деятельности.
10. Круговой способ розыгрыша. Характеристика. Примеры использования в современной соревновательной деятельности.
11. Характеристика стадий и этапов многолетней подготовки баскетболистов.
12. Соревнования в баскетболе. Место в многолетней и круглогодичной подготовке баскетболистов.
13. Психологическая подготовка баскетболистов. Место в практике подготовки команд, средства, методы.
14. Проведение соревнований по баскетболу. Примеры современной практики.
15. Положение о соревнованиях. Основные разделы и их назначение.
16. Классификация средств, используемых в подготовке баскетболистов. Характеристика. Примеры использования на практике.
17. Педагогические наблюдения и хронометраж игровой деятельности в баскетболе. Назначение, способы регистрации, примеры.
18. Командные действия баскетболистов в нападении. Классификация, виды и способы нападения.
19. Взаимосвязь современных правил игры в баскетбол с технико-тактической подготовкой баскетболистов.
20. Командные действия баскетболистов в защите. Классификация, виды и способы защиты.
21. Требования к специальной подготовленности нападающих в различных системах нападения в баскетболе.
22. Характеристика системы проведения чемпионата Мира по баскетболу.
23. Характеристика методов подготовки баскетболистов.

24. Система быстрого прорыва. Характеристика фаз, методика обучения.
25. Травматизм в баскетболе, локализация травм, причины получения.
26. Факторы, определяющие эффективность быстрого прорыва.
27. Характеристика главных соревнований для национальных сборных команд РФ по баскетболу в Олимпийском цикле.
28. Стремительное нападение. Задачи, способы, варианты.
29. Характеристика современного состояния баскетбола и тенденций его развития.
30. Позиционное нападение. Классификация, способы, варианты, комбинации.
31. Требования к специальной подготовленности игроков задней линии при использовании быстрого прорыва.
32. Профилактика травматизма в процессе занятий баскетболом(особенности построения занятий, подбора средств, разминка, восстановительные мероприятия).
33. Методика ведения протокола игры.
34. Составления положения о соревнованиях.
35. Анализ протоколов педагогических наблюдений, проводимых студентом в учебном году.
36. Характеристика методов подготовки баскетболистов.
37. Педагогическое тестирование подготовленности баскетболистов. Задачи, характеристика, способы измерения результатов.
38. Характеристика методов исследования, используемых в баскетболе.
39. Личная защита в баскетболе. Характеристика, методика обучения.
40. Структура и содержание годичного цикла подготовки баскетболистов высокой квалификации.
41. Задачи, средства и методы подготовки баскетболистов в различные возрастные периоды.
42. Система соревнований в баскетболе для команд высокой квалификации.
43. Характеристика главных соревнований и способов их розыгрыша, проводимых ФИБА.
44. Особенности средств и методов спортивной тренировки баскетболистов в подготовительном периоде годичного цикла.
45. Психологическая подготовка в процессе занятий баскетболом. Средства и методы психологической подготовки.
46. Система планирования в подготовке баскетболистов. Документация перспективного, текущего и оперативного планирования.
47. Факторы, определяющие эффективность быстрого прорыва в баскетболе. Методика обучения и совершенствования.
48. Распределение тренировочных нагрузок по зонам интенсивности в баскетболе.
49. Особенности подготовки юных баскетболистов в группах начальной подготовки ДЮСШ.
50. Анализ структуры и содержания Программы для ДЮСШ и СДЮШОР по баскетболу.
51. Методика судейства в баскетболе.
52. Педагогическое тестирование в системе подготовки баскетболистов. Основные требования и система обработки результатов тестирования.
53. Нововведения в правила и методику судейства соревнований по баскетболу в последние годы в России и в мире.
54. Характеристика тренировочных и соревновательных нагрузок в баскетболе. Основные показатели и контроль нагрузок.
55. Характеристика научно-исследовательской работы в области баскетбола. Требования к научным работам и основные методы ведения исследования.

56. Тактика игры в баскетбол. Классификация и характеристика индивидуальных, групповых и командных тактических действий в современном баскетболе.

57. Модельные характеристики соревновательной деятельности высококвалифицированных баскетболистов разного игрового амплуа.

58. Травматизм в баскетболе. Локализация травм, профилактика травматизма и реабилитация.

59. Современные подходы и основные элементы организации круговой тренировки при совершенствовании спортивного мастерства баскетболистов.

60. Взаимосвязь физической и технической подготовки баскетболистов в процессе обучения и тренировки баскетболистов разного возраста.

61. Отбор в баскетболе. Характеристика организации и методики отбора. Требования к комплектованию команд на различных этапах подготовки.

62. Характеристика активных форм ведения игры в защите в современном баскетболе. Варианты прессинга. Факторы, обеспечивающие эффективность активных форм защитных действий.

63. Задачи, средства и методы тактической подготовки баскетболистов в годичном цикле.

64. Игровая подготовка баскетболистов, ее специфика в структуре годичного цикла.

65. Особенности организации и системы проведения соревнований баскетболистов разного возраста и квалификации.

66. Задачи, средства и методы подготовки баскетболистов в соревновательном периоде годичного цикла.

67. Психологическая подготовка баскетболистов Средства и методы психологической подготовки.

68. Построение многолетней подготовки баскетболистов.

69. Физическая культура в общеобразовательной школе. Взаимосвязь урочных, внеклассных и внешкольных форм занятий по физической культуре.

70. Занятия физической культурой как средство воспитания личностных качеств учащихся.

71. Современное тактическое построение нападения против личного прессинга: варианты, структура, анализ.

72. Материально-техническое обеспечение подготовки баскетболистов.

Вопросы к экзамену для студентов 3 курса (модули 24-32):

1. Современное состояние и перспективы развития баскетбола в России и в мире.

2. Тактика современного баскетбола. Факторы, влияющие на выбор тактики и тактическую подготовку.

3. Итоги международных соревнований по баскетболу в текущем году, характеристика ведущих команд (муж., жен.).

4. Организационно-управленческие факторы подготовки баскетболистов высокой квалификации.

5. Планирование объемов и интенсивности нагрузок по периодам и этапам годичного цикла.

6. Пульсометрия - метод определения интенсивности нагрузок в баскетболе, зоны интенсивности.

7. Управление физкультурным и спортивным движением в России (государственные и общественные органы управления, их структура, функции и механизмы взаимодействия). Требования к комплектованию команд на различных этапах

подготовки Обоснование избранной темы выпускной квалификационной работы. Задачи, методы, основные результаты.

8. Структура и содержание годового цикла подготовки высококвалифицированных баскетболистов.

9. Характеристика "внешней" и "внутренней" нагрузки в спортивной тренировке баскетболистов.

10. Характеристика современного спортивного инвентаря и оборудования баскетбольных залов.

11. Тренировочные и соревновательные нагрузки баскетболистов высокой квалификации и их регулирование.

12. Инновации в методике судейства соревнований по баскетболу.

13. Система восстановления в подготовке баскетболистов высокой квалификации.

14. Характеристика средств спортивной тренировки баскетболистов.

15. Педагогический анализ тренировочного занятия по баскетболу.

16. Планирование спортивной тренировки баскетболистов, их виды.

17. Психологические средства восстановления баскетболистов.

18. Характеристика методов подготовки баскетболистов на различных этапах годового цикла

19. Система контроля в подготовке баскетболистов высокой квалификации.

20. Круговая тренировка в баскетболе.

21. Моделирование в системе подготовки баскетболистов.

22. Особенности методов спортивной тренировки в подготовительном периоде годового макроцикла.

23. Характеристика современных методов исследования подготовленности баскетболистов.

24. Материально-техническое обеспечение подготовки баскетболистов.

25. Построение и содержание предсоревновательного этапа подготовительного периода подготовки баскетболистов.

26. Характеристика методов воспитания физических качеств баскетболистов.

27. Педагогический контроль процесса спортивной тренировки баскетболистов.

28. Управление командой баскетболистов в процессе соревнований.

29. Соотношение средств различных видов подготовки баскетболистов в годовом цикле.

30. Характеристика этапов подготовительного периода баскетболистов высокой квалификации.

31. Анализ документации планирования в подготовке баскетболистов.

32. Характеристика клубного баскетбола в России. Итоги чемпионата России, кубка России, клубных европейских соревнований (муж., жен.).

33. Характеристика соревновательного периода баскетболистов высокой квалификации.

34. Педагогические средства восстановления баскетболистов.

35. Методика анализа участия команды в соревнованиях.

36. Система спортивной тренировки баскетболистов, характеристика её составляющих.

37. Типы микроциклов в подготовке баскетболистов высокой квалификации, особенности их построения.

38. Характеристика взаимоотношений "тренер - команда", тренер - игрок", "игрок - игрок".

39. Педагогическое тестирование как раздел контроля подготовленности баскетболистов. Методика тестирования и обработки результатов.

40. Медико-биологические средства восстановления баскетболистов.

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

Вопросы к экзамену для студентов 4 курса (модули 33 – 39):

1. Особенности организации, структуры управления и деятельности структур РФБ (Ассоциации студенческого баскетбола (АСБ), Детско-юношеской баскетбольной лиги (ДЮБЛ) и Ассоциации уличного баскетбола).
2. Структура и содержание годичного цикла подготовки баскетболистов высокой квалификации.
3. Характеристика средств и методов восстановления баскетболистов.
4. Система соревнований в баскетболе для команд высокой квалификации. Характеристика главных соревнований и способов их розыгрыша, проводимых ФИБА.
5. Особенности средств и методов спортивной тренировки баскетболистов в подготовительном периоде годичного цикла.
6. Психологическая подготовка в процессе занятий баскетболом. Средства и методы психологической подготовки.

7. Управление физкультурным и спортивным движением в России (государственные и общественные органы управления, их структура, функции и механизмы взаимодействия).

8. Система планирования в подготовке баскетболистов. Характеристика перспективного, текущего и оперативного планирования.

9. Положение о ДЮСШ, СДЮШОР – основной документ организации и управления подготовкой юных баскетболистов.

10. Задачи и содержание процесса подготовки баскетболистов в соревновательном периоде.

11. Особенности подготовки юных баскетболистов в группах начальной подготовки ДЮСШ.

12. Современные средства и методы скоростно-силовой подготовки баскетболистов.

13. Анализ структуры и содержания Программы для ДЮСШ и СДЮШОР по баскетболу.

14. Техническая подготовка баскетболистов. Современные средства и методы совершенствования.

15. Распределение тренировочных нагрузок по зонам интенсивности в баскетболе.

16. Модель тренера в спорте высших достижений (на примере баскетбола).

17. Педагогическое тестирование в системе подготовки баскетболистов. Основные требования и система обработки результатов тестирования.

18. Нововведения в правила и методику судейства соревнований по баскетболу в России и в мире.

19. Характеристика тренировочных и соревновательных нагрузок в баскетболе. Основные показатели и контроль нагрузок.

20. Характеристика научно-исследовательской работы в области баскетбола. Требования к научным работам и основные методы ведения исследования.

21. Структура, задачи и основные направления деятельности Российской Федерации баскетбола.

22. Модельные характеристики соревновательной деятельности высококвалифицированных баскетболистов разного игрового амплуа.

23. Травматизм в баскетболе. Локализация травм, профилактика травматизма и реабилитация.

24. Тактическая подготовка баскетболистов, Характеристика средств и методов.

25. Взаимосвязь физической и технической подготовки баскетболистов в процессе обучения и тренировки баскетболистов разного возраста.

26. Система подготовки спортивных резервов в России (Документация, учреждения по подготовке спортивных резервов, организация многолетней подготовки, организация и содержание учебно-тренировочного процесса).

27. Характеристика деятельности международных организаций мирового и европейского баскетбола

28. Педагогическое тестирование в баскетболе. Характеристика тестов по различным видам подготовки баскетболистов

29. Современные средства и методы, используемые в процессе физической подготовки баскетболистов.

30. Методика отбора в СШОР по баскетболу (организация, критерии отбора: состояние здоровья, морфофункциональные, психологические и спортивно-педагогические и другие показатели).

31. Задачи, средства и методы тактической подготовки баскетболистов в годичном цикле.

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

Вопросы к зачету для студентов 1 курса (модули 1 – 4):

1. Нормативно-правовые основы ТИМ баскетбола.
2. ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура.
3. Профессиональный стандарт «Тренер».
4. Профессиональный стандарт «Спортсмен».
5. Компетентность, компетенции, формируемые в процессе изучения баскетбола.
6. Организационно-дидактические основы преподавания баскетбола.
7. Контроль качества обучения.
8. Учебно-методическое обеспечение.
9. Материально-техническое обеспечение подготовки специалиста.
10. Баскетбол в Российской системе образования.
11. Развитие игры в мире.
12. Развитие игры в России.
13. Баскетбол 3х3 – новый олимпийский вид спорта.
14. Баскетбол на колясках: состояние и перспективы развития в России.
15. Общие основы правил игры в баскетбол 5х5 и 3х3.

Вопросы к зачету для студентов 2 курса (модули 11 –17):

16. Техника игры в баскетбол.
17. Основные понятия техники нападения.
18. Техника передвижений в нападении.
19. Ходьба, бег, прыжки, методика обучения.
20. Остановка, повороты, методика обучения.
21. Техника владения мячом.
22. Ловля мяча. Классификация. Методика обучения.
23. Передачи мяча. Классификация. Методика обучения.
24. Ведение мяча. Классификация. Методика обучения.
25. Броски мяча. Классификация. Методика обучения.
26. Основные ошибки техники нападения. Методика их исправления.
27. Последовательность в обучении технике нападения.
28. Подготовка соревнований по баскетболу.
29. Действия судей до, во время и после игры.
30. Правила игры в баскетбол ст. 1-24.
31. Последние изменения в правилах игры.
32. Механика судейства в зонах 1-6.
33. Определение ошибок. Жесты судей.
34. Судьи за столиком их обязанности.
35. Методика обучения технике передвижений в нападении (стойка, ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты).
36. Анализ техники отбивания, накрывания мяча.
37. Определение «классификация техники». Классификация техники игры.
38. Фазовый анализ техники броска мяча одной рукой в прыжке.
39. Методика обучения технике передвижений в защите (стойка, ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты).
40. Фазовый анализ техники передачи мяча одной рукой сверху.
41. Классификация техники игры в нападении
42. Фазовый анализ техники броска мяча одной рукой от плеча в прыжке.

Вопросы к зачету для студентов 3 курса (модули 24 –27):

1. Развития мужского баскетбола в России и в мире.
2. Система спортивной подготовки баскетболистов: структура, содержание, этапы.

3. Интегральная подготовка баскетболистов.
4. Восстановительные средства в годичном цикле спортивной подготовки баскетболистов на начальном этапе.
5. Восстановительные средства в годичном цикле спортивной подготовки баскетболистов на этапе спортивной специализации.
6. Восстановительные средства в годичном цикле спортивной подготовки баскетболистов на этапе спортивного мастерства.
7. Восстановительные средства в годичном цикле спортивной подготовки баскетболистов на этапе высшего спортивного мастерства.
8. Антидопинговый контроль в системе спортивной подготовки баскетболистов.
9. Врачебно-педагогический контроль в системе спортивной подготовки баскетболистов.
10. Специальная работоспособность баскетболиста.
11. Виды травм в баскетболе.
12. Профилактика травматизма в процессе занятий баскетболом.
13. Профилактика травматизма в процессе занятий баскетболом на колясках.
14. Требования к выполнению и написанию выпускных квалификационных работ.
15. Методика сбора и обработки научной и методической информации по баскетболу.

Вопросы к зачету для студентов 4 курса (модули 33 –35):

1. Современное состояние и перспективы развития различных направлений баскетбола в России и в мире: баскетбол 1x1, 2x2, 3x3, 5x5.
2. Тренировочные нагрузки и их регулирование у баскетболистов на разных этапах спортивной подготовки.
3. Соревновательные нагрузки и их регулирование у баскетболистов на разных этапах спортивной подготовки.
4. Средства и методы скоростно-силовой подготовки баскетболистов.
5. Инновационные средства и методы повышения работоспособности баскетболистов.
6. Особенности применяемых средств и методов физической подготовки баскетболистов в годичном цикле.
7. Особенности технической подготовки баскетболистов в годичном цикле.
8. Современная стратегия и тактическая подготовка баскетболистов в годичном цикле.
9. Психологическая подготовка к соревновательной деятельности.
10. Методы управления соревновательной деятельностью в баскетболе 5x5.
11. Методы управления соревновательной деятельностью в баскетболе 3x3.
12. Индивидуальная подготовка к соревновательной деятельности в баскетболе 3x3.
13. Особенности технической подготовки в баскетболе на колясках.
14. Методы управления соревновательной деятельностью в баскетболе на колясках.
15. Особенности тренировочного процесса баскетболистов на колясках.

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

Тематика докладов (рефератов) с презентациями для самостоятельной работы студента:

1. Анализ индивидуальных тактических действий баскетболистов в нападении.

2. Анализ индивидуальных тактических действий баскетболистов в защите.
3. Анализ групповых тактических действий баскетболистов в защите.
4. Анализ индивидуальных тактических действий баскетболистов в нападении.
5. Личная защита в баскетболе, характеристика и варианты.
6. Зонная защита в баскетболе. Характеристика и варианты.
7. Стремительное нападение в баскетболе, характеристика и варианты.
8. Позиционное нападение в баскетболе. Характеристика и варианты.
9. Методика обучения индивидуальным тактическим действиям в нападении в баскетболе. Подбор упражнений.
10. Методика обучения индивидуальным тактическим действиям в защите в баскетболе. Подбор упражнений.
11. Методика обучения групповым тактическим действиям в нападении в баскетболе. Подбор упражнений.
12. Методика обучения групповым тактическим действиям в защите в баскетболе. Подбор упражнений.
13. Методика обучения командным тактическим действиям в защите в баскетболе. Подбор упражнений.
14. Методика обучения командным тактическим действиям в нападении в баскетболе. Подбор упражнений.
15. Характеристика общей и специальной физической подготовки баскетболистов.
16. Характеристика технической подготовки баскетболистов.
17. Анализ система соревнований в баскетболе для детско-юношеского контингента.
18. Анализ системы соревнований для команд студенческого баскетбола.
19. Анализ системы соревнований для профессиональных команд в баскетболе
20. Особенности занятий детей в группах мини-баскетбола.
21. Особенности занятий школьников общеобразовательных школ в секциях по баскетболу.
22. Ретроспективный анализ правил соревнований по баскетболу.
23. Анализ участия мужской сборной команды России по баскетболу в Чемпионатах Европы.
24. Анализ участия женской сборной команды России по баскетболу в Чемпионатах Европы.
25. Анализ участия мужской сборной команды России по баскетболу в Чемпионатах мира.
26. Анализ участия женской сборной команды России по баскетболу в Чемпионатах мира.
27. Анализ участия мужской сборной команды России по баскетболу в Олимпийских играх.
28. Анализ участия женской сборной команды России по баскетболу в Олимпийских играх.
29. Анализ участия резервных сборных команд России по баскетболу в Первенствах Европы.
30. Анализ участия отечественных сборных студенческих команд в Универсиадах.
31. Структура и содержание деятельности детско-юношеской спортивной школы по баскетболу.
32. Характеристика оборудования и инвентаря баскетбольного зала.
33. Подвижные игры – средство физической подготовки баскетболистов.
34. Анализ подвижных игр, способствующих овладению техникой владения мячом в баскетболе.

35. Организация и проведение массовых соревнований по стритболу.
36. Методика судейства соревнований в баскетболе.
37. Организация и особенности работы «секретариата» в баскетбольном матче.

Тематика выпускных квалификационных работ:

1. Профессионально-личностное развитие тренеров по баскетболу.
2. Особенности отбора баскетболистов в группах начальной спортивной подготовки.
3. Особенности отбора баскетболистов на этап спортивной специализации.
4. Особенности отбора баскетболистов на этап спортивного совершенствования.
5. Особенности отбора баскетболистов на этап высшего спортивного мастерства.
6. Структура и содержание годового цикла подготовки баскетболистов в группах начальной спортивной подготовки.
7. Структура и содержание годового цикла подготовки баскетболистов на этапе спортивной специализации.
8. Структура и содержание годового цикла подготовки баскетболистов на этапе спортивного совершенствования.
9. Структура и содержание годового цикла подготовки баскетболистов на этапе высшего спортивного мастерства.
10. Анализ динамики физической подготовленности баскетболистов на этапах спортивной подготовки.
11. Анализ динамики технической подготовленности баскетболистов на этапах спортивной подготовки.
12. Анализ динамики тактической подготовленности баскетболистов на этапах спортивной подготовки.
13. Анализ готовности баскетболистов U-14 к соревновательной деятельности на международном уровне.
14. Анализ готовности баскетболистов U-16 к соревновательной деятельности на международном уровне.
15. Анализ готовности баскетболистов U-18 к соревновательной деятельности на международном уровне.
16. Анализ готовности баскетболистов U-20 к соревновательной деятельности на международном уровне.
17. Анализ подготовки членов женских сборных команд России в клубных командах Премьер Лиги.
18. Анализ подготовки членов мужских сборных команд России в клубных командах Лиги ВТБ.
19. Сравнительный анализ подготовленности выпускников организаций спортивной подготовки по баскетболу.
20. Содержание показателей и критериев мониторинга эффективности тренерских кадров по баскетболу в России.
21. Содержание показателей и критериев мониторинга эффективности спортивной деятельности баскетболистов в России.
22. Управление баскетбольной командой в процессе соревновательной деятельности на различных этапах спортивной подготовки в баскетболе.
23. Управление тренировочным процессом на основе индивидуальных особенностей баскетболистов.
24. Анализ показателей соревновательной деятельности баскетболистов-участников всемирных Универсиад.
25. Анализ соревновательной деятельности Детско-юношеской баскетбольной лиги.

26. Особенности психологической подготовки баскетболистов разного возраста и квалификации.
27. Использование подвижных игр как средство отбора детей в ДЮСШ по баскетболу.
28. Особенности развития студенческих баскетбольных лиг: АСБ. МСБЛ «НСАА».
29. Методика применения инновационных образовательных технологий в процессе подготовки специалистов по баскетболу.
30. Методика технико-тактической подготовки баскетболистов на колясках.
31. Содержание программы спортивной подготовки в баскетболе 3х3.
32. Профессиональное –личностное развитие специалистов по баскетболу в системе высшего образования
33. Инновационные методы контроля специальной подготовки баскетболистов
34. Анализ готовности баскетболистов к переходу в команды высокого класса.
35. Формирование пространства спортивной подготовки в баскетболе 3х3.
36. Формирование пространства спортивной подготовки в студенческом баскетболе.
37. Формирование пространства спортивной подготовки в баскетболе на колясках.
38. Методы управления соревновательной деятельностью юных баскетболисток при переходе в команды высокого класса.

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

а). Основная литература:

1. Базовые виды деятельности и методика обучения (баскетбол) [Электронный ресурс]: прогр. дисциплины федер. компонента цикла ОПД ГОС для студентов, обучающихся по специальности 032102.65 : утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / сост.: Саблин 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)". - М., 2012
2. Нестеровский Д.И. Теория и методика баскетбола: учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению "Пед. образование" : рек. УМО по образованию в обл. подгот. пед. кадров / Д.И. Нестеровский. - 6-е изд., перераб. - М.: Academia, 2014. - 349 с.: ил.

б). Дополнительная литература:

1. Виссел Х. Баскетбол: шаги к успеху : [пер. с англ.] / Хол Виссел. - М.: АСТ: Астрель, [2011]. - 240 с.: ил.
2. Козин В.В. Моделирование противодействий соперников в технико-тактической подготовке баскетболистов групп спортивного совершенствования: Монография: рек. для магистрантов и бакалавров физкультур. вузов по направлениям 034300.68, 034300.62 / Козин В.В. ; М-во спорта РФ, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2014. - 166 с.: рис.
3. Лепешкин В.А. Баскетбол : подвиж. и учеб. игры / В.А. Лепешкин. - М.: Сов. спорт, 2011. - 98 с.: ил.
4. Лепешкин В.А. Баскетбол : подвиж. и учеб. игры / В.А. Лепешкин. - М.: Сов. спорт, 2013. - 98 с.: ил.
5. Методические основы подготовки судей по баскетболу : учеб.-метод. пособие / [под ред. И.К. Латыпова, Дмитриева И.К.]. - М.: Наука, 2012. - 278 с.: ил.
6. Методические рекомендации и практические советы для судей по баскетболу : [учеб.-метод. пособие] / под ред. И.К. Латыпова. - М.: Наука, 2014. - 103 с.: ил.
7. Научные исследования в избранном виде спорта (баскетбол) [Электронный ресурс]: рабочая прогр. дисциплины : направление подгот. 49.03.01 : профиль подгот.:

"Физ. культура" : квалификация (степень) выпускника - Акад. бакалавр : форма обучения - оч., заоч. : утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / сост.: Костикова Л.В. [и др.] ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2015

8. Программа подготовки начинающих судей по баскетболу / [подгот.: Дмитриев Ф.Б., Григорьев М.П., Латыпов И.К.] ; Рос. федерация баскетбола. - М., 2013. - 30 с.

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

10. Теория и методика баскетбола [Электронный ресурс] : (проф.-ориентир. дисциплина) : прогр. дисциплины федер. компонента цикла ОПД ГОС для студентов, обучающихся по специальности 032101.65 : утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / сост. Саблин Андрей Борисович ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2012

11. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлениям 034300 И 034400 : рек. Умо вузов РФ / [авт.-сост.: О.Э. Аксенова, С.П. Евсеев] ; под общ. ред. С.П. Евсеева. - М.: Сов. спорт, 2013. - 386 с.: ил.

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

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

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

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

– программное обеспечение дисциплины (модуля) Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол):

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения общетехнологических задач. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС

		Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796.
Прикладные программные средства		
2.	Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro -Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности Университета. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796 в составе: <i>Редактор текстовый, Редактор табличный, Редактор деловой графики и презентаций Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i>
3.	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
6.	Microsoft Office Access	Система управления базой данных. Устанавливается по мере необходимости использования в образовательном процессе.
7.	Microsoft Visio	Система обработки деловой графики, организационных схем. Устанавливается по мере необходимости.
8.	Microsoft Project	Система управления проектами работ. Устанавливается по мере необходимости.

– перечень современных профессиональных баз данных и информационных систем, в том числе международных реферативных баз данных научных изданий, используемых в РГУФКСМиТ на законных основаниях

Отечественные базы данных:

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

Зарубежные базы данных:

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Материально-техническое обеспечение включает в себя: организацию условий для проведения лекций и практических занятий:

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

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

, наличие необходимого технического и спортивного оборудования, учебно-методический материал.

Наименование объектов и средств учебно-методического материально-технического обеспечения	Количество
Учебная аудитория	1
Компьютерный класс	1
Баскетбольный зал (42x24м.)	1
Технические средства обучения	
Компьютер	1
Мультимедийный проектор	1
Экран	1
Фотоаппарат (кинокамера)	1
Экранно-звуковые пособия	
Видеозаписи Учебные видеомодули	по 1 комплекту
Учебно-практическое оборудование	
Стенка гимнастическая	1
Баскетбольные мячи (7 size) Баскетбольные мячи (6 size) Обводные стойки	По количеству студентов в группе
Скамейка гимнастическая жесткая (длина – 2м; 4 м)	2-4
Палка гимнастическая (1 м)	
Гантели (вес: от 0,50 до 2.70 кг)	По количеству студентов в группе
Резиновые амортизаторы длинные различного сопротивления	По количеству студентов в группе
Скакалки	По количеству студентов в группе
Индивидуальные гимнастические коврики	По количеству студентов в группе
Оборудование для фитнеса: Степ-платформы Мячи BOSU Фитболы Балансировочные платформы	По количеству студентов в группе
Научная аппаратура и оргтехника	

¹ Указываются при наличии индивидуальных консультаций в учебной нагрузке по дисциплине (модулю), в том числе при руководстве курсовыми работами

² Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

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

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теории и методики баскетбола

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

«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: **Физическая культура**
(код и наименование)

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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

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

3. Цель освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)» является – обеспечить освоение теоретического и учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01-"Физическая культура", владеющих инновационными знаниями, отечественными и зарубежными практиками подготовки спортивного резерва в баскетболе на различных его этапах: на начальном этапе, этапе спортивной подготовки, спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

5. Краткое содержание дисциплины (модуля): «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)». Очная форма обучения.

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)»	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			
1	Раздел 1. Общие основы теории баскетбола	1	8	10	54		Зачет	
2	Раздел 2. Содержание игровой деятельности в баскетболе	1	2	28	42			
3	Раздел 3. Формирование навыков педагогического мастерства	1	2	20	50			
4	Раздел 4. Организация проведения соревнований по баскетболу	1	2	8	17			
5	Раздел 5. Содержание игровой деятельности в баскетболе	2	8	14	50			
6	Раздел 6. Формирование навыков педагогического мастерства	2	4	16	52			
7	Раздел 7. Соревнования в баскетболе, способы проведения, методика судейства	2	2	16	54			
8	Раздел 8. Материально-техническая база развития баскетбола	2	4	18	12			
9	Раздел 9. Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы	2	2	8	2			
10	Раздел 10. НИР и УИРС в баскетболе	2	4	6				
11	Семестровый экзамен для студентов первого курса	2				9		Экзамен

11	Раздел 11. Общие основы теории баскетбола	3	2	2	4		Зачет
12	Раздел 12. Содержание игровой деятельности в женском баскетболе	3	6	18	12		
13	Раздел 13. Система подготовки баскетболистов	3	4	20	12		
14	Раздел 14. Формирование навыков педагогического мастерства	3		14	4		
15	Раздел 15. Материально-техническая база развития баскетбола	3	2	12	4		
16	Раздел 16. Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы	3	2	2	6		
17	Раздел 17. НИР и УИРС в баскетболе	3	2	4	3		
18	Раздел 18. Система подготовки баскетболистов	4	6	14	16		
19	Раздел 19. Обеспечение системы подготовки баскетболистов	4	6	14	16		
20	Раздел 20. Формирование навыков педагогического мастерства	4		20	16		
21	Раздел 21. Соревнования в баскетболе, способы проведения, методика судейства	4	2	16	18		
22	Раздел 22. Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы	4		4	4		
23	Раздел 23. НИР и УИРС в баскетболе	4		6	6		
	Семестровый экзамен для студентов второго курса	4				9	Экзамен
24	Раздел 24. Общие основы теории баскетбола	5	4	12	20		Зачет
25	Раздел 25. Система подготовки баскетболистов	5	16	16	40		
26	Раздел 26. Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы	5	2	18	52		
27	Раздел 27. НИР и УИРС в баскетболе	5	6	18	48		
28	Раздел 28. Управление подготовкой баскетболистов	6	2	10	24		

29	Раздел 29. Обеспечение системы подготовки баскетболистов	6	2	10	24		
30	Раздел 30. Формирование навыков педагогического мастерства	6	2	10	24		
31	Раздел 31. Соревнования в баскетболе, способы проведения, методика судейства	6	2	12	21		
32	Раздел 32. НИР и УИРС в баскетболе	6	8	10			
	Семестровый экзамен для студентов третьего курса	6				9	Экзамен
33	Раздел 33. Общие основы теории баскетбола	7	8	28	36		Зачет
34	Раздел 34. Система подготовки баскетболистов	7	6	28	68		
35	Раздел 35. НИР и УИРС в баскетболе	7	4	6	68		
36	Раздел 36. Управление подготовкой баскетболистов	8	8	28	36		
37	Раздел 37. Обеспечение системы подготовки баскетболистов	8	4	14	18		
38	Раздел 38. Формирование навыков педагогического мастерства	8	4	10	22		
39	Раздел 39. НИР и УИРС в баскетболе	8	2	6	37		
	Семестровый экзамен для студентов четвертого курса	8				9	Экзамен
Всего за курс: 1692 часа (47,0 зачетных единиц)			140	524	992	36	

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол), для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 1 группы

**направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю)
Спортивная подготовка в избранном виде спорта (баскетбол) очной формы обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.

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 современного баскетбола 2. Условия соревновательной деятельности в баскетболе	5 неделя 9 неделя	3 3
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Формирование баскетбола как олимпийского вида спорта. 2. Инвентарь и оборудование для проведения тренировок по баскетболу 3. Термины, используемые в баскетболе. 4. Организация и методика проведения частей занятия по баскетболу 5. Оздоровительный эффект от любительских занятий видами баскетбола (5x5,3x3,2x2,1x1)	4 неделя 8 неделя 10 неделя 12 неделя	5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Описать правила проведения соревнований по баскетболу 5x5. 2. Описать правила проведения соревнований по баскетболу 3x3. 3. Описать правила проведения соревнований по баскетболу 1x1. 4. Составить хронологию изменения правил соревнований по баскетболу 5. Подготовка инвентаря и оборудования для проведения соревнований по баскетболу. 6. Выписать основные термины, характеризующие соревновательную деятельность в баскетболе 7. Составление конспектов и проведение подготовительной части тренировочных занятий по баскетболу на начальном этапе спортивной подготовки. 8. Анализ санитарно-гигиенических требований для помещений при занятиях баскетболом.	3 неделя 4 неделя 5 неделя 6-7 недели 7-8 недели 7-8 недели 7-8 недели 7-8 недели	2 2 2 3 3 3 3 3

5	Написание доклада и презентации по разделам: 1. Современные тенденции развития баскетбола в мире. 2. Состояние и перспективы развития баскетбола в России 3. Техника нападения. Классификация и терминология 4. Техника защиты. Классификация и терминология 5. Ролевые игры по проведению соревнований различного уровня.	2 неделя 5 неделя 7 неделя 9 неделя 11 неделя	5 5 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	<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 (баскетбол), для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта (баскетбол) очной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр.
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

III. 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: 3. Специальные физические качества баскетболистов. 4. Тактика баскетбола	31 неделя 33 неделя	3 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Тактика нападения (индивидуальные и групповые действия, командные: нападение против личной защиты). 2. Тактика защиты (индивидуальные и групповые действия, командная: личная защита, личный прессинг). 3. Термины, используемые в баскетболе. 4. Методика обучения	27 неделя 31 неделя 35 неделя 39 неделя	5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Описать варианты индивидуальных тактических действий баскетболистов в нападении . 2. Описать варианты групповых тактических действий баскетболистов в нападении. 3. Описать варианты командных тактических действий баскетболистов в нападении. 4. Описать варианты индивидуальных тактических действий баскетболистов в защите. 5. Описать варианты групповых тактических действий баскетболистов в защите. 6. Описать варианты командных тактических действий баскетболистов в защите. 7. Составление конспектов и проведение основной части тренировочных занятий по баскетболу на начальном этапе спортивной	24-26 недели 27-29 недели 32-33 недели 34-35 недели 37 неделя 39 неделя 40 неделя	2 2 2 3 3 3 3

	подготовки. 8. Составление конспектов и проведение заключительной части тренировочных занятий по баскетболу на начальном этапе спортивной подготовки.	41 неделя	3
	9. Анализ санитарно-гигиенических требований для помещений при проведении соревнований по баскетболу.	42 неделя	3
5	Написание доклада и презентации по разделам: 1. Направления развития НИР в баскетболе. 2. Учебно-научная работа студента как необходимая составляющая профессиональных компетенций тренера. 3. Формирование концепции научного исследования.	24-27 недели 28-31 недели 32-35 недели	5 5 5
6	Зачет (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, 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 (баскетбол), для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта (баскетбол) спорта очной формы обучения

IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.
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. Инновационные методы и методики обучения в баскетболе 2. Организация процесса обучения в баскетболе	10 неделя 14 неделя	5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Методики обучения перемещений по площадке. 2. Методики обучения овладением нейтральным мячом 3. Методики обучения перехватам мяча 4. Методики обучения накрыванию мяча	5 неделя 9 неделя 13 неделя 16 неделя	5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Анализ построения процесса обучения броска с ближней дистанции 2. Анализ построения процесса обучения броска со средней дистанции 3. Анализ построения процесса обучения броска с дальней дистанции 4. Анализ построения процесса обучения штрафного броска 5. Медиа поддержка процесса обучения в баскетболе. 6. Анализ мастер-классов ведущих российских и зарубежных тренеров по баскетболу 7. Анализ деятельности спортивного врача в баскетбольных командах 8. Соблюдение правил техники безопасности при проведении соревнований по баскетболу 3х3.	2-4 недели 5 неделя 6-9 недели 10-12 недели 13-14 недели 13-14 недели 13-14 недели 15-16 недели	3 3 3 3 3 3 3 3

	9. Организация медицинского обеспечения во время проведения соревнований по баскетболу. 10. Организация и проведение соревнований в баскетболе 1x1.	15-16 недели 15-16 недели	3 3
5	Написание доклада и презентации по разделам: 1. Правила составления основных документов, необходимых для проведения соревнований по баскетболу 2. Проекты сценария открытия и закрытия соревнований по баскетболу 3. Анализ организации и проведения массовых мероприятий по мини-баскетболу	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 (баскетбол), для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта (баскетбол) очной формы обучения

V. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр.
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

VI. 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 специальных физических качеств в видах баскетбола 5x5 и 3x3.	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 спортивной подготовки баскетболистов.	21 неделя	5
	2. Обсуждение применения технических средств в спортивной подготовке баскетболистов	24 неделя	5
	3. Комплексный анализ необходимых спортсмену двигательных качеств в сложившихся условиях соревнований по баскетболу	37 неделя	5
	4. Методология научно-исследовательской деятельности	38 неделя	5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Применение разнообразных общеразвивающих и специальных упражнений, их дозировка, применяемых в разминке	21-23 недели	5
	2. Изучение элементов техники спортивного плавания и применение упражнений для изучения способов плавания кролем на спине и на груди	22 неделя	5
	3. Подготовка протоколов сдачи контрольно-переводных нормативов по годам спортивной подготовки для баскетболистов.	23 неделя	5
	4. Применение тренажеров для развития		

	координационных способностей баскетболистов для различных возрастных групп.	27 неделя	5
	5. Использование мониторов сердечного ритма в процессе функциональной тренировке	28 неделя	5
	6. Организация и проведение НИР в баскетболе	38-43 недели	5
5	Написание доклада и презентации и защита на учебно-научной конференции: 1. Особенности проведения занятий по баскетболу в образовательных организациях 2. Характеристика системы соревнований в баскетболе 3x3, виды соревнований и способы розыгрыша. 3. Характеристика основных методов исследования, используемых в современном пятиборье	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 (баскетбол), для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта (баскетбол) очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.

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: 2. Методика обучения в баскетболе 3. Организация процесса обучения в баскетболе	10 неделя 14 неделя	5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Особенности применения методов тренировки баскетболистов на различных этапах многолетней подготовки. 2. Виды подготовки баскетболистов 3. Тренировочный этап (начальной специализации) многолетней подготовки баскетболистов	7 неделя 9 неделя 13 неделя	5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Использование основных и дополнительных средств тренировки баскетболистов 2. Применение методов тренировки в видах баскетбола (5x5, 3x3, 1x1, на колясках). 3. Особенности применения методов тренировки баскетболистов на различных этапах многолетней подготовки. 4. Практическое выполнение упражнений общей и специальной физической подготовки в баскетболе. 5. Подбор и выполнение упражнений для развития тактического мышления 6. Подбор и выполнение упражнений в совершенствовании технико-тактической подготовки баскетболистов 7. Подготовка и проведение занятий на тренировочном этапе (начальной специализации).	6 неделя 6-7 недели 7 неделя 9-11 недели 9-11 недели 9-11 недели 13-15 недели	5 5 5 5 5 5 5

5	Написание и защита рефератов на темы:		
	1. Профилактика травматизма в процессе занятий баскетболом.	1-6 недели	5
	2. Роль и значение тактической подготовки в видах баскетбола.	9-11 недели	5
	3. Методика сбора материалов исследования и обработка данных.	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 (баскетбол), для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта (баскетбол) очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.

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 баскетболе 2. Структура соревновательной деятельности в системе спортивной подготовки в баскетболе	24 неделя 25 неделя	5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Общие основы теории управления 2. Управление командой в процессе соревнований 3. Научно-методическое и медицинское обеспечение подготовки баскетболистов	26 неделя 30 неделя 35 неделя	5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Планирование спортивной тренировки. 2. Модель построения годового цикла тренировочных занятий 3. Система комплексного контроля в спортивной тренировке 4. Информационное и компьютерное обеспечение 5. Методика тестирования и обработка материалов по физической и технической подготовленности резерва 6. Методика судейства в баскетболе	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: 1. Компоненты соревновательной деятельности и оценка их параметров в видах пятиборья.	24-26 недели	5

	2. Характеристика тренировочных нагрузок в баскетболе.	24-26 недели	5
	3. Основные пути отбора в баскетболе на этапе спортивного мастерства.	27-29 недели	5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	43-44 недели	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.
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. Современное состояние и перспективы развития различных видов баскетбола: 1x1, 2x2, 3x3, 5x5, на колясках	3 неделя	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Тренировочные и соревновательные нагрузки и их регулирование у баскетболистов разной квалификации 2. Особенности скоростно-силовой подготовки баскетболистов 3. Современные средства и методы повышения работоспособности 4. Особенности средств и методов физической подготовки баскетболистов в годичном цикле	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 U-14, U-16, U-18, U-20. 2. Прогнозирование спортивного результата. 3. Разработка дневных циклов тренировок по баскетболу для команд U-14, U-16, U-18, U-20. 4. Разработка недельных циклов тренировок по баскетболу для команд U-14, U-16, U-18, U-20. 5. Проведение тренировочных занятий по баскетболу для команд U-14, U-16, U-18, U-20 (модель мастер-класса). 6. Анализ результатов выступления национальных сборных команд по баскетболу на международном уровне	1 неделя 5-6 неделя 8 неделя 8 неделя 8-9 недели 12-16 недели	5 5 5 5 5 5
5	Написание докладов и презентаций для		

	выступления на учебно-научной конференции: 1. Планирование спортивной подготовки резервных сборных команд U-14, U-16, U-18, U-20.	5 неделя	5
	1. Прогнозирование спортивных результатов выступления сборных команд России на международном уровне.	6 неделя	5
	2. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства	7-9 недели	5
	3. Особенности создания системы спортивной подготовки в баскетболе.	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 (баскетбол), для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта (баскетбол) очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.

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 профессио-нальной деятельности и личности тренера по баскетболу	26 неделя	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам:		
	1. Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по баскетболу	26 неделя	5
	2. Технологии восстановления баскетболистов	30 неделя	5
	3. Формирование общественного мнения о современном баскетболе через средства массовой информации	35 неделя	5
4. Особенности применения фармакологии в баскетболе. Деятельность ВАДА.	38 неделя	5	
4	Контроль освоения практических навыков:		
	2. Анализ субъективных факторов ускоряющих адаптацию к профессиональной деятельности тренеров и спортсменов	26 неделя	5
	3. Управление развитием баскетбола в профессиональных и студенческих кубках	28 неделя	5
	4. Управление развитием массовым баскетболом в России	31 неделя	5
	5. Организационно-управленческое и материально-техническое обеспечение подготовки баскетболистов	36 неделя	5
	6. Индивидуализация подготовки баскетболистов	36 неделя	5
	7. Деятельность международных организаций мирового и европейского баскетбола	39 неделя	5
5	Написание рефератов на темы:		
	1. Научно-методическое и медицинское обеспечение подготовки баскетболистов	23 неделя	5
	2. Маркетинг и менеджмент в баскетболе	25-26 неделя	5

	3. Использование средств фармакологического характера максимально реализующих возможности баскетболистов, не входящих в список запрещенных ВАДА.	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 физической культуры

Кафедра теории и методики баскетбола

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

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

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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

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

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

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

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

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

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

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

Составители:

Лосева Ирина Владимировна – кандидат педагогических наук, доцент
кафедры ТиМ баскетбола РГУФКСМиТ;

Чернов Сергей Викторович – доктор педагогических наук, профессор,
заведующий кафедрой ТиМ баскетбола РГУФКСМиТ;

Мартынова Анастасия Валерьевна – преподаватель кафедры ТиМ баскетбола
РГУФКСМиТ.

Рецензент:

Жийяр Марина Владимировна – д.п.н., доцент, директор института
научно-педагогического образования, зав. кафедрой Теории и методики
гандбола.

1. Цели освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины "Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)" по направлению 49.03.01 «Физическая культура» является формирование готовности студентов к педагогической деятельности в области физической культуры и спорта, способности к самообразованию и самосовершенствованию в физкультурно-спортивной деятельности, а также обеспечение прочных педагогических знаний, умений и навыков в практической деятельности по баскетболу.

Изучение теоретического и учебно-практического материала поможет обеспечить прочное и сознательное овладение студентами основ педагогических знаний и умений, которые необходимы в практической деятельности специалиста-тренера по баскетболу для подготовки спортсменов разного возраста, пола и квалификации в детских спортивных школах, детско-юношеских школах олимпийского резерва, школах высшего спортивного мастерства, командах мастеров и национальных командах. Программа реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины в структуре ООП бакалавриата

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)» относится к базовой части и составлена на основании Федерального Государственного образовательного стандарта высшего образования 3+ (ФГОС ВО 3+) по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура».

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

Курс, изложенный в программе, является ключевым для подготовки специалистов по данной дисциплине. Вместе с тем подготовка специалиста по баскетболу не может быть осуществлена вне освоения программного материала других дисциплин, включенных в федеральный учебный план для высших учебных заведений физкультурно-спортивного профиля, предполагающий углубленное изучение дисциплин общеобразовательного, естественнонаучного, педагогического и профильных спортивных циклов. Все элементы курса, изложенные в настоящей программе, интегрированы в общую систему высшего образования в области физической культуры и спорта и представляют собой ее развитие в контексте подготовки специалистов по баскетболу.

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

В процессе изучения дисциплины обучающиеся должны овладеть знаниями, умениями и навыками, обеспечивающими достижение планируемых результатов освоения образовательной программы.

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	наименование	Очная форма обучения
ОПК-3	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основные методы и принципы обучения баскетболу; – сенситивные и психолого-педагогические особенности занимающихся; – основные положения Федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта баскетбол. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать основные принципы обучения баскетболу при работе с занимающимися; – целенаправленно применять в процессе физического воспитания и спортивной тренировки различные методы обучения технике и тактике игры. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – проведением занятий по обучению технике и тактике баскетбола с учетом дидактических принципов; – проведением занятий по развитию физических качеств с учетом индивидуальных особенностей занимающихся. 	1 1 2 2 3,4,5,6 5,6,7 5,6
ОПК-6	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – о месте баскетбола в системе физического воспитания (задачи и значение); – о средствах и методах спортивных игр используемых при проведении занятий рекреационной и оздоровительной направленности. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – подбирать средства и методы двигательной активности занимающихся с учетом их возраста, пола, профессиональной деятельности и психоэмоционального состояния; – составлять конспекты занятий с использованием упражнений (элементов) избранного вида спорта. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – организацией и проведением занятий рекреационной и оздоровительной направленности с учетом возрастных, половых особенностей и психофизиологического состояния занимающихся. 	1 2 2,3,4 4,5,6,7 4,5
ОПК-8	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – правила организации и проведения спортивных соревнований по баскетболу с разным контингентом; – состав судейских бригад и обязанности судей на местах при проведении соревнований различного ранга; 	1 4

	<ul style="list-style-type: none"> – правила оформления судейской документации, заявок на участие в соревнованиях, протоколов игры и технических протоколов, отчетной документации проведенных соревнований. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять положение о соревнованиях; – организовывать и проводить соревнования различного уровня, с разным контингентом участников; – осуществлять судейскую деятельность на местах при проведении спортивных соревнований; – оформлять судейскую документацию, заявки на участие в соревнованиях, протоколы игры, технические результаты соревнований и отчетную документацию. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками судейства соревнований в различных судейских амплуа; – оформлением и ведением судейской документации, протоколов игры; – навыками составления отчетной документации о работе судейской бригады соревнований по баскетболу. 	<p>3</p> <p>4</p> <p>4</p> <p>2-7</p> <p>3-7</p> <p>6,7</p> <p>3-7</p> <p>6-7</p>
ОПК-11	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – особенности проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта; – методики осуществления научно-исследовательской работы в баскетболе; – об основных понятиях в исследуемой научной области. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – определять цели и задачи научных исследований в сфере физической культуры и избранного вида спорта; – подбирать методы в соответствии с поставленными задачами; – организовывать и проводить научные исследования, оценивать, анализировать и обобщать полученные результаты, с последующим их оформлением. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками организации и проведения научного исследования в сфере физической культуры и избранного вида спорта; – объективной оценкой анализа, обобщения и оформления результатов исследований; – научным стилем устной и письменной речи. 	<p>2</p> <p>1</p> <p>1,2</p> <p>2</p> <p>3,4</p> <p>5,6</p> <p>5-7</p> <p>6-7</p> <p>5-7</p>
ПК-8	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - историю возникновения и развития баскетбола; - санитарно-гигиенические нормы проведения занятий по баскетболу; <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать научные достижения и опыт предыдущих поколений в профессиональной деятельности; - соблюдать санитарно-гигиенические требования при проведении тренировочных или учебных занятий; <p><i>Владеть:</i></p>	<p>1</p> <p>2</p> <p>2-7</p> <p>3,4</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - навыками планирования тренировочного процесса с учетом современных условий развития баскетбола; - основными методами контроля в процессе подготовки баскетболистов, основами организации мест занятий в соответствии с установленными санитарно-гигиеническими нормативами. 	<p>5-7</p> <p>3-8</p>
ПК-9	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - особенности конфликтологии в сфере физической культуры и спорта; - нравственные принципы честной спортивной конкуренции. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать мотивацию у детей и молодежи к занятиям баскетболом; - воспитывать у занимающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности. 	<p>2,4</p> <p>2</p> <p>3,4</p> <p>5</p> <p>5,7</p>
ПК-10	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы системы отбора и спортивной ориентации в баскетболе; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в профессиональной деятельности с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психологических параметров индивида; <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками проведения отбора и спортивной ориентации в баскетболе с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психологических параметров игроков. 	<p>4</p> <p>4</p> <p>4</p> <p>4</p> <p>4</p>
ПК-11	<p><i>Знать:</i></p> <p>основные положения по составлению планируемой и отчетной документации;</p> <p>средства и методы разработки перспективных, оперативных планов и реализуемых программ подготовки спортивного резерва в баскетболе.</p> <p><i>Уметь:</i></p> <p>разрабатывать перспективные и оперативные планы и реализуемые программы подготовки спортсменов.</p> <p><i>Владеть:</i></p> <p>навыками разработки перспективных и оперативных планов и планирования конкретных занятий.</p>	<p>3</p> <p>3</p> <p>4</p> <p>5-7</p>
ПК-13	<p><i>Знать:</i></p> <p>содержание и организацию педагогического контроля в баскетболе;</p>	<p>2</p>

	<p>актуальные технологии управления состоянием спортсмена.</p> <p><i>Уметь:</i> разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся.</p> <p><i>Владеть:</i> актуальными технологиями управления состоянием занимающихся, включая педагогический контроль и коррекцию.</p>	<p>4-6</p> <p>2-4</p> <p>2-4</p> <p>5-6</p> <p>4-6</p>
ПК-14	<p><i>Знать:</i> закономерности индивидуального развития и совершенствования спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий; особенности техники движений, технико-тактических действий.</p> <p><i>Уметь:</i> использовать методические приемы, способствующие индивидуальному развитию и совершенствованию спортивного мастерства баскетболистов.</p> <p><i>Владеть:</i> основами применения современных методик и методических приемов в процессе обучения техники движений, технико-тактических действий.</p>	<p>1</p> <p>2-5</p> <p>3-6</p> <p>3-7</p>
ПК-15	<p><i>Знать:</i> средства и методы контроля физических способностей и функционального состояния занимающихся с целью сохранения и поддержания спортивной формы.</p> <p><i>Уметь:</i> подбирать средства и методы контроля физических способностей и функционального состояния занимающихся с целью сохранения и поддержания спортивной формы.</p> <p><i>Владеть:</i> навыками применения средств и методов контроля физических способностей и функционального состояния баскетболистов с учетом их возраста, пола, уровня подготовленности.</p>	<p>3</p> <p>4</p> <p>5,7</p>
ПК-26	<p><i>Знать:</i> санитарно-гигиенические нормы организации тренировочного процесса баскетболистов; основные принципы подбора инвентаря и экипировки.</p> <p><i>Уметь:</i> осуществлять качественный уход за применяемым в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем.</p> <p><i>Владеть:</i></p>	<p>2,3</p> <p>4</p> <p>3,4</p>

	навыками безопасной и эффективной работы, качественного ухода за оборудованием и инвентарем.	5
ПК-28	<p><i>Знать:</i> основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; принципы организации и проведения научно-исследовательских работ.</p> <p><i>Уметь:</i> планировать научный эксперимент для проведения исследования различных видов деятельности в баскетболе.</p> <p><i>Владеть:</i> – навыками организации и проведения научных исследований системы подготовки спортивного резерва по баскетболу.</p>	2 4 5-7 4-7
ПК-30	<p><i>Знать:</i> принципы проведения анализа результатов исследований.</p> <p><i>Уметь:</i> проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов исследования.</p> <p><i>Владеть:</i> навыками научного анализа и применения полученных данных в практической деятельности.</p>	2 4-6 5-7

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

4.1 Заочное обучение

Объем и сроки изучения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)» регламентированы учебным планом. Студенты заочной формы обучения изучают курс в течение 7 семестров общим объемом 1692 часа (47 зачетных единиц), из них аудиторные (контактные) формы занятий занимают 112 часа (3,1 зачетных единиц), на самостоятельную работу отводят 1544 часа (42,9 зачетных единиц) и на подготовку к экзаменам отводится 36 часов (1 зачетная единица).

Общая трудоемкость первого года обучения составляет 448 часов (12,4 зачетных единиц), из них лекций – 6 часов, практических занятий – 24 часа, самостоятельная работа студента составляет 447 час и на подготовку к экзамену выделено 9 часов.

Общая трудоемкость второго года обучения составляет 486 часов (13,5 зачетных единиц): лекции – 6 часов, практические занятия – 20 часа, самостоятельная работа студента – 451 часов, подготовка к экзамену – 9 часов.

Общая трудоемкость третьего года обучения составляет 288 часов (8 зачетных единиц): лекции – 8 часов, практические занятия – 20 часов, самостоятельная работа студента – 251 часов, подготовка к экзамену – 9 часов.

Общая трудоемкость четвертого курса составляет 432 часов (12 зачетных единиц): лекции – 8 часов, практические занятия – 20 часов, самостоятельная работа студента – 395 часов, подготовка к экзамену – 9 часов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (Баскетбол)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра); форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС	Контроль	
I курс							
1.1	<i>Модуль 1</i> Общие основы теории баскетбола	1	4		40		Реферат
Итого за установочную сессию		1	4	-	40		
1.2	<i>Модуль 2</i> Содержание игровой деятельности в баскетболе	1	2	6	80		Семинар Устный опрос
1.3	<i>Модуль 3</i> Формирование навыков педагогического мастерства	1		6	80		Составление комплексов упражнений и проведение части занятия. Доклад
1.4	<i>Модуль 4</i> Соревнования в баскетболе, способы проведения, методика судейства	1			30		Ведение протокола игры
1.5	<i>Модуль 5</i> Материально-техническая база развития баскетбола	1			10		Письменное задание (Описание тренажера и методики его применения (по выбору))
1.6	<i>Модуль 6</i> Зачет для студентов первого курса	1					Зачет
Всего за 1 семестр (214 ч/6 з.е)			2	12	200		
1.7	<i>Модуль 7</i> Содержание игровой деятельности в баскетболе	2	2	8	100		Устный опрос классификация тактики защиты и нападения, терминология. Составление комплекса упражнений по воспитанию физических качеств.
1.8	<i>Модуль 8</i> Формирование навыков педагогического мастерства	2		2	80		Проведение части занятия +план-конспект по методике обучения

1.9	<i>Модуль 9</i> Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы	2		2	27		Письменное задание (Комплексы подвижных игр и баскетбольных упражнений)
1.10	<i>Модуль 10</i> Годовой экзамен для студентов первого курса	2				9	Экзамен
Всего за 2 семестр (228 ч/6,4 з.е)				12	207	9	
ИТОГО ЗА I КУРС (448 ч/12,4 з.е)			2	24	407	9	
II курс							
2.1	<i>Модуль 11</i> Содержание игровой деятельности в баскетболе	3	2	2	64		Устный опрос
2.2	<i>Модуль 12</i> Система подготовки баскетболистов	3	2	2	50		Устный опрос (Виды подготовки)
2.3	<i>Модуль 13</i> Формирование навыков педагогического мастерства	3		4	60		план-конспект по методике обучения, проведение части занятия
2.5	<i>Модуль 14</i> Материально-техническая база развития баскетбола	3			6		Эссе
2.6	<i>Модуль 15</i> Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы	3			10		Презентация, эссе
2.7	<i>Модуль 16</i> НИР и УИРС в баскетболе	3		2	10		Семинар Работа с литературными источниками
2.8	<i>Модуль 17</i> Зачет для студентов второго курса	3					Зачет
Всего за 3 семестр (214 ч/ 5,9 з.е)			4	10	200		
2.9	<i>Модуль 18</i> Обеспечение системы подготовки баскетболистов	4			36		Презентация, эссе
2.10	<i>Модуль 19</i> Формирование навыков педагогического мастерства	4		2	32		Составление планов-конспектов для определенной возрастной группы ДЮСШ и проведение тренировочного занятия по баскетболу
2.11	<i>Модуль 20</i> Соревнования в баскетболе, способы их проведения	4			68		Письменная работа (Разработка положения о соревновании)
2.12	<i>Модуль 21</i> Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы	4			75		Эссе
2.13	<i>Модуль 22</i> НИР и УИРС в баскетболе	4			40		Реферат

2.14	<i>Модуль 23</i> Годовой экзамен для студентов второго курса					9	Экзамен
Всего за 4 семестр (272ч/7,5 з.е)			2	10	251	9	
ИТОГО ЗА II КУРС			6	20	451	9	
III курс							
3.1	<i>Модуль 24</i> Системы подготовки баскетболистов	5	4	2	34		Устный опрос Письменное задание
3.2	<i>Модуль 25</i> Организация и проведение соревнований по баскетболу	5		4	28		Письменная работа (Составление отчетно-учетной документации)
3.3	<i>Модуль 26</i> Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы	5		2	15		Семинар
3.4	<i>Модуль 27</i> НИР и УИРС в баскетболе	5		2	20		Доклад по теме ВКР
3.5	<i>Модуль 28</i> Зачет для студентов третьего курса	5					Зачет
Всего за 5 семестр (111ч/ з.е)			4	10	97		
3.6	<i>Модуль 29</i> Управление подготовкой баскетболистов	6	2	2	30		Письменная работа (Разработка документов планирования)
3.7	<i>Модуль 30</i> Обеспечение системы подготовки баскетболистов	6	2	2	25		Опрос Презентация, доклад
3.8	<i>Модуль 31</i> Формирование навыков педагогического мастерства	6		4	35		Проведение и анализ результатов тестирования
3.9	<i>Модуль 32</i> Соревнования в баскетболе, методика судейства	6		2	20		Организация контрольного судейства в поле
3.10	<i>Модуль 33</i> НИР и УИРС в баскетболе	6			54		Подготовка презентации и доклада на заслушивание ВКР
3.11	<i>Модуль 34</i> Годовой экзамен для студентов третьего курса	6				9	Экзамен
Всего за 6 семестр (117ч/ з.е)			4	10	154	9	
ИТОГО ЗА III КУРС			8	20	251	9	
IV курс							
4.1	<i>Модуль 35</i> Система подготовки баскетболистов	7			85		Составление плана-конспекта для занимающихся разной квалификации. (по заданию преподавателя). Психологическое тестирование

4.2	<i>Модуль 36</i> Формирование навыков педагогического мастерства	7		4	40		Проведение комплексного контроля
4.4	<i>Модуль 37</i> Управление подготовкой баскетболистов	7		2	90		Письменная работа (Разработка годового цикла, Описание методик комплексного контроля)
4.5	<i>Модуль 38</i> Обеспечение системы подготовки баскетболистов	7		2	70		Письменная работа (Анализ методик проведения, составить индивид план подготовки по амплуа)
4.6	<i>Модуль 39</i> НИР и УИРС в баскетболе	7		2	100		Презентация, доклад и выступление по ВКР
4.7	<i>Модуль 40</i> Итоговый экзамен для студентов четвертого курса	7				9	Экзамен
Всего за 7 семестр (432ч/ з.е)			8	20	395	9	
ИТОГО ЗА IV КУРС						9	
Итого по дисциплине: 1692 ч/47 з.е						36	

Программный материал

Модуль 1 Общие основы теории баскетбола: лекции – 4 часа; СРС – 40 часов.

Тема 1.1. Введение в дисциплину «Теория и методика баскетбола»

Лекция – 2 часа

Определение, задачи и содержание дисциплины. Структура курса и программные установки. Программный материал по годам обучения. Организация изучения курса, формы занятий. Зачетные требования. Организация и формы проведения занятий. Режим учебной, научной, спортивной и общественной деятельности студента.

СРС – 2 часа

Изучение и работа с учебной и методической литературой – 2 часа.

Тема 1. Модельные характеристики выпускников физкультурных вузов, специализирующихся по баскетболу.

СРС – 8 часов

Изучить модели деятельности выпускников специализации баскетбол, знания, умения и навыки спортивно-педагогической деятельности будущего специалиста по баскетболу, психолого-педагогическую характеристику, воспитательные функции, способы управления коллективом, педагогические способности, личностные качества. Непрерывность и пути повышения квалификации, творческий обмен опытом, оценка деятельности специалиста, профессиональные стандарты, действующие в области физической культуры и спорта. – 4 часа.

Изучение рекомендованной литературы, профессиональных стандартов «Тренер», «Тренер-преподаватель», «Спортсмен». Наблюдения за педагогической деятельностью тренеров. – 4 часов.

Тема 1.2 История развития баскетбола в мире.

Лекция – 2 часа

Возникновение баскетбола. Первые соревнования и правила игры. Участие баскетболистов разных стран в Чемпионатах мира, Олимпийских играх, континентальные соревнования.

СРС – 30 часов.

Изучение отечественных и зарубежных источников информации о развитии баскетбола в мире (книг, официальных материалов ФИБА, специализированных газет и журналов, видеофильмов). – 4 часа

1. Изучить и законспектировать возникновение баскетбола, первые правила игры и соревнования, распространение игры в мире, образование ФИБА, участие баскетболистов различных стран в чемпионатах мира, Олимпийских играх, континентальные соревнования, развитие игры в связи с изменением правил – 6 часов.

2. Подготовить реферат по истории развития баскетбола для выступления на занятии (по заданию преподавателя) – 4 часа.

Тема 1.3 История развития отечественного баскетбола

Появление баскетбола в России. Первые соревнования и правила игры. Баскетбол в СССР, в довоенные и послевоенные годы. Участие советских и российских спортсменов в международных соревнованиях. – 2 часа.

Изучение литературы и других источников по истории развития баскетбола в России. – 2 часа.

1. Изучить историю баскетбола в дореволюционной России, начало распространения баскетбола и спортивный уровень команд, дореволюционные методические материалы по баскетболу. Баскетбол в СССР в первые годы советской власти, соревнования по баскетболу в программе Всесоюзной спартакиады 1928 г. – 2 часа.

2. Провести анализ основных соревнований в предвоенные и послевоенные годы, участия советских и российских баскетболистов в международных соревнованиях, достижения советских и российских баскетболистов на чемпионатах Европы, мира, Олимпийских играх. Развитие правил игры, техники и методики обучения, Изучить важнейшие мероприятия последних лет по развитию баскетбола в России, провести анализ развития баскетбола в России на разных этапах, результатов участия отечественных баскетболистов в главных международных соревнованиях – 4 часа.

Тема 1.4-00 Современное состояние и перспективы развития баскетбола в России и мире

Влияние новых социально-экономических условий на современное состояние российского и мирового баскетбола. Основы реформы системы подготовки спортивного резерва в России и изменения, связанные с ее внедрением, в баскетболе. – 4 часа.

Модуль 2. Содержание игровой деятельности в баскетболе: лекции – 2 часа; практические занятия – 6 часов; СРС – 80 часов.

Тема 2.1 Характеристика игры

Лекция – 2 часа

Особенности игровой деятельности игры в баскетбол. Сочетание индивидуальной игры, командных и игровых действий в нападении и противодействий в защите. Психологическая характеристика игры, особенности условий и мест проведения соревнований.

СРС – 15 часов

Просмотр соревнований, наблюдение за спецификой игровой деятельности, изучение отечественной и зарубежной литературы по теме.

1. Изучить особенности игровой деятельности: переменный характер, последовательность и интенсивность выполнения действий. Постоянное противоборство нападения и защиты. Скоростно-силовой характер действий с высокой степенью точности движений в условиях лимита времени. Сочетание индивидуальности и коллективных действий в тактике защиты и нападения. Энергетические затраты в процессе игры. Психологическая характеристика игры, особенности внешней среды и условий спортивной деятельности баскетболистов – 10 часов.

2. Просмотреть игры и быть готовым к методическому разбору игры на занятии – 5 часа.

Тема 2.2 Техника игры

Семинарское занятие – 2 часа

Общие основы спортивной техники. Общая характеристика техники баскетбола. Классификация техники баскетбола. Фазовая структура техники и ее педагогическое значение. Определяющее звено техники приема. Второстепенные детали техники и индивидуальные особенности.

Семинарское занятие – 2 часа

1. Устный опрос – проверка знаний студентов по пройденной теме. – 2 часа.

СРС – 4 часа.

2. Изучение и разбор схемы классификации техники баскетбола. – 4 часа.

СРС – 8 часа

1. Взаимосвязь технической подготовленности с физическими качествами баскетболиста. – 4 часа.

2. Основы и последовательность обучения технике баскетбола.

СРС – 16 часов

Изучение отечественной и зарубежной литературы и других источников по теме.

1. Изучить общие основы спортивной техники, кинематическую, динамическую и ритмическую структуру движений, общую характеристику техники баскетбола. Современную технику игры - результат исторического развития, особенности современной техники и ее значение для роста спортивного мастерства, тенденции к дальнейшему развитию техники – 6 часа.

2. Изучить и проанализировать взаимосвязь техники с физическими и техническими качествами баскетболистов, фазовую структуру техники и ее педагогическое значение, определяющее (ведущее) звено техники приема, второстепенные детали техники и индивидуальные особенности (стиль) – 4 часов.

3. Выявить критерии эффективности техники: качественные и количественные. Надежность техники как сочетание стабильности и вариативности. Устойчивость техники против сбивающих факторов. Признаки эффективности техники. Общие правила «техничности» выполнения действий или рациональность техники. Надежность техники как взаимодействие стабильных и вариативных элементов. Устойчивость техники к действию сбивающих факторов. Основные ошибки техники, анализ причин возникновения, пути предупреждения и исправления – 6 часов.

Тема 2.2.1 Техника нападения. Классификация и терминология

СРС – 7 часов

1. Краткая характеристика приемов техники перемещений в нападении (ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты). – 2 часа.

2. Методика обучения приемам техники передвижения. Ошибки при обучении и способы их исправления. – 5 часов.

Семинарское занятие – 2 часа

1. Устный опрос – проверка знаний студентов по пройденной теме. Изучение и разбор схемы классификации техники нападения в баскетболе. – 2 часа.

СРС – 16 часов

Просмотр видео с последующим анализом. Изучение литературы. Наблюдения на тренировках и соревнованиях.

1. Провести анализ современной техники нападения. Дать характеристику двигательной структуры технических приемов нападения и специфике проявления в игре (передвижений и техники владения мячом) – 6 часов.

2. Изучить многообразие приемов, сочетание приемов (последовательное и фазовое), выполнение приемов и сочетаний в зависимости от условий игры, от уровня противодействия, в состоянии утомления. Ошибки в технике, их причины, пути предупреждения утомления. Сочетание финтов и различных технических приемов. Эффективность выполнения технических приемов. Рациональность и стабильность выполнения приемов – 6 часов.

3. Изучить и законспектировать терминологию, классификацию техники нападения – 4 часа.

Тема 2.2.2 Техника защиты. Классификация и терминология

СРС – 16 часов

Просмотр видеоматериалов, изучение специальной литературы по теме.

1. Определить взаимосвязь приемов техники нападения и приемов техники защиты, изучить технику передвижений защитника, технику овладения мячом – 6 часов.

2. Изучить и законспектировать терминологию, классификацию техники защиты – 6 часов.

3. Просмотр видеоматериалов и матчей с целью анализа технических приемов овладения мячом, провести анализ особенностей выполнения приемов защиты ведущими баскетболистами, подготовить доклад по теме – 4 часа.

Модуль 3 Формирование навыков педагогического мастерства;
практические занятия – 6 часов; СРС – 80 часа.

Тема 3.1 Методика обучения технике

Семинарское занятие – 2 часа

Предмет, задачи, этапы, последовательность обучения технике баскетбола. Принципы, средства и методы обучения техническим приемам. Основы и система формирования двигательного действия. Значение организационно-методических указаний в обучении техническому приему.

Практическое занятие – 2 часа

1. Индивидуальная техника игры. Устный опрос – проверка знаний студентов по пройденной теме. Изучение и разбор общей структуры изучения технического приема в баскетболе. Ошибки при обучении и способы их исправления.

СРС – 28 часа

Выполняется на учебных занятиях под руководством преподавателя и по его заданию.

1. Подготовка практического материала для проведения основной части занятия (по заданию преподавателя), правильно демонстрируя технику выполнения, замечать и исправлять неверные движения при выполнении упражнений, учитывать индивидуальные особенности занимающихся, уровень их подготовленности – 10 часов.

2. Изучение отечественной и зарубежной литературы, в том числе Интернет-ресурсов, просмотр видеоматериалов по теме – 4 часа.

3. Изучить и законспектировать определения: двигательные умения и навыки, их значение в процессе подготовки спортсмена, отличительные черты навыков в баскетболе, положительный и отрицательный перенос

навыков и его учет при построении обучения. Специфика применения дидактических принципов при обучении, принципы наглядности, доступности, индивидуализации, систематичности, последовательности и прочности, сознательности и активности. Воспитывающий характер обучения, оздоровительная направленность – 4 часа.

4. Изучить структуру процесса обучения: этапы обучения, цель, задачи, методы и средства, рациональную последовательность обучения технике игры, её научное обоснование. Методы обучения: рассказ и показ упражнений, демонстрация наглядных пособий, видеозаписей, целостный и расчлененный – 4 часа.

5. Подготовить план-конспект подготовительной части занятия для самостоятельного проведения, подбирать упражнения в соответствии с последовательностью обучения – 6 часа.

Тема 3.2 Обучение общеразвивающим и специальным упражнениям

Практическое занятие – 2 часа

Проведение подготовительной части занятия. Выполняется на учебных занятиях под руководством преподавателя и по его заданию.

Задания для работы студентов и предполагаемый объем работы:

1. Проведение подготовительной и/или заключительной части занятия (по заданию преподавателя), используя точную терминологию, правильно демонстрируя технику выполнения, правильно и с соответствующей интонацией производить подсчет, замечать и исправлять неверные движения при выполнении упражнений разминки, учитывать индивидуальные особенности занимающихся, уровень их подготовленности – 2 часа.

СРС – 20 часов

Изучение отечественной и зарубежной литературы, в том числе Интернет-ресурсов, просмотр видеоматериалов по теме.

1. Изучить методику обучения общеразвивающим и специальным упражнениям (показ в сочетании с рассказом, расчленено, целостно и т.д.), методические особенности и последовательность применения

общеразвивающих и специальных упражнений в подготовительной и заключительной частях занятия, составить план-конспект подготовительной и/или заключительной частей урока – 20 часов.

Тема 3.3 Структура, задачи и организация занятия

СРС – 2 часа

Структура, задачи, организация и содержание занятия. Выбор средств и методов обучения. Способы выполнения заданий: фронтальный, поточный, индивидуальный.

Практическое занятие – 4 часа

1. Формулировка задач и подбор средств и методов организации группы с учетом особенностей контингента занимающихся.

2. Доклад по применению средств и методов при обучении технике нападения.

СРС – 10 часов

1. Изучить и законспектировать структуру, цель, задачи, организацию и содержание занятия, выбор средств и методов обучения, способы: фронтальный, поточный, индивидуальный. Методику составления конспекта – 8 часов.

2. Изучение литературы, в том числе Интернет-ресурсов по теме – 2 часов.

Тема 3.4 Средства развития физических качеств

Лекция – 2 часа

Общие основы теории развития физических качеств. Основные понятия. Сила, особенности ее развития. Быстрота, способы формирования скоростных способностей. Выносливость, средства и методы ее развития. Ловкость, основные критерии оценки. Гибкость и факторы, определяющие степень гибкости.

СРС – 20 часов

1. Формулировка задач и подбор средств и методов организации занятий по развитию физических качеств. Метод круговой тренировки для развития физических качеств у баскетболистов. 6

2. Изучить и законспектировать структуру, цель, задачи, организацию и содержание занятия, выбор средств и методов обучения, способы: фронтальный, поточный, индивидуальный. Методику составления конспекта. Подготовка плана-конспекта (по заданию преподавателя).

– 10 часов.

3. Изучение литературы, в том числе Интернет-ресурсов по теме – 4 часов.

Модуль 4 Соревнования в баскетболе, способы проведения, методика судейства: СРС – 20 часов.

Тема 4.1. Правила соревнований по баскетболу

СРС– 4 часа

1. Разбор правил по баскетболу: нарушения, фолы, жестикуляция судей – 2 часа.

СРС – 10 часов

1. Изучить и законспектировать правила соревнований по баскетболу, жестикуляцию судей – 4 часа.

2. Изучить историческое развитие правил, значения правил и их изменение как объективную необходимость, вызываемую развитием игры, диалектическую взаимосвязь правил и развития техники и тактики игры, провести анализ правил по баскетболу – 6 часов.

Тема 4.2. Методика и организация работы секретариата

СРС – 2 часа

1. Ведение протокола учебной игры. Выполнение обязанностей членов секретариата во время учебного матча – 2 часа.

СРС – 16 часов

1. Изучить правила соревнований по баскетболу, жестикуляции судей – 4 часа.

2. Изучить методику заполнения основного протокола игры по баскетболу – 6 часов.

3. Изучить обязанности комиссара матча и секретариата, основные функции работы членов секретариата – 6 часов.

Модуль 5 Оборудование залов и сооружений. Инвентарь для игры в баскетбол.

СРС – 30 часа

Изучение отечественной и зарубежной литературы, в том числе Интернет-ресурсов, просмотр видеоматериалов по теме. – 5 часов

1. Изучить требования, предъявляемые к спортсооружениям по баскетболу, основные размеры, конструктивные особенности. Вспомогательные сооружения, механизмы, инструменты для ухода за спортсооружениями. Основной инвентарь, правила эксплуатации. Информационное оборудование – 15 часов.

2. Изучить основные тренажеры, варианты размещения и крепления, изготовление и ремонт, подготовить информацию о тренажере и методику его применения (по выбору)– 10 часов.

Модуль 6. Зачет для студентов первого курса.

Контрольные вопросы к зачету для студентов 1 курса.

Модуль 7 Содержание игровой деятельности в баскетболе: лекции – 2 часов; практические занятия – 8 часов; СРС – 100 часов.

Тема 7.1. Физические качества баскетболиста

Лекция – 2 часа

Общие основы теории развития физических качеств. Основные понятия. Сила, особенности ее развития. Быстрота, способы формирования скоростных способностей. Выносливость, средства и методы ее развития. Ловкость, основные критерии оценки. Гибкость и факторы, определяющие степень гибкости.

СРС – 20 часов

Изучение отечественной и зарубежной литературы, в том числе Интернет-ресурсов, просмотр видеоматериалов по теме.

1. Изучить общие основы теории физических качеств и законспектировать основные определения и понятия: «сила», собственно силовые и скоростно-силовые способности, проявление силовых качеств в игре баскетбол, средства развития силы, основные методы развития силы, особенности развития силовых качеств в баскетболе. Скоростные качества, быстрота движений, характеристика быстроты, критерии оценки быстроты: латентное время двигательной реакции, скорость одиночного движения, частота движений, быстрота простой и сложной двигательной реакций, основные методы развития быстроты: методы повторного, повторно-прогрессирующего и переменного упражнения и их характеристики, специфика развития быстроты в баскетболе. Выносливость, общая и специальная выносливость, абсолютные и относительные показатели выносливости, основные факторы, определяющие нагрузку, интенсивность, продолжительность нагрузки и интервалов отдыха, число повторений упражнений, основные методы увеличения аэробных и анаэробных возможностей, особенности развития выносливости в баскетболе. Ловкость, характеристика ловкости, её компоненты, проявления в игре, критерии оценки ловкости, средства и методы воспитания. Характеристика гибкости, максимальная амплитуда движений как измеритель гибкости, активная и пассивная гибкость, основные факторы, определяющие гибкость человека, основные средства развития гибкости, влияние гибкости на технику игры, способность к расслаблению, основные средства развития способности – 14 часов.

2. Составить комплекс упражнений для воспитания силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости баскетболиста (по заданию преподавателя) – 6 часов.

Тема 7.2 Стратегия и тактика баскетбола

Практические занятия – 2 часа

1. Общие основы тактики игровой деятельности. Основные понятия и содержание тактики, ее значение для уровня мастерства баскетболиста. Системно-структурный подход в анализе тактических приемов и его педагогическое значение. Ведущие элементы системы. Типичные ошибки в тактике, причины их возникновения и пути исправления. Анализ индивидуальных, групповых и командных тактических действий в нападении и защите.

СРС – 20 часов

Изучение отечественной и зарубежной литературы, просмотр видеоматериалов по теме.

1. Изучить и проанализировать основы игровой деятельности и понятия: стратегия, тактика игры, средства тактики, способы ведения игры, система игры, классификация техники нападения и защиты – 4 часа.

2. Дать анализ индивидуальных, групповых и командных тактических действий в нападении и защите – 6 часов.

3. Рассмотреть и выделить типичные ошибки в тактике – 4 часов.

4. Обозначить причины возникновения ошибок и способы их исправления – 6 часов.

Тема 7.3. Тактика нападения (индивидуальные и групповые действия, командные: нападение против личной защиты)

Практическое занятие – 4 часов

1. Индивидуальные тактические действия без мяча, с мячом против личной защиты. Варианты групповых взаимодействий 2-х, 3-х игроков против личной защиты. Устный опрос. – 2 часа.

2. Командные действия в нападении. Стремительное нападение, позиционное нападение и их варианты. Основы методики индивидуальных, групповых, командных противодействий личной защите в баскетболе. Устный опрос.– 2 часа.

СРС – 30 часов

Изучение отечественной и зарубежной литературы, в том числе Интернет-ресурсов, просмотр матчей по баскетболу, в том числе и видеоматериалы:

1. Изучить и законспектировать понятия: тактика нападения (индивидуальные действия без мяча: выбор места, применение техники перемещения для выхода на это место, применение финтов при перемещении: «на изменение направления», «на поворот», «на рывок», «на остановку». Индивидуальные действия игрока с мячом: рациональное применение ловли, передач, бросков и ведения, применение финтов «на передачу», «на бросок», «на ведение», сочетание нескольких финтов, характер индивидуальных действий в зависимости от игрока на площадке и взаиморасположение партнеров противников. Групповые взаимодействия двух игроков: «передай мяч - выходи» при численном меньшинстве противника и при численном равенстве, при начале атаки, при развитии и завершении ее. Заслоны: наружный, внутренний, наведением, пересечением, заслон с сопровождением. Тактический смысл заслонов «для броска», «для ухода», «для выхода на получение мяча». Взаимодействие трех игроков «передай - выходи» при численном меньшинстве противника и при численном равенстве. «Тройка», «восьмерка», «скрестный выход», «сдвоенный заслон», «наведение на двух») – 10 часов.

2. Изучить и разобрать варианты стремительного нападения, фазы, способы начала, развития и завершения атаки. Позиционное нападение: система нападения через центрального игрока (с одним и двумя центровыми) и нападение без центральных игроков (серией заслонов). Нападение из различных расстановок игроков. Раннее нападение – 4 часа.

3. Просмотреть матчи и учебно-тренировочные занятия и провести анализ индивидуальных и групповых действий в нападении – 4 часа.

4. Провести видеоанализ 4 различных матчей и выявить систему нападения каждой команды – 6 часов.

5. Разбор вариантов командного нападения (Стремительное

нападение, позиционное нападение) – 6 часов.

Тема 7.4 Тактика защиты (индивидуальные и групповые действия, командные: личная защита, личный прессинг)

Практическое занятие – 2 часов

1. Индивидуальные тактические действия против игрока без мяча, с мячом. Рациональное применение приемов защиты – 2 часа.

2. Варианты групповых взаимодействий игроков при применении личной защиты – 4 часа.

3. Командные действия в защите против различных вариантов стремительного и позиционного нападения – 4 часа.

4. Основы методики индивидуальных, групповых, командных противодействий личной защите в баскетболе – 2 часа.

Методическое занятие – 2 часа

1. Последовательность обучения индивидуальным действиям в защите. Основы групповых взаимодействий при применении личной защиты. Организация, средства и методы проведения занятий по тактике защиты в баскетболе. Устный опрос.

СРС – 30 часов

Изучение отечественной и зарубежной литературы, в том числе Интернет-ресурсов, просмотр матчей по баскетболу, в том числе и видеоматериалы.

1. Изучить и законспектировать основные понятия: индивидуальные действия в защите (держание игрока без мяча и с мячом, держание игрока, стоящего на месте и перемещающегося в различных частях площадки. Рациональное применение приемов техники защиты: выбивания, вырывания, отбивания, накрывания, борьбы за отскочивший мяч. Способы личного держания игрока с мячом и без мяча в различных участках площадки и в различных игровых ситуациях) – 8 часов.

2. Изучить и законспектировать основные понятия: групповые взаимодействия игроков в защите (подстраховка, переключение при

стационарном заслоне, при наведении или при пересечении, проскальзывание, групповой отбор мяча, противодействие «тройке», противодействие «малой восьмерке», противодействие «скрестному выходу», противодействие «сдвоенному заслону», «треугольник отскока», защита в численном меньшинстве) – 6 часов.

3. Изучить командные действия игроков в защите (варианты и способы выполнения) – 4 часа.

4. Просмотреть матчи и учебно-тренировочные занятия и провести анализ индивидуальных и групповых действий в защите – 4 часа.

5. Провести видеоанализ 4 различных матчей и выявить систему защиты каждой команды – 4 часа.

6. Составление плана-конспектов по обучению командным действиям в защите (Концентрированная (личная) защита. Варианты рассредоточенной защиты (личный прессинг). Личная защита на одной половине и по всей площадке (прессинг) – 4 часа.

Модуль 8. Формирование навыков педагогического мастерства:
практические занятия – 2 часа; СРС – 80 час.

Тема 6.1 Методика обучения технике

Практическое занятие – 2 часов

1. Методика обучения приемам техники передвижений. Ошибки при обучении и способы их исправления. Классификация ловли-передачи мяча. Методика обучения ловли-передачи мяча. Основные ошибки при обучении и способы их исправления. Классификация техники ведения мяча. Методика обучения технике ведения мяча. Основные ошибки при обучении ведения мяча, способы их исправления. Проведение части занятия (по заданию преподавателя).

СРС – 40 часов

Выполняется на учебных занятиях под руководством преподавателя и по его заданию.

1. Подготовка практического материала для проведения основной части занятия (по заданию преподавателя), правильно демонстрируя технику выполнения, замечать и исправлять неверные движения при выполнении упражнений, учитывать индивидуальные особенности занимающихся, уровень их подготовленности – 10 часов.

2. Составить комплекс упражнений для обучения и совершенствования техники передвижений в нападении, составить картотеку подвижных игр и игровых заданий для совершенствования техники передвижений в баскетболе – 8 часа.

3. Составить комплекс упражнений для обучения и совершенствования техники ловли-передачи мяча на месте и в движении, составить картотеку подвижных игр и игровых заданий для совершенствования техники ловли-передачи мяча – 8 часа.

4. Составить комплекс упражнений и игровых заданий для обучения и совершенствования техники ведения мяча на месте, с изменением направления и скорости – 8 часа.

5. Подготовить план-конспект основной части занятия для самостоятельного проведения, подбирать упражнения в соответствии с последовательностью обучения – 6 часа.

Тема 8.2 Методика обучения тактике (индивидуальные, групповые и командные действия)

СРС – 14 часа

1. Предмет, задачи, этапы, последовательность обучения тактике баскетбола. Принципы, средства и методы обучения тактическим приемам.

2. Общий тактический замысел и тактический план как элементы моделирования тактики. Конкретные способы решения возникающих задач (приемы психологического воздействия на соперника, маскировка возможных действий и др.).

3. Последовательность в обучении тактическим действиям в баскетболе – индивидуальные, групповые и командные действия.

4. Подбор упражнений и методика обучения индивидуальным тактическим действиям. (Действие игрока без мяча и с мячом, далее с пассивным противодействиям защитника, потом с активным.) Одновременно разучиваются замены защитника против игрока без мяча и с мячом.

5. Подбор упражнений и последовательность обучения групповым тактическим действиям (взаимодействие 2-х игроков): - «отдал – выходи на свободное место», «заслон», «наведение», «двойка», «пересечение».

6. Совершенствование командных взаимодействий при стремительном нападении.

7. Совершенствование командных взаимодействий в нападении с одним и двумя центровыми

8. Совершенствование командных взаимодействий игроков при произвольном нападении.

СРС – 26 часов

Задания для самостоятельной работы студентов и предполагаемый объем работы:

1. Изучить принципы составления упражнений и модификация их. Изучить методику подготовки индивидуальных, групповых и командных тактических взаимодействий и их совершенствование в зависимости от избранной системы ведения игры в нападении и защите – 6 часа.

2. Знать принципы подбора, составления и разработки комплекса подводящих и основных упражнений для обучения определенному тактическому взаимодействию и его совершенствование – 4 часа.

3. Уметь работать с видеоматериалами по тактическим взаимодействиям баскетболистов, а так же уметь проводить анализ и разбор отдельных тактических взаимодействий – 4 часа.

4. Подготовка к проведению части занятия по обучению тактическим взаимодействиям (по заданию преподавателя) – 6 часов.

5. Овладеть методикой составления комплекса упражнений, необходимых для обучения тактическим взаимодействиям – 6 часов.

Модуль 9. Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работ.:
практические (семинарские) занятия – 2 часа, СРС – 27 часов.

Особенности проведения занятий по баскетболу с различным контингентом занимающихся (по месту жительства и в оздоровительных лагерях)

Семинарское занятие – 2 часа

1. Программы, планы, составление и ведение документации по организации активного отдыха и досуга средствами баскетбола. Особенности проведения занятий и соревнований с начинающими – 2 часа.

СРС – 27 часов

1. Программы, планы, составление и ведение документации по организации активного отдыха и досуга средствами баскетбола. Особенности проведения занятий и соревнований с начинающими – 4 часа.

Изучение отечественной и зарубежной литературы, в том числе Интернет-ресурсов, просмотр видеоматериалов по теме. – 2 часа

Изучить и законспектировать информацию о баскетболе, как средстве воспитания физических качеств, активного отдыха и укрепления здоровья населения, общие сведения о влиянии занятий баскетболом на организм детей и людей зрелого возраста, общую характеристику основных средств баскетбола. Особенности проведения занятий с учетом наличия оборудованных мест занятий, инвентаря, особенности проведения занятий баскетболом на воздухе – 6 часов.

2. Изучить программы, планы, составление и ведение документации, особенности комплектования групп для занятий баскетболом, подготовка и привлечение общественного актива к проведению учебно-тренировочной работы и соревнований по баскетболу (инструкторов, судей, спортсменов-разрядников), проведение спортивных праздников средствами баскетбола, значение соревнований для развития массового баскетбола. Особенности организации и проведения занятий с начинающими разного возраста (по физической, технической и тактической подготовке). Методика применения

средств родственных видов спорта, особенности проведения занятий с детьми разного возраста и уровня подготовленности – 8 часа.

3. Составить комплекс подвижных игр и упражнений для различного контингента занимающихся (по заданию преподавателя) – 7 часа.

Модуль 10. Годовой экзамен для студентов 1 курса: контроль – 9 часов.

Контрольные вопросы к экзамену для студентов 1 курса.

2 курс

Модуль 11. Содержание игровой деятельности в баскетболе: лекции – 2 часа, практические (семинарские) занятия – 2 часа, СРС – 64 часов.

Стратегия и тактика баскетбола

Лекции – 2 часа

1. Современное представление о тактике игры как организационном процессе деятельности. Системно-структурный подход в анализе тактических приемов и его педагогическое значение.

Семинарское занятие – 2 часа

Системно-структурный анализ тактических приемов и их вариантов в индивидуальных, групповых и командных действиях. Устный опрос.

Стратегия и тактика баскетбола

СРС – 44 часов

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами по соответствующей тематике, просмотр матчей по баскетболу, в том числе и видеоматериалы.

Задания для самостоятельной работы студентов и предполагаемый объем работы:

1. Освоить взаимосвязь тактики с физическими и психическими качествами баскетболиста и техникой игры. Системно-структурный подход в анализе тактических приемов и его педагогическое значение. Ведущие элементы системы. Надежность тактики. Устойчивость тактических приемов

к действию сбивающих факторов. Типичные ошибки в тактике, причины их возникновения и пути исправления – 20 часов.

Тактика нападения.

Командная тактика: нападение против зонной защиты.

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами по соответствующей тематике, просмотр матчей по баскетболу, в том числе и видеоматериалы – часов.

Задания для самостоятельной работы студентов и предполагаемый объем работы:

1. Изучить и разобрать варианты нападения против зонной защиты – 10 часов.
2. Провести анализ наблюдений на соревнованиях за тактикой нападения ведущих команд, при зонной защите – 10 часов.
3. Современные тенденции командных тактических действий против зонной системы защиты. – 4 часа.

Тактика защиты.

Командная тактика: зонная защита, зонный прессинг.

СРС – 20 часов.

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами по соответствующей тематике, просмотр матчей по баскетболу, в том числе и видеоматериалы.

Задания для самостоятельной работы студентов и предполагаемый объем работы:

1. Изучить командные действия игроков в защите (варианты и способы выполнения) – 10 часов.
2. Провести анализ наблюдений на соревнованиях за зонной защитой и зонным прессингом ведущих команд – 10 часов.

Модуль 12. Система подготовки баскетболистов : лекции – 2 часа, практические (семинарские) занятия – 2 часа, СРС – 50 часов.

12.1 Цели, задачи и содержание подготовки баскетболистов

Лекция – 2 часа

1.Современные средства и методы физической подготовки на различных этапах становления спортивного мастерства, методика организации и проведения занятий по общей и специальной физической подготовке баскетболистов - 2 часа.

СРС - 10

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами по соответствующей тематике, просмотр матчей по баскетболу, в том числе и видеоматериалы.

1. Законспектировать и выучить понятия «спортивная подготовка» и «спортивная тренировка», «подготовленность спортсмена», «спортивная форма». Структура и содержание спортивной тренировки.

А так же знать закономерности и основные принципы спортивной тренировки. Виды подготовки: физическая, техническая, тактическая, психологическая, игровая, теоретическая. Их взаимосвязь. Средства и методы спортивной тренировки – 2 часа.

11.2. Физическая подготовка и специальная работоспособность баскетболиста.

СРС – 10 часов

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами по соответствующей тематике, просмотр видеоматериалов по баскетболу.

1.Изучить цели и задачи физической подготовки. Этапы физической подготовки. Особенности воспитания физических качеств в баскетболе. Организация и содержание занятий по общей и специальной физической подготовке, направленных на совершенствование спортивной техники и тактики приемов игры в баскетбол. Закономерности переноса тренировочного эффекта с подготовительных упражнений на основные

действия. Соотношение общей и специальной физической подготовки и его изменение в процессе многолетней подготовки баскетболиста- 10 часа.

11.3. Техническая подготовка

Практическое занятие – 2 часа.

Современные средства и методы технической подготовки на различных этапах становления спортивного мастерства, методика организации и проведения занятий по технической подготовке баскетболистов. Устный опрос по видам подготовки. - 2 часа.

СРС – 14 часов

1. Законспектировать и выучить основные понятия о спортивно-техническом мастерстве спортсмена. Знать критерии спортивно-технического мастерства: эффективность как степень использования двигательного потенциала; высокий уровень спортивного результата; устойчивость техники; точность движений. Ритм движений как интегральный показатель технического уровня спортсмена – 6 часов.

2. Изучить задачи, содержание технической подготовки на всех этапах подготовки, ее уровень в зависимости от физических качеств спортсмена, современные средства и методы подготовки баскетболистов – 6 часов.

11.4. Тактическая подготовка

СРС – 10 часов

1. Изучить цели и задачи тактической подготовки. Особенности формирования тактических умений и навыков, их совершенствование на различных этапах подготовки. Средства и методы тактической подготовки, их особенности в различные периоды годового цикла. Тактическая подготовка баскетболистов различного игрового амплуа, возраста и квалификации, – 10 часов.

2. Изучить взаимосвязь тактической подготовки с физической, технической, игровой, психологической и теоретической подготовкой, принципы разучивания комбинаций, уметь организовать и провести занятия по тактической подготовке - 4 часа.

11.5. Психологическая подготовка

СРС – 6 часов

1. Изучить цели и задачи психологической подготовки баскетболистов. Содержание психологической подготовки. Особенности формирования морально-волевых и специальных психологических качеств. Сенсорные, перцептивные, интеллектуальные свойства личности баскетболистов. Роль анализаторов, памяти и внимания в игровом процессе. Особенности мышления. Эмоции и волевые усилия в игровой деятельности. Психологическая устойчивость в экстремальных ситуациях. Проблема лидерства и мотивации в команде. Взаимопонимание игроков, тренеров, персонала. Методы психологических воздействий – 6 часов.

2. Провести анализ средств и методов специальной психологической подготовки баскетболистов. Овладеть методами психорегуляции – 4 часа.

Модуль 13. Формирование навыков педагогического мастерства.

практические (семинарские) занятия – 4 часа, СРС – 60 часов.

13.1. Методика обучения тактике

Практическое занятие – 2 часа

1. Методика подготовки индивидуальных, групповых и командных тактических взаимодействий и их совершенствование в зависимости от избранной системы ведения игры в нападении и защите.

СРС – 16 часов

1. Знать принципы составления упражнений и модификация их. Знать методику подготовки индивидуальных, групповых и командных тактических взаимодействий и их совершенствование в зависимости от избранной системы ведения игры в нападении и защите- 16 часа.

Практическое занятие – 2 часа.

2. План конспект и проведение части занятия по методике обучения тактике (командные действия).

СРС – 40 часов

1. Составить комплексы упражнений по командным действиям в нападении и защите (по заданию преподавателя), уметь проводить разбор вариантов командных тактических действий – 10 часов.

2. Знать принципы подбора, составления и разработки комплекса подводящих и основных упражнений для обучения определенному тактическому взаимодействию и его совершенствование – 10 часов.

3. Уметь работать с видеоматериалами по тактическим взаимодействиям баскетболистов, а так же уметь проводить анализ и разбор отдельных тактических взаимодействий- 10 часа.

4.Овладеть методикой составления комплекса упражнений, необходимых для обучения тактическим взаимодействиям – 6 часов.

5.Уметь проводить разбор и анализ материалов по тактическим взаимодействиям баскетболистов- 4 часа.

13.2. Особенности методики проведения занятий различных возрастных групп ДЮСШ.

СРС – 4

1. Подготовка к проведению тренировочного занятия и составление плана-конспекта для определенной возрастной группы ДЮСШ (по заданию преподавателя) – 4 часа.

Практическое занятие – 2 часа

1. План конспект и проведение тренировочного занятия (по заданию преподавателя) – 2 часов.

Модуль 14. Материально-техническая база развития баскетбола:
СРС – 6 часа

Тема 16.1. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочных занятий и соревнований

СРС – 2 часа

1. Знать оборудование, инвентарь, тренажерные установки для проведения специализированных учебно-тренировочных занятий и сборов, оборудование спортивных баз и реабилитационных центров научной

аппаратурой для комплексного контроля средствами реабилитации – 2 часа.

СРС – 4 часа

1. Описать тренажеры и информационные устройства по следующим характеристикам: назначение, регистрируемые показатели, дозировка работы, способы установки и подключения. Написание эссе – 4 часа.

Модуль 15. Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы:

СРС – 10 часа

Тема 17.1. Организация и проведение массовых мероприятий по баскетболу

СРС – 6 часа

1. Презентация или эссе по организации и проведению мероприятия по заданию преподавателя – 6 часа.

СРС – 4 часа

1. Изучить особенности организации и проведения занятий с различным контингентом по месту жительства, в образовательных учреждениях, в зонах отдыха, формы организации занятий, средства и методы – 4 часа.

Модуль 16. НИР и УИРС в баскетболе: Семинарское занятие – 2 часа. *СРС – 10 часа*

Тема 18.1. Учебно-исследовательская работа студента

Семинарское занятие – 2 часа

Значение УИРС в учебном процессе институтов физической культуры по спортивной специализации баскетбол. Организация научной работы студента. Участие студентов в научных и научно-методических мероприятиях кафедры, института.

СРС – 4 часа

1. Ознакомление с методами математической статистики. Анализ, полученных в результате исследования, данных. Выбор темы исследования – 4 часа.

СРС – 4 часа

1. Изучить УИРС в учебном процессе в институтах физической культуры в курсе специализации по баскетболу, изучить систему организации научной работы студентов: изучение теоретического курса, специфических методов исследования, выполнение лабораторных работ, выполнение курсовых и выпускных работ экспериментального характера – 2 часа.

2. Овладеть современными методами исследования в баскетболе, изучить современные методы исследования и их классификацию: общие, частные, специальные. Методы регистрации кинематических и динамических характеристик движений, освоить требования, предъявляемые к научным методам и методикам исследования - 2 часа.

Модуль 17. Зачет для студентов второго курса

Контрольные вопросы к зачету для студентов 1 курса.

Модуль 18. Обеспечение системы подготовки баскетболистов: СРС – 36 часов.

18.1. Структура, задачи и основные направления деятельности ФИБА и РФБ, федераций баскетбола в регионах России. Организация и управление их работой

СРС - 12

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, Интернет-ресурсами по теме.

1. Изучить основные положения устава ФИБА, региональные офисы, структуру организаций. Роль общественности в развитии баскетбола в России. Российская федерация баскетбола (РФБ) - орган общественного руководства работой по развитию баскетбола в России. Задачи и устав федерации, структура, план и организация ее работы, департаменты и их деятельность, выборность и отчетность всех органов. Международные связи РФБ, участие в работе ФИБА – 16 часов.

13.2 Организация и управление развитием баскетбола в вузах и средних специальных учебных заведениях

СРС - 14

1. Определить цели и задачи проведения занятий по баскетболу в вузах, средних специальных учебных заведениях, изучить организацию и управление развитием баскетбола в этих заведениях. Написание эссе – 8 часов.

2. Изучить опыт проведения соревнований студенческой лиги (московские студенческие игры, ассоциация студенческого баскетбола, международная студенческая лига) и соревнований по баскетболу среди учащихся средних специальных учебных заведений – 8 часов.

13.3 Организация и управление развитием баскетбола в спортивных и общеобразовательных школах

СРС - 12

1. Определить цели и задачи проведения занятий по баскетболу в клубах, спортивных школах и общеобразовательных школах, изучить организацию и управление развитием баскетбола в учебных заведениях. Написание эссе – 8 часов.

2. Изучить опыт проведения соревнований в спортивных школах и соревнований по баскетболу среди учащихся общеобразовательных школ – 4 часа.

Модуль 19. Формирование навыков педагогического мастерства:
практическое занятия – 2 часов, СРС – 32 часов

Тема 19.1. Особенности методики проведения занятий различных возрастных групп учреждений спортивной направленности

Практическое занятие – 2 часов

1. Проведение тренировочного занятия с учетом особенностей программного материала, контингента занимающихся (по заданию преподавателя) – 2 часов.

СРС – 32 часов

1. Подготовка к проведению тренировочного занятия и составление плана-конспекта для группы начальной подготовки, особенностей и изучения программного материала учреждения (по заданию преподавателя) – 16 часов.

2. Подготовка к проведению тренировочного занятия и составление плана-конспекта для групп спортивной специализации, особенностей и изучения программного материала учреждения (по заданию преподавателя) – 16 часов.

Модуль 20. Соревнования в баскетболе, способы проведения, методика судейства: СРС – 105 часов.

Тема 20.1. Характеристика системы соревнований в баскетболе, виды соревнований и способы их розыгрыша

СРС – 8 часов

Принципы соревновательной деятельности в баскетболе. Виды соревнований по их значению, месту в тренировочном процессе. Планирование соревнований и определение соревновательных нагрузок. Место и значение соревнований на различных этапах и периодах спортивной тренировки. – 8 часов.

СРС – 10 часов

1. Воспитательное и образовательное значение соревнований. Виды соревнований и их специфика – 4 часа.

2. Способы розыгрыша. Составление календаря игр – 6 часов.

СРС – 14 часа

1. Изучить значение спортивных соревнований. Место соревнований в системе подготовки спортсмена баскетболиста. Виды соревнований по их значению: главные (абсолютное и относительное первенство), вспомогательные (отборочные, контрольные встречи, уравнивательные, классификационные). Виды соревнований по их месту в тренировочном процессе: основные, вспомогательные, контрольные, подводящие – 8 часов.

2. Планирование соревнований и определение динамики соревновательных нагрузок (соотношение контрольных, отборочных,

подводящих и основных соревнований) в соревновательном сезоне, олимпийском цикле – 6 часов.

Тема 20.2. Положение о соревнованиях и методика его составления

СРС – 6 часов

1. Положение о соревнованиях как основной документ, регламентирующий организационные и финансовые вопросы проведения соревнований. Составить положение о соревнованиях по баскетболу – 6 часов

СРС – 4 часа

1. Знать основные разделы положения о соревнованиях и их содержание. Структура положения о соревнованиях. Изучить методику составления положения о соревнованиях. Расчет нагрузки зала в зависимости от системы проведения соревнований. Расчет нагрузки занятости судей и определения их необходимого количества. Методика составления расписания игр соревнования – 4 часа.

Тема 22.3. Организация и проведение соревнований

СРС – 12 часов

1. Методика организации и проведения соревнований. Требования к соревнованиям разного статуса. – 4 часа.

2. Основы составления сметы на участие и проведение соревнований по баскетболу – 4 часа.

3. Методика судейства соревнований по баскетболу. Основные ошибки при организации судейства – 4 часа.

СРС – 14 часов

1. Освоить методику организации и проведения соревнований. Требования к проведению городских, республиканских и международных соревнований – 6 часа.

2. Уметь организовать открытия, проведения и закрытия соревнований. Овладеть составлением сметы на участие и проведение соревнований – 4 часа.

3. Правила составления сметы на участие в соревнованиях по баскетболу – 4 часа

Тема 22.4. *Правила соревнований по мини-баскетболу и уличному баскетболу*

СРС – 4 часа

1. Сходства и различия правил по мини-баскетболу и уличному баскетболу – 4 часа.

СРС – 8 часа

1. Знать современные правила баскетбола, отследить изменения, дополнения и уточнения к правилам по баскетболу – 4 часа.

2. Изучить правила по мини-баскетболу и уличному баскетболу. Их сходство и различия – 4 часа.

Тема 22.5. *Основы методики судейства в поле*

СРС – 8 часов

1. Методика двойного судейства. Права и обязанности старшего судьи и судьи в поле – 4 часа.

2. Жестикуляция судей. Взаимосвязь судей с секретариатом – 4 часа.

СРС – 12 часов

1. Владеть методикой двойного и тройного судейства. Знать права и обязанности старшего судьи и судьи в поле. Место судей на площадке во время судейства игры. Жестикуляция. Взаимосвязь с секретарским столиком – 4 часа.

2. Провести анализ действий судей в поле во время игры (4 игры) – 8 часов.

Тема 22.6. *Инновации в методике судейства*

СРС – 4 часа

1. Методика судейства тремя судьями. Место расположения судей на площадке и их взаимосвязь – 4 часа.

СРС – 8 часа

1. Совершенствование умений и навыков в организации соревнований

различного уровня – 4 часа.

2. Техника определения ошибок, в рамках последних изменений правил соревнований – 4 часа.

Модуль 21. Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы:
СРС – 38 часов

Тема 23.1. Особенности проведения занятий по баскетболу в учебных заведениях

СРС – 14 часа

1. Организация и содержание учебной работы со студентами. Формы организации занятий баскетболом с молодежью. Написание эссе – 8 часа.

2. Особенности комплектования групп в вузах и сузах. Особенности проведения занятий по баскетболу с занимающимися разного уровня подготовленности – 6 часа.

СРС – 24 часов

1. Знать цели и задачи проведения занятий по баскетболу в колледжах и вузах. Организация и содержание учебной работы со студентами, плановой и спортивной внеурочной работы. Написание эссе – 14 часов

2. Формы организации занятий баскетболом с молодежью – 10 часов.

Модуль 22. НИР и УИРС в баскетбол: СРС – 40 часов.

Тема 24.1. Научно-методические основы экспериментально-исследовательской работы

СРС – 4 часа

Научные проблемы фундаментальных и прикладных исследований. Основные направления исследований в баскетболе. Задачи, содержание и организация НИР.

СРС – 6 часа

1. Понятийный аппарат: проблема, тема научного исследования, цель, задачи, методы – 2 часа.

СРС – 10 часа

1. Изучить научные проблемы фундаментальных и прикладных исследований. Основные направления исследований в баскетболе. Задачи, содержание и организация научно-исследовательской работы. Планирование и проведение эксперимента. Обзор выполненных научных исследований в баскетболе (по видам подготовки баскетболистов разного возраста, пола и квалификации, по обучению и спортивной тренировке) – 10 часа.

Тема 24.2. Методы исследования, их классификация

СРС – 4 часа

1. Методы исследования, их классификация: общие, частные, специальные. Требования к научным методам и методикам исследования – 2 часа.

СРС – 6 часа

1. Овладеть методами исследования, их классификацией: общие, частные, специальные. Знать требования, предъявляемые к научным методам и методикам исследования. Педагогические и социологические методы исследований. Инструментальные методы исследований. Методы регистрации кинематических и динамических характеристик движений. Частные методики исследования. Применение в методиках исследования аппаратуры общего и специального назначения: датчики и регистрирующие приборы, измерительная аппаратура. Метрологический контроль. Средства срочной информации. Виды получаемой информации и способы ее обработки. Методы математической статистики. Изучение информативности методик – 2 часа.

Тема 24.3. Учебно-исследовательская работа студента

СРС – 4 часа

1. Организация УИРС. Изучение научно-методической литературы и ее анализ. Выбор темы курсовой работы – 2 часа.

СРС – 6 часа

1. Изучить УИРС в учебном процессе в институтах физической культуры в курсе специализации по баскетболу, изучить систему

организации научной работы студентов: изучение теоретического курса, специфических методов исследования, выполнение лабораторных работ, выполнение курсовых и выпускных работ экспериментального характера – 2 часа.

2. Овладеть современными методами исследования в баскетболе, изучить современные методы исследования и их классификацию: общие, частные, специальные. Методы регистрации кинематических и динамических характеристик движений, освоить требования, предъявляемые к научным методам и методикам исследования. Подготовка реферата - 2 часа.

3. Уметь проводить анализ литературных источников по учебно-исследовательской работе, владеть методами математической статистики и оперировать полученными данными в результате исследования – 2 часа.

Модуль 23. Годовой экзамен для студентов 2 курса: контроль – 9 часов.

Контрольные вопросы к экзамену для студентов 2 курса.

3 курс

Модуль 24. Система подготовки баскетболистов: лекции – 4 часов, практические занятия – 2 часов, СРС – 34 часов.

Тема 24.1. Средства тренировки и методы их применения

Лекция – 2 часа

Основные средства тренировки. Классификация средств подготовки баскетболистов. Общеподготовительные и специальноподготовительные упражнения. Собственно соревновательные упражнения.

СРС – 4 часа

1. Проведение практических занятий с применением средств и методов их организации – 2 часа.

2. Изучить основные средства тренировки, классификацию средств подготовки баскетболистов, тренировочные и соревновательные формы

упражнений, общеподготовительные, специальноподготовительные и соревновательные упражнения – 2 часа.

Тема 24.2. Методика совершенствования физической подготовленности баскетболистов различной квалификации

Практические занятия – 2 часа

Средства и методы физической подготовки для баскетболистов разной квалификации. Основные задачи и пути совершенствования физической подготовки баскетболистов. Контроль за уровнем физической подготовленности игроков. Основные средства развития физических качеств и повышения уровня работоспособности. Опрос по теме – 2 часа.

СРС – 4 часа

1. Изучить современные исследования в области физической подготовки, направления в развитии и совершенствовании скоростных качеств баскетболистов разной квалификации, интенсивность выполнения тренировочных занятий, применение упражнений в облегченных и затруднительных условиях – 2 часа.

2. Выявить особенности физической подготовки баскетболистов разной квалификации, современные методы развития физических качеств: быстроты, силы, выносливости, ловкости и гибкости – 2 часа.

Тема 24.3. Методика совершенствования технической подготовленности баскетболистов различной квалификации

Лекция – 2 часа

Особенности технической подготовки в различные периоды тренировки. Средства и методы обучения и совершенствования технических приемов в соответствии с этапом и периодом подготовки.

СРС – 4 часа

1. Изучить средства и методы, применяемые при совершенствовании технической подготовленности баскетболистов, просмотр и конспектирование учебно-тренировочных занятий и видеоматериалы

тренировочных занятий, направленных на совершенствование технической подготовленности баскетболистов – 2 часа.

3. Составление комплексов упражнений, направленных на совершенствование технической подготовленности баскетболистов, по заданию преподавателя – 2 часа.

Тема 24.4. Методика совершенствования тактической и игровой подготовленности баскетболистов различной квалификации

СРС – 6 часа

1. Изучить средства и методы, применяемые при совершенствовании тактической и игровой подготовленности баскетболистов, просмотр и конспектирование учебно-тренировочных занятий и видеоматериалы тренировочных занятий, направленных на совершенствование тактической и игровой подготовленности баскетболистов – 4 часа.

3. Составление комплексов упражнений, направленных на совершенствование тактической и игровой подготовленности баскетболистов, по заданию преподавателя – 2 часа.

Тема 24.5. Методика совершенствования психологической подготовленности баскетболистов различной квалификации

СРС – 2 часа

1. Составление комплекса упражнений, направленных на совершенствование психологической подготовленности баскетболистов различной квалификации – 2 часа.

Тема 24.6. Тренировочные и соревновательные нагрузки и их регулирование у баскетболистов разного возраста

СРС – 6 часа

1. Изучить понятия: нагрузка, характеристика соревновательных нагрузок и основные ее показатели. Классификация тренировочных нагрузок: специализированность, направленность, координационную сложность, величину – 4 часа.

2. Изучить компоненты тренировочной нагрузки по направленности и величине воздействия: характер, интенсивность, продолжительность и интервалы отдыха. Зоны интенсивности нагрузок по ЧСС, изучить и законспектировать динамику нагрузок по характеру, объему, интенсивности, по видам подготовки в годичном цикле – 2 часа.

Тема 24.7. Специальная работоспособность баскетболиста

СРС – 4 часа

1. Изучить особенности специальной работоспособности баскетболистов: уровень и структуру, тренировочную и соревновательную нагрузки, под которыми происходят необходимые сдвиги в состоянии работоспособности – 2 часа.

2. Изучить изменения состояний систем организма под влиянием тренировочной и соревновательной нагрузки – 2 часа.

Тема 24.8. Восстановление в процессе подготовки баскетболистов

СРС – 4 часа

1. Изучить вопросы восстановления в процессе подготовки к соревнованиям, определить вид и способ применения восстановительных средств в зависимости от этапов подготовки, условий тренировок и соревнований, характера тренировочных и соревновательных нагрузок, сроков предстоящих соревнований, индивидуальных особенностей баскетболистов и степени их утомления, определить основные направления использования восстановительных средств в спортивной практике баскетболистов, провести анализ изменений в психопедагогическом и функциональном состоянии организма баскетболистов, произошедших в результате применения восстановительных средств – 4 часа.

Модуль 25. Организация соревнований в баскетболе, способы проведения, методика судейства: практические занятия – 4 часов, СРС – 34 часов.

25.1. Особенности методики и организации проведения массовых соревнований

СРС – 10

Работа с литературными источниками, Интернет-ресурсами, изучение документации.

1. Составить положение о соревновании, календарь проведения соревнования, в том числе и жеребьевку команд, разобрать дополнения и изменения к правилам – 10 часов.

25.2. Методика судейства в баскетболе

Семинарское занятие – 4 часа.

1. Влияние правил игры на техническую и тактическую подготовку – 2 часа.

2. Планирование соревнований и определение динамики соревновательных нагрузок (соотношение контрольных, отборочных, подводящих и основных соревнований) в соревновательном сезоне, олимпийском цикле – 2 часа.

СРС – 18 часов

1. Совершенствование умений и навыков в организации и проведении соревнований, участие в них в качестве судьи-секретаря (ведение основного протокола, основного времени, оператора 24 секунд, диктора и информационного табло) – 10 часов.

2. Изучить основные положения изменений правил игры, провести анализ судейства ведущих судей страны на соревнованиях различного уровня, просмотреть и провести анализ работы судей-секретарей – 8 часа.

Модуль 26. Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы:
практические (семинарские) занятия – 2 часа, СРС – 15 часа.

Тема 26.1. Профилактика травматизма в процессе занятий баскетболом

Семинарское занятие – 2 часа

Причины получения травм в баскетболе. Возрастные особенности травматизма. Профилактика травматизма. Специальные упражнения для

профилактики травм у баскетболистов. Методика построения занятий для предотвращения возможных повреждений ОДА баскетболистов. Стрейчинг и специальные упражнения в разминке и в конце тренировочного занятия
Опрос по теме – 2 часа.

СРС – 15 часов

1. Изучить виды травм у игроков разного пола и амплуа в баскетболе. Возрастные особенности травматизма. Причины получения травм в соревнованиях и на тренировке. Содержание реабилитационных мероприятий после травм. Значение реабилитации для долголетия спортивной карьеры баскетболистов. Профилактика травматизма: силовая подготовка, стрейчинг, разминка, построение занятия, инвентарь и оборудование – 8 часов.

2. Владеть восстановительными мероприятиями после большой нагрузки для поддержания физической работоспособности. Уметь написать конспект специальной разминки в конце тренировки – 7 часов.

Модуль 27. НИР и УИРС в баскетбол: методические (семинарские) занятия – 2 часов, СРС – 20 часов.

Тема 27.1. Учебно-исследовательская работа студента

Методическое занятие – 2 часа

1. Научно-исследовательская работа студента и ее значение в подготовке специалиста. Определение основных направлений научных исследований в баскетболе – 1 часа.

2. Организация научной работы студента: изучение теоретических основ, методов исследования, выполнение курсовой работы – 1 часа.

Тема 27.2. Требования к выполнению и написанию выпускных квалификационных работ

СРС – 20 часа

1. Общие требования к выполнению и написанию ВКР. Актуальность выбранной темы. Определение предмета, объекта исследования. Постановка цели и формулировка задач – 4 часа.

2. Подбор методов исследования, подготовка выступления по введению, 1 и 2 главам – 4 часа.

1. Изучить и законспектировать общие требования к выполнению и написанию выпускных квалификационных работ студентов, теоретические предпосылки и требования к проведению научных исследований по теме выбранной выпускной квалификационной работы, подобрать методики, соответствующие цели и задачам исследования, подбор литературных источников – 6 часа.

2. Подготовить доклад по теме и написанию выпускной квалификационной работы, включая: актуальность, новизну и прогностичность выбранной темы, конкретизацию объекта и предмета исследований, цели и гипотезы, задачи работы – 6 час.

Модуль 28. Зачет для студентов третьего курса

Модуль 29. Управление подготовкой баскетболистов: лекции – 2 часа, методические (семинарские) занятия – 2 часа, СРС – 30 часов.

Тема 29.1. Общие основы теории управления

СРС – 4 часа

1. Изучить и законспектировать компоненты управления и их значение, понятие о прогнозировании, моделировании, планировании, контроле (учете) и коррекции – 4 часа.

Тема 29.2. Планирование спортивной тренировки

Лекция – 2 часа

1. Значение, виды и методы планирования. Требования к планированию и взаимосвязь его видов – 2 часа.

СРС – 14 часов

1. Планирование спортивной тренировки. Периодизация спортивной тренировки в баскетболе. Циклы тренировочного процесса. Основные типы планирования спортивной тренировки – 4 часов.

2. Изучить требования к планированию: перспективность, реальность, конкретность, научность, оптимальность. Виды планирования:

перспективное, текущее, оперативное. Взаимосвязь оперативного, текущего и перспективного планирования. Цели, задачи, сроки, всех видов планирования. Возрастные параметры, характеризующие динамику изменения спортивного мастерства, главные этапы подготовки и выступления в соревнованиях, задачи и основная направленность на каждом этапе. Структура командного и индивидуального перспективных планов. Структура текущих планов. Периоды тренировки. Их взаимосвязь с видами подготовки. Задачи каждого этапа тренировки. Структура и содержание оперативного планирования. Недельный микроцикл – основа оперативного планирования. Разработать примерное перспективное планирование – 6 часов.

3. Изучить планирование спортивной тренировки. Круглогодичность тренировки как основное требование для достижения высоких спортивных результатов. Периодизация спортивной тренировки в баскетболе. Циклы тренировки, задачи и содержание работы в каждом периоде спортивной тренировки, основные типы планирования спортивной тренировки – 4 часа.

Тема 29.3. Построение годичного цикла

Семинарское занятие – 2 часа.

1. Структура и содержание годичного цикла, факторы, определяющие его структуру. Периоды, этапы годичного цикла. Особенности структуры и содержания годичного цикла для команд разного возраста и квалификации. Методика разработки документов текущего планирования для этапа начальной подготовки. Опрос по теме. Подготовка документов планирования (по заданию преподавателя) – 2 часа.

СРС – 2 часа

1. Изучить структуру и содержание годичного цикла, факторы, определяющие эту структуру, периоды, этапы (мезоциклы), микроциклы годичного цикла. Выявить особенности структуры и содержания годичного цикла для команд разного возраста и квалификации – 2 часа.

Тема 29.4. Система контроля и учета в спортивной тренировке

СРС – 4 часа.

1. Изучить содержание педагогического контроля в процессе спортивной тренировки, виды педагогического контроля: оперативный, поэтапный, углубленный. Методы педагогического контроля. Контроль специальной подготовленности баскетболистов. Виды учета: предварительный, текущий, итоговый. Формы учета: журнал, дневник тренера, дневник спортсмена. Рекомендуемые формы, виды записей в дневнике. Коррекция планов спортивного совершенствования на основе данных педагогического контроля – 4 часа.

Тема 29.5. Управление командой в процессе соревнований

СРС – 6 часов

1. Руководство командой до, во время и после игры, соревнований. Оперативное и стратегическое управление командой во время соревнований. Составление плана игры с будущим противником. Использование перерывов в матче для управления командой и корректировки ее действий. Проведение студентами тренировочных занятий по командным взаимодействиям. Руководство командой во время двухсторонней учебной игры. Основы проведения тренировочных занятий по командным взаимодействиям, руководство командой во время проведения двухсторонней игры. Правила разбора проведенной учебной практики по руководству командой в игре – 4 часа.

2. Выявить зависимость успешного выступления в соревнованиях команды от правильного руководства в процессе соревнований, проследить за руководством командой в соревнованиях средствами условной сигнализации, за использованием 2-х и 15-минутного перерывов. Провести анализ управления командой тренером во время игры, подготовить доклад по данной теме – 2 часа.

Модуль 30. Обеспечение системы подготовкой баскетболистов.

Лекции – 2 часа, семинарские занятия – 2 часа, СРС – 25 часов.

30.1. Научно-методическое и медицинское обеспечение подготовки

баскетболистов.

Лекция – 2 часа.

1. Комплексные научно-методические и медицинские проблемы, необходимые тренеру для управления тренировочным процессом занимающихся. Доклад– 2 часа.

СРС – 15 часов

Изучение отечественной и зарубежной литературы, в том числе и Интернет-ресурсов по теме.

1. Определить комплексные научно-методические и медицинские проблемы, изучение которых позволяет вооружить будущего тренера дополнительными знаниями, необходимыми для управления тренировочным процессом в настоящее время. Изучить характеристику факторов, лимитирующих механизмы системы внешнего дыхания, характеристику факторов, лимитирующих механизмы системы кровообращения, характеристику факторов, лимитирующих роль системы крови, нейрогуморальную регуляцию систем организма баскетболиста, её роль в оптимизации спортивной деятельности – 10 часов.

2. Изучить закономерности развития двигательных функций в процессе онтогенеза, соотношение созревания и стабилизации в развитии моторики. Двигательный возраст - акселерация и ретардация, особенности моторики человека в разные возрастные периоды, влияние изменения размеров тела на показатели моторики в онтогенезе, онтогенез и чувствительные периоды развития физиологических функций. Влияние спортивной тренировки на физиологические функции у юных спортсменов – 5 часов.

30.2. Информационное и компьютерное обеспечение

Семинарское занятие – 2 часа.

1. Подготовка презентации, доклада, реферата по изучаемой теме – 2 часа.

СРС – 10 часов

1. Изучить современное программное обеспечение в области

баскетбола: статистика, видеоанализ, моделирование – 4 часа.

2. Изучить применение современных информационно-технических средств, провести мониторинг сайтов по баскетболу – 6 часов.

Модуль 31. Формирование навыков педагогического мастерства.

Семинарское (практическое) занятие – 4 часа. СРС – 35 часов

31.1. Разработка документации планирования.

Семинарское занятие – 2 часа.

1. Документы планирования в спортивных школах – 2 часа.

СРС – 10 часов

Работа с литературными источниками и документацией по теме.

1. Изучить примерную форму составления и основное содержание перспективного плана подготовки команды и индивидуального плана подготовки баскетболистов – 5 часов.

2. Составить командный и индивидуальный планы подготовки баскетболистов разного возраста и квалификации (по заданию преподавателя) – 5 часов.

31.2. Методика тестирования и обработка материалов по физической и технической подготовленности резерва

Практическое занятие – 2 часа.

1. Комплексное тестирование в баскетболе – 2 часа.

СРС – 25 часов

1. Проведение педагогического тестирования для определения уровня физической и технической подготовленности баскетболистов, изучить динамику результатов в ходе подготовки баскетболистов – 15 часов.

2. Обработать результаты тестирования, провести анализ полученных результатов – 10 часов.

Модуль 32. Соревнования в баскетболе, способы проведения, методика судейства

32. 1. Особенности методики и организации проведения массовых соревнований.

СРС – 4 часа.

Составить положение о соревновании, календарь проведения соревнования, в том числе и жеребьевку команд, разобрать дополнения и изменения к правилам – 4 часа.

32.2. Методика судейства в баскетболе

Практическое занятие – 2 часа

1. Методика судейства в поле – 2 часа

СРС – 16 часов.

1. Совершенствование умений и навыков в организации и проведении соревнований, участие в них в качестве судьи-секретаря (ведение основного протокола, основного времени, оператора 24 секунд, диктора и информационного табло) – 6 часов.

2. Совершенствование умений и навыков в организации и проведении соревнований, участие в них в качестве судьи в поле – 8 часов.

3. Изучить основные положения изменений правил игры, провести анализ судейства ведущих судей страны на соревнованиях различного уровня, просмотреть и провести анализ работы судей-секретарей – 2 часа.

Модуль 33. НИР и УИРС в баскетболе: Семинарское занятие – 2 часа, самостоятельная работа – 54 часа.

33.1. Требования к выполнению и написанию выпускных квалификационных работ – 8 часов

Работа с литературными источниками по теме.

3. Изучить и законспектировать общие требования к выполнению и написанию выпускных квалификационных работ студентов, теоретические предпосылки и требования к проведению научных исследований по теме выбранной выпускной квалификационной работы, подобрать методики, соответствующие цели и задачам исследования, подбор литературных источников – 4 часа.

4. Подготовить доклад по теме и написанию выпускной квалификационной работы, включая: актуальность, новизну и

прогностичность выбранной темы, конкретизацию объекта и предмета исследований, цели и гипотезы, задачи работы – 4 часа.

33.2. Методика сбора материалов исследования и обработка данных.

Внеаудиторная самостоятельная работа – 6 часов.

Работа с литературными источниками по теме.

1. Законспектировать и описать методики, используемые в выпускной квалификационной работе, разработать частные методики – 2 часа.

2. Подготовиться и провести этапный сбор результатов исследования, провести экспериментальное исследование, обработать полученные данные, составить таблицы и графические изображения результатов, провести анализ полученных результатов, сформулировать выводы – 4 часа.

33.3 Сбор материалов исследования и обработка данных.

Самостоятельная работа – 40 часов.

Изучение литературных источников, в том числе Интернет-ресурсы, просмотр видеоматериалов, посещение тренировочного и соревновательного процесса, изучение документации, проведение экспериментальной части по тематике.

1. Сбор материала по выбранной теме ВКР, обработка материала и проведение анализа полученных результатов – 12 часов.

2. Подготовка презентации к заслушиванию – 4 часа.

3. Подготовка доклада на заслушивание ВКР – 6 часов.

4. Написание и оформление части ВКР в соответствии с требованиями и запланированным объемом работы – 18 часов.

Семинарское занятие – 2 часа.

1. Выступление на заслушивании о ходе выполнения ВКР – 2 часа.

Модуль 34 Годовой экзамен для студентов третьего курса

Модуль 35. Система подготовки баскетболистов.

Самостоятельная работа – 85 часов.

Тренировочные и соревновательные нагрузки и их регулирование у баскетболистов разной квалификации

Самостоятельная работа – 10 часов.

Задания для самостоятельной работы студентов и предполагаемый объем работы:

1. Составление плана - конспектов занятия с использованием различных тренировочных средств заданной интенсивности, напряженности, объема и других параметров нагрузки – 4 часа.

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами по соответствующей тематике.

1. Изучить новые методы повышения эффективности тренировочного процесса в баскетболе, специализированность нагрузки, которая отражает меру сходства определенного тренировочного упражнения с соревновательным процессом – 4 часа.

2. Овладеть методикой определения интенсивности нагрузок – 2 часа.

Особенности скоростно-силовой подготовки баскетболистов

Самостоятельная работа – 12 часов.

Задания для самостоятельной работы студентов и предполагаемый объем работы:

1. Составление плана - конспектов занятий, направленных на скоростно-силовую подготовку баскетболистов разного возраста и квалификации (по заданию преподавателей) – 4 часа.

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами, просмотр и посещение тренировок, обучающих семинаров по соответствующей тематике.

3. Изучить различные подходы скоростно-силовой подготовки баскетболистов, методы измерения скоростно-силовой подготовленности игрока, анализ основных показателей; изучить физиологическую и анатомическую характеристики скоростно-силовой подготовленности баскетболистов, методы расчёта скоростно-силовой подготовленности и её моделирование – 4 часа.

4. Определить влияние упражнений скоростно-силовой на-

правленности, выполняемых с помощью тренажеров различной конструкции на игровую деятельность баскетболистов, провести анализ динамики показателей скоростно-силовой направленности в годичном цикле, изучить характеристику одной из важнейших комплексных скоростно-силовых способностей баскетболистов – прыгучести и особенности ее проявления в баскетболе – 4 часа.

Современные средства и методы повышения работоспособности.

Самостоятельная работа – 16 часов

Задания для самостоятельной работы студентов и предполагаемый объем работы:

1. Составление плана - конспектов занятий, направленных на повышение работоспособности баскетболистов разного возраста и квалификации (по заданию преподавателей) – 4 часа.

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами, просмотр и посещение тренировок, обучающих семинаров по соответствующей тематике.

5. Изучить современные подходы определения выносливости и работоспособности баскетболиста, качественные критерии оценки выносливости, эргометрический анализ работоспособности, факторы, обуславливающие выносливость и работоспособность на различных этапах тренировочной работы, современные подходы к повышению уровня работоспособности – 6 часов.

6. Провести расчет количественных критериев выносливости и энергетический анализ работоспособности, анализ современных средств и методов повышения уровня работоспособности, изучить сумму факторов, влияющих на повышение выносливости и работоспособности баскетболистов высокой квалификации – 6 часов.

Особенности средств и методов физической подготовки баскетболистов в годичном цикле.

Самостоятельная работа – 10 часов.

Задания для самостоятельной работы студентов и предполагаемый объем работы:

1. Составление плана - конспектов занятий по физической подготовке баскетболистов разного возраста и квалификации (по заданию преподавателей) – 4 часа.

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами, просмотр и посещение тренировок, обучающих семинаров по соответствующей тематике.

1. Изучить современные средства и методы физической подготовки игроков национальной и резервной сборных команд, содержание контрольных упражнений, нормативные требования к выполнению упражнений – 6 часов

Особенности технической подготовки баскетболистов в годичном цикле.

Самостоятельная работа – 12 часов.

Задания для самостоятельной работы студентов и предполагаемый объем работы:

1. Составление плана - конспектов занятий по технической подготовке баскетболистов разного возраста и квалификации (по заданию преподавателей) – 4 часа.

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами, просмотр и посещение тренировок, обучающих семинаров по соответствующей тематике.

1. Изучить интегральные показатели технической подготовленности игроков разной квалификации, модели и моделирование уровня технической подготовленности, провести анализ выполнения технических приёмов ведущими игроками России и мира, определить типичные ошибки и методы их исправления, факторы оптимизации техники игры – 4 часа.

2. Определить оптимальную структуру движений при выполнении отдельных технических приёмов, оптимизация точности бросков и передач

мяча, её оценка и методы использования в тренировочном процессе, провести расчет и анализ интегральных показателей технической подготовленности – 4 часа.

Современная стратегия и тактическая подготовка баскетболистов в годичном цикле.

Самостоятельная работа – 12 часов

Задания для самостоятельной работы студентов и предполагаемый объем работы:

1. Составление плана - конспектов занятий по тактической подготовке баскетболистов разного возраста и квалификации (по заданию преподавателей) – 4 часа.

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами, просмотр и посещение тренировок, обучающих семинаров по соответствующей тематике.

1. Провести анализ выполнения тактических действий ведущими игроками России и мира, определить основные ошибки в деятельности команд и методы их исправления – 4 часа.

2. Провести анализ современных тактических действий в нападении и защите: индивидуальных, групповых и командных, изучить модели группового и командного поведения, их формирование и выбор для конкретной команды, провести расчёт критериев оптимальности тактических действий, изучить моделирование тактики игры команды с помощью компьютерных технологий, изучить структуру и содержание тренировочных занятий по тактической подготовке – 4 часа.

Психологические аспекты соревновательной деятельности и современные концепции психологической подготовки баскетболистов.

Самостоятельная работа – 12 часов.

Задания для самостоятельной работы студентов и предполагаемый объем работы:

1. Проведение психологического тестирования у студентов, игроков студенческой сборной команды, провести анализ полученных результатов – 4 часа.

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами по соответствующей тематике.

1. Изучить психологические аспекты соревновательной деятельности, игровой процесс, как основу структуры личности игрока; психологическую напряженность игровой деятельности, факторы её регуляции, определить психологические трудности в игре и методы их преодоления, методы борьбы со стрессом – 4 часа.

2. Изучить современные концепции психологической подготовки баскетболиста: устойчивость, мобилизованность и самоконтроль в стрессовых условиях спортивной борьбы и высокой интенсивности тренировочных занятий, изучить методы психологических воздействий: аутогенная тренировка, психоанализ, индивидуальная и коллективная психотерапия – 4 часа.

Модуль 36. Формирование навыков педагогического мастерства

Практические занятия – 4 часа, самостоятельная работа – 40 часов

Современные программы комплексного контроля подготовленности баскетболистов

Семинарское занятие – 2 часа.

Изучение комплексного контроля целевой комплексной программы национальных сборных команд.

Самостоятельная работа – 20 часа

Изучение литературных источников, в том числе Интернет-ресурсы по теме.

1. Изучить и провести анализ методик комплексного контроля целевой комплексной программы подготовки баскетболистов – 10 часов.

2. Ознакомиться с аппаратными методиками комплексного контроля, имеющимися в НИИ спорта РГУФКСМиТ – 10 часов.

Практическое занятие – 2 часа.

Проведение комплексного контроля целевой комплексной программы на студентах РГУФКСМиТ.

Овладение методами контроля: аппаратное обеспечение комплексного контроля в баскетболе

Самостоятельная работа – 20 часов

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, презентационного видео, интернет-сайты по соответствующей тематике.

1. Принять участие в организации и проведении комплексного контроля, проанализировать полученные результаты – 20 часов.

Модуль 37. Управление подготовкой баскетболистов.

Практические занятия – 2 часа. Самостоятельная работа – 90 часов.

Современная концепция подготовки баскетболистов

Самостоятельная работа – 8 часа

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами по соответствующей тематике.

1. Изучить концепции подготовки между возрастом наивысших достижений и началом подготовки, провести анализ динамики результатов соревновательной деятельности для выхода на уровень международных достижений, динамики результатов соревновательной деятельности сильнейших игроков мира – 4 часа.

2. Определить приоритеты разделов и сторон подготовки в многолетней тренировке баскетболистов, провести прогнозирование на этапах многолетней подготовки методов и средств, необходимых для достижения запланированных результатов – 4 часа.

Моделирование спортивной деятельности

Внеаудиторная самостоятельная работа – 16 часов.

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами по соответствующей тематике, просмотр видеоматериалов.

1. Изучить моделирование спортивной деятельности, как компонент управления, модельные характеристики баскетболистов: возраст, стаж спортивной деятельности, оптимальные возрастные границы высокой результативности баскетболистов, внешние морфологические признаки, уровень специальной физической подготовленности, ведущие физические качества. – 6 часов.

Арсенал тактических возможностей и степень их реализации в процессе подготовки и участия в соревнованиях. Реализация запланированной тактической схемы выступления и перестройка тактики в зависимости от конкретных условий во время соревнований. – 6 часов.

Типологические особенности высшей нервной деятельности баскетболистов, обеспечивающие надежность выступления в соревнованиях. Психическая устойчивость к перенесению специфических тренировочных нагрузок – 4 часа.

Прогнозирование спортивных результатов

Внеаудиторная самостоятельная работа – 10 часов.

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами по соответствующей тематике.

1. Сформулировать цель прогноза, дать определение понятия прогноза, изучить методы используемые для составления прогнозов и их характеристику, изучить классификацию прогнозов (краткосрочный, среднесрочный, долгосрочный) и их характеристику – 6 часов.

2. Составить план-прогноз по комплектованию баскетбольной команды на следующие годы или возрастные периоды, план-прогноз на физическую, техническую, тактическую и игровую подготовленность спортсменов (по заданию преподавателя) – 4 часа.

Построение и содержание четырехлетнего олимпийского цикла

Самостоятельная работа – 12 часов.

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами, изучение документации по соответствующей тематике.

1. Изучить современные подходы к построению олимпийского цикла баскетболистов, факторы определяющие построение, основные показатели подготовленности игроков и прогнозирование, объем, структуру, направленность и особенности нагрузки в каждом году олимпийского цикла – 6 часов.

2. Изучить динамику подготовленности баскетболистов в каждом году олимпийского цикла, особенности тренировочного процесса, внести коррекцию в связи с полученными результатами – 6 часов.

Инновации в планировании спортивной тренировки

Внеаудиторная самостоятельная работа – 8 часов

Изучение литературных источников, в том числе Интернет-ресурсы по теме.

1. Изучить применение системы контрольных заданий и упражнений в планировании спортивной подготовки, оценку уровня физической, технической, тактической и игровой подготовки, как отдельных игроков, так и команды в целом. Распределение времени в году на все виды подготовки, ряд требований, которые необходимо соблюдать при составлении планов спортивной тренировки, показатели тренировочных и соревновательных нагрузок. Взаимосвязь подготовки «клуб – сборная» - 8 часов.

Современная аппаратура комплексного контроля в баскетболе

Самостоятельная работа – 10 часов.

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами по соответствующей тематике, просмотр видеоматериалов.

1. Изучить уровень, содержание и направленность современной аппаратуры для проведения комплексного контроля подготовленности

баскетболистов, последовательность установления важности решаемых задач на тренировках, методической и информативной связи с другими задачами, формирование программы обследования молодых спортсменов, наличие чёткой индивидуализированной программы у каждого спортсмена – 6 часов.

2. Провести и описать педагогический контроль в процессе спортивной тренировки баскетболистов разной квалификации, проанализировать полученные результаты – 4 часа.

Планирование и контроль нагрузок в баскетболе

Самостоятельная работа – 10 часов.

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами по соответствующей тематике.

1. Овладеть методикой пульсометрии с использованием комплекса Polar – 4 часа.

2. Провести и описать обследование тренировочного занятия или матча с использованием данной методики, провести обработку и анализ полученного материала – 6 часов.

Современные подходы к построению тренировочных занятий

Внеаудиторная самостоятельная работа – 10 часов.

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами по соответствующей тематике, просмотр видеоматериалов.

1. Провести анализ современных тренировочных подходов к построению тренировочных занятий, выявить особенности комплексных тренировочных занятий, изучить распределение нагрузки в тренировке, стратегию тренировки с постоянной мощностью, объёмом и отдыхом, обеспечивающим максимизацию достижения результатов – 6 часов.

2. Изучить использование различных типов тренировочных занятий на этапах годового макроцикла – 4 часа.

Модуль 38. Обеспечение системы подготовки баскетболистов

Практическое занятие – 2 часа. Самостоятельная работа – 70 часов.

Управление развитием баскетбола в профессиональных и студенческих клубах

Самостоятельная работа – 8 часов.

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами, просмотр видеоматериалов по соответствующей тематике.

1. Изучить цели и задачи проведения занятий по баскетболу в клубах, средних специальных учебных заведениях и заведениях высшего образования – 4 часа.

2. Изучить особенности организации и управления развитием баскетбола в этих организациях и выявить принципиальные отличия – 4 часа.

Управление развитием массовым баскетболом в России

Самостоятельная работа – 8 часов.

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами по соответствующей тематике.

1. Изучить цели, задачи и особенности управления развитием массового баскетбола в России – 4 часа.

2. Провести анализ методики проведения занятий с контингентом разного возраста – 4 часа.

Организационно-управленческое и материально-техническое обеспечение подготовки баскетболистов

Самостоятельная работа – 8 часов

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами по соответствующей тематике, просмотр видеоматериалов.

Изучить задачи и основные направления обеспечения подготовки баскетболистов, провести анализ и разработать рекомендации по совершенствованию процесса подготовки; оборудование, инвентарь и

тренажёры, предназначенные для развития конкретных качеств и навыков; документацию, отражающую финансово-экономические основы подготовки сборных команд и индивидуальной подготовки наиболее перспективных баскетболистов – 8 часов.

Индивидуализация подготовки баскетболистов

Самостоятельная работа – 10 часов.

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами по соответствующей тематике, просмотр видеоматериалов.

1. Определить уровень всесторонней физической и функциональной подготовленности, развития специальных физических качеств, индивидуализацию основных технико-тактических действий баскетболистов в зависимости от игрового амплуа при высоком уровне универсальной подготовки – 6 часов.

2. Составить индивидуализированный план подготовки баскетболистов по игровым амплуа (по заданию преподавателя)– 4 часа.

Целевая комплексная программа подготовки баскетболистов

Самостоятельная работа – 10 часа

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами по соответствующей тематике, просмотр видеоматериалов.

1. Изучить стратегические задачи и основные направления развития отечественного баскетбола, центральные и региональные опорные организации по реализации программы, развитие производственной и научно-технической базы, строительство новых и модернизация имеющихся основных баскетбольных центров, научно-методическую работу, медико-биологическое обеспечение, подготовку и повышение квалификации специалистов – 6 часов.

2. Изучить развитие международных связей, планирование, организацию и проведение соревнований, процесс подготовки к

выступлению в соревнованиях сборных команд страны наиболее перспективных юных баскетболистов – 4 часа.

Деятельность международных организаций мирового и европейского баскетбола

Самостоятельная работа – 8 часов

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайтами по соответствующей тематике, просмотр видеоматериалов.

1. Изучить основные направления деятельности международной баскетбольной федерации, основные положения уставов, структуру – 4 часа.

2. Изучить главные особенности календаря международных соревнований, планируемых, организуемых и проводимых ФИБА, участие Федерации баскетбола России в деятельности международных организаций – 4 часа.

Маркетинг и менеджмент в баскетболе

Самостоятельная работа – 12 часов

Изучение литературных источников, в том числе Интернет-ресурсы по теме.

1. Изучить маркетинг в спорте и его составные элементы. Российская федерация баскетбола и спонсорство, оценка эффективности спонсорской деятельности. Лицензирование в спорте, рекламная деятельность в баскетболе – 6 часов.

2. Изучить объект, предмет и задачи спортивного менеджмента, главные особенности функционирования физической культуры и спорта в рыночных условиях, деятельность спортивного менеджера как руководителя, владеющего искусством управления – 6 часов.

Модель тренера в баскетболе

Внеаудиторная самостоятельная работа – 8 часов.

Изучение литературных источников, в том числе Интернет-ресурсы по теме, просмотр видеоматериалов и матчей.

1. Изучить главные разделы фундаментально-профессиональной подготовленности тренера, связанные со спецификой работы и общей эрудицией. Необходимость создания многоаспектного информационного обеспечения деятельности тренера и высокой степени сложности, четкости, оперативности и информационного взаимодействия внутри «штаба» команды – 4 часа.

2. Принятие оптимального решения, как важнейшей функции управленческой деятельности тренера, направленной на достижение поставленной цели. Воспитание наблюдательности и умения тренера по ходу матча сжато формулировать необходимые для игроков команды к действию. Характеристика важнейших черт, создающих авторитет тренера – четкость, беспристрастность, независимость, неподкупность и увлеченность своей работой – 4 часа.

Модуль 39. НИР и УИРС в баскетболе

Семинарское занятие – 2 часа. Самостоятельная работа – 120 часов

Современное состояние и направление развития НИР

Самостоятельная работа – 6 часов.

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайты, посещение научно-практических конференций по соответствующей тематике.

1. Изучить современные научные и научно-методические публикации по баскетболу – 6 часов.

Экспериментально-исследовательская работа студентов, оформление ВКР

Самостоятельная работа – 4 часа.

Задания для самостоятельной работы студентов и предполагаемый объем работы:

1. Выступление с докладом промежуточных результатов хода выполнения ВКР – 4 часа.

Внеаудиторная самостоятельная работа – 50 часов.

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайты, посещение научно-практических конференций по соответствующей тематике.

1. Сбор информации экспериментальной части ВКР, оформление и написание части ВКР, техническая корректировка текстового и цифрового материалов работы – 38 часов.

2. Подготовка презентации к выступлению на занятии – 6 часов.

3. Подготовка и написание текста доклада для выступления на занятии – 6 часов.

Окончательное оформление ВКР

Самостоятельная работа – 56 часов.

Задания для самостоятельной работы студентов и предполагаемый объем работы:

1. Выступление с докладом о ходе выполнения ВКР – 2 часа.

2. Апробация на защите ВКР на кафедре – 2 часа.

Работа с отечественными и зарубежными литературными источниками, интернет-сайты по соответствующей тематике.

1. Окончательное написание и редакция ВКР, написание выводов и практических рекомендаций, оформление библиографии – 46 часов.

2. Подготовка презентации ВКР - 8 часов.

3. Написание доклада с выделением основных положений работы – 8 часов.

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

Контроль знаний, умений и навыков студентов является важной составной частью процесса обучения. Целью контроля является определение качества усвоения студентами программного материала, диагностирование и корректирование их знаний и умений, воспитание ответственности к учебной работе.

В процессе изучения дисциплины непрерывно осуществляется контроль за качеством сформированности компетенций.

Главной составной частью зачетно-экзаменационных требований, обязательным условием допуска студента к зачету/экзамену являются результаты текущей отчетности по каждому самостоятельно выполненному заданию. Изучение курса завершается экзаменом на заочной форме обучения во 2,4,6,7 семестрах.

Текущий контроль успеваемости представляет собой проверку усвоения учебного материала, регулярно осуществляемую на протяжении семестра, а также дает возможность набора баллов, как за обязательные виды заданий, так и по дополнительным работам. *Применяемые формы текущего контроля знаний:* индивидуальный или групповой устный опрос; собеседование; написание докладов и подготовка презентаций; проведение семинаров-конференций по модульным единицам; публичное выступление; тестирование; написание и защита рефератов, эссе; конспектирование литературных источников.

Промежуточная аттестация осуществляется в конце семестра и в конце учебного года 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 – формирование определенных профессиональных компетенций. Промежуточная аттестация проводится по результатам текущего контроля. Формой промежуточной аттестации для 1,3,5 семестров является – зачет, для 2,4,6,7 семестров – экзамен.

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).

Примерный перечень оценочных средств

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде
1	2	3	4
1	Публичное выступление	Это выступление перед аудиторией, изложение какой-либо информации, возможно, с показом наглядного материала, с определенной целью.	Тематика выступлений
2	Реферат	Продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов	Темы рефератов

		теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее.	
3	Собеседование	Средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.д.	Вопросы по темам/разделам дисциплины
4	Контрольная работа	Средство проверки умений применять полученные знания для решения задач определенного типа по теме или разделу	Комплект контрольных заданий
5	Устный опрос	Наиболее распространенный метод контроля знаний учащихся. При устном опросе устанавливается непосредственный контакт между преподавателем и учащимся, в процессе которого преподаватель получает широкие возможности для изучения индивидуальных особенностей усвоения учащимися учебного материала.	Вопросы по темам
6	Письменная работа	дает возможность в наиболее короткий срок одновременно проверить усвоение учебного материала всеми учащимися группы, определить направление для индивидуальной работы с каждым.	Составление схем, графиков, проектов
7	Презентация	это способ более доступно и наглядно рассказать какой-либо материал аудитории, сопровождается показом и объяснением представляемой тематики.	Презентация в виде слайдов, которые могут содержать текст, рисунки, схемы, фотографии, анимацию, видео и звук и др.
8	Эссе	короткое сочинение, ярко выраженная авторская позиция,	Работа от 1 до 5 страниц

		выражающая индивидуальные впечатления, размышления, чувства, по поводу прочитанного, увиденного или услышанного.	
9	Доклад	это развернутое устное сообщение на какую-либо тему, сделанное публично. Он является разновидностью самостоятельной научной работы студента, часто применяется на семинарах.	Выступление не более 15 минут

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

Условия допуска студентов к сдаче зачета, экзамена для заочного отделения.

- 1.Посещение занятий дисциплины ТиМ ИВС.
- 2.Освоение теоретического и практического разделов программы (по результатам контроля).
- 3.Студент допускается к зачету, экзамену при условии выполнения в течении оцениваемого периода всех, предусмотренных программой, видов работ и набора баллов в пределах от 40 до 60.

Условия получения экзамена по текущей успеваемости «автоматом» для заочного отделения.

- 1.100 % посещение занятий дисциплины ТиМ ИВС.
- 2.Освоение теоретического и практического разделов программы (по результатам контроля).
3. Активная работа на семинарских, методических и практических занятиях в течении оцениваемого периода.
4. Сумма баллов по итогам текущей аттестации не более 80 баллов.

Контрольные вопросы и задания для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины:

Вопросы к зачету для студентов 1 курса:

1. Баскетбол, особенности игровой деятельности.
2. Баскетбол. Современное состояние.
3. Знания, умения, навыки будущего специалиста по баскетболу.
4. История развития баскетбола в России и в СССР.
5. История развития баскетбола в мире.
6. Общие основы физических качеств. Сила (силовые способности)
7. Общие основы физических качеств. Скоростные качества .
8. Общие основы физических качеств. Выносливость.

9. Общие основы физических качеств. Гибкость.
10. Основные методы развития быстроты.
11. Основные методы развития силы.
12. Основные методы развития ловкости.
13. Основные методы развития выносливости.
14. Сенситивные периоды развития физических качеств.
15. Классификация техники игры. Техника нападения.
16. Классификация техники игры. Техника защиты.
17. Современные правила баскетбола.
18. Тактика нападения. Индивидуальные действия игрока без мяча.
19. Тактика нападения. Индивидуальные действия игрока с мячом.
20. Тактика защиты. Индивидуальные действия в защите против игрока без мяча.
21. Тактика защиты. Индивидуальные действия в защите против игрока с мячом.

Вопросы к зачету для студентов 2 курса:

1. Современная трактовка правил по баскетболу
2. Тактика нападения. Групповые взаимодействия.
3. Тактика защиты. Групповые взаимодействия.
4. Методика обучения тактическим групповым взаимодействиям.
5. Цель и задачи физической подготовки.
6. Общая и специальная физическая подготовка.
7. Значение технической подготовки.
8. Этап подготовки для обучения тактике игры.
9. Виды соревнований и способы розыгрыша.
10. Значение спортивных соревнований.
11. Права и обязанности старшего судьи и судьи в поле.
12. Методика организации и проведения соревнований.
13. Особенности проведения занятий по баскетболу на начальном этапе подготовки.
14. Особенности проведения занятий по баскетболу на тренировочном (спортивной специализации) этапе подготовки.
15. Возрастные особенности травматизма.
16. Реабилитационные мероприятия после травм.
17. Корректирующие упражнения, для предотвращения травм в баскетболе.
18. Методы организации занимающихся.
19. Виды и основные особенности амплуа баскетболистов.
20. Локализация травм у игроков разных амплуа и пола.
21. Задачи и основные направления деятельности ФИБА и РФБ

Вопросы к зачету для студентов 3 курса:

1. Методика совершенствования физической подготовленности баскетболистов.
2. Методика совершенствования технической подготовленности баскетболистов.

3. Методика совершенствования тактической подготовленности баскетболистов.
4. Игровая и соревновательная (интегральная) подготовка.
5. Психологическая подготовка баскетболистов различной квалификации.
6. Особенности отбора в баскетболе.
7. Основные документы, регламентирующие деятельность тренера.
8. Переходный или восстановительный период.
9. Особенности подготовительного периода.
10. Особенности соревновательного периода.
11. Основная документация планирования.
12. Методика судейства в баскетболе.
13. Тактическая подготовка баскетболистов разного возраста и амплуа.
14. Методы психологического воздействия.
15. Педагогический контроль баскетболистов.
16. Комплексный контроль баскетболистов.
17. Оперативный и текущий контроль.
18. Структура и содержание спортивной тренировки.
19. Тестирование физической подготовленности баскетболистов.
20. Тестирование технической подготовленности баскетболистов.

Вопросы к экзамену для студентов 1 курса:

1. Баскетбол в Российской системе физического воспитания, его наиболее характерные особенности.
2. Характеристика физического качества сила, средства и методы ее развития в баскетболе.
3. Классификация техники баскетбола (принципиальная схема с конкретным примером).
4. Общая характеристика методики обучения в баскетболе.

5. Значение передач в современном баскетболе, анализ техники передач, выполняемых на месте.

6. Взаимосвязь правил игры в баскетбол с развитием техники и тактики баскетбола.

7. История возникновения баскетбола и развитие игры в России и в мире.

8. Значение физической подготовки баскетболиста и ее характеристика.

9. Характеристика и анализ техники передач, выполняемых в движении.

10. Особенности современной техники баскетбола и ее значение в повышении спортивного мастерства баскетболистов.

11. Броски мяча в движении, методика обучения этим приемам.

12. Анализ итогов чемпионатов ВТБ и Премьер-лиги.

13. Характеристика физического качества быстрота, средства и методы ее развития в баскетболе.

14. Структура, организация и содержание занятия (на примере баскетбола).

15. Характеристика методов организации занимающихся, используемых в баскетболе.

16. Анализ техники ловли и передачи мяча в движении.

17. Характеристика современного состояния баскетбола и тенденции развития.

18. Классификация и характеристика индивидуальных тактических действий игрока с мячом и без мяча.

19. Характеристика физического качества выносливость, средства и методы развития в баскетболе.

20. Классификация бросков мяча в баскетболе, тенденции развития техники бросков.

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

38. Классификация техники противодействия и овладения мячом, тенденции развития.

39. Особенности проявлений физических качеств, обеспечивающих выполнение бросков мяча в баскетболе.

40. Анализ техники выбивания и вырывания мяча. Методика обучения этим приемам.

41. Оборудование и инвентарь баскетбольных залов.

42. История развития баскетбола в период 1928-1941гг.

43. Характеристика и анализ техники перехвата мяча в баскетболе. Методика обучения этому приему.

44. Обучение общеразвивающим упражнениям в баскетболе (на примере подготовительной части занятия).

45. История развития баскетбола в период 1941-1970гг.

46. Особенности проявления физических качеств в баскетболе.

47. Анализ техники поворотов. Методика обучения.

48. Классификация техники защиты в баскетболе.

49. Участия российских баскетболистов в Олимпийских играх (женщины, мужчины).

50. Характеристика научно-исследовательской работы в баскетболе, ее значение для теории и методики баскетбола.

51. Классификация техники нападения в баскетболе.

52. Определение понятия «техника игры». Значение техники и технической подготовки в общей системе подготовки баскетболистов.

53. Основные ошибки при выполнении передач, педагогические приемы исправление ошибок.

54. Последовательность в изучении приемов техники баскетбола.

55. Характеристика и анализ овладения мячом, при взятии отскока. Методика обучения.

56. История участия российских баскетболистов в Чемпионатах Европы (женщины, мужчины).

57. Анализ контрольных упражнений по специальной физической подготовке баскетболиста.

58. Характеристика и анализ техники накрывания и отбивания мяча. Методика обучения этим приемам.

59. История участия российских баскетболистов в Чемпионатах Мира (женщины, мужчины).

60. Характеристика игры в баскетбол и ее влияние на уровень подготовленности баскетболистов.

61. Требования к местам занятий, оборудованию и инвентарю по баскетболу.

62. Дать определение основным понятиям: техника, тактика, стратегия, классификация, всем физическим качествам.

63. Характеристика способов выхода игрока без мяча на свободное место. Методика обучения.

64. Методика и организация работы секретариата на соревнованиях по баскетболу.

65. Характеристика целостного и расчлененного методов обучения в баскетболе (привести примеры обучения техники).

66. Классификация техники передвижений. Методика обучения приставному шагу.

67. Способы действий против игрока с мячом и без мяча.

68. Структура занятия, задачи, организация, содержание, выбор средств и методов.

69. Методика овладения мячом, отскочившим от щита (с места, с разбега)

70. Характеристика средств и методов развития физического качества сила.

71. Анализ современного состояния баскетбола в России и в мире (по материалам различных источников информации).

72. Анализ техники штрафного броска. Методика исправления ошибок.

73. Конспект занятия. Методика записи упражнения в конспекте занятия.

74. Характеристика групповых действий в нападении и защите.

75. Классификация тактики нападения.

Вопросы к экзамену для студентов 2 курса:

1. Тактика игры в баскетбол. Средства, способы и формы ведения игры.

2. Методы тестирования специальной физической и технической подготовленности баскетболистов. Характеристика, задачи, способы измерения результатов.

3. Физическая подготовка баскетболистов. Значение, средства и методы.

4. Метод обследования соревновательной деятельности баскетболистов. Привести примеры.

5. Классификация тактики защиты.

6. Виды спортивной тренировки в баскетболе. Характеристика.

7. Характеристика методов обследования физической подготовленности баскетболистов.

8. Техническая подготовка баскетболистов. Значение, средства и методы.

9. Распределение игроков по функциям. Требования к игрокам различных функций, их характеристика в игровой деятельности.

10. Круговой способ розыгрыша. Характеристика. Примеры использования в современной соревновательной деятельности.

11. Характеристика стадий и этапов многолетней подготовки баскетболистов.

12. Соревнования в баскетболе. Место в многолетней и круглогодичной подготовке баскетболистов.

13. Психологическая подготовка баскетболистов. Место в практике подготовки команд, средства, методы.

14. Проведение соревнований по баскетболу. Примеры современной практики.

15. Положение о соревнованиях. Основные разделы и их назначение.

16. Классификация средств, используемых в подготовке баскетболистов. Характеристика. Примеры использования на практике.

17. Педагогические наблюдения и хронометраж игровой деятельности в баскетболе. Назначение, способы регистрации, примеры.

18. Командные действия баскетболистов в нападении. Классификация, виды и способы нападения.

19. Взаимосвязь современных правил игры в баскетбол с технико-тактической подготовкой баскетболистов.

20. Командные действия баскетболистов в защите. Классификация, виды и способы защиты.

21. Требования к специальной подготовленности нападающих в различных системах нападения в баскетболе.

22. Характеристика системы проведения чемпионата Мира по баскетболу.

23. Характеристика методов подготовки баскетболистов.

24. Система быстрого прорыва. Характеристика фаз, методика обучения.

25. Травматизм в баскетболе, локализация травм, причины получения.

26. Факторы, определяющие эффективность быстрого прорыва.

27. Характеристика главных соревнований для национальных сборных команд РФ по баскетболу в Олимпийском цикле.

28. Стремительное нападение. Задачи, способы, варианты.

29. Характеристика современного состояния баскетбола и тенденций его развития.

30. Позиционное нападение. Классификация, способы, варианты,

комбинации.

31. Требования к специальной подготовленности игроков задней линии при использовании быстрого прорыва.

32. Профилактика травматизма в процессе занятий баскетболом(особенности построения занятий, подбора средств, разминка, восстановительные мероприятия).

33. Методика ведения протокола игры.

34. Составления положения о соревнованиях.

35. Анализ протоколов педагогических наблюдений, проводимых студентом в учебном году.

36. Характеристика методов подготовки баскетболистов.

37. Педагогическое тестирование подготовленности баскетболистов. Задачи, характеристика, способы измерения результатов.

38. Характеристика методов исследования, используемых в баскетболе.

39. Личная защита в баскетболе. Характеристика, методика обучения.

40. Структура и содержание годичного цикла подготовки баскетболистов высокой квалификации.

41. Задачи, средства и методы подготовки баскетболистов в различные возрастные периоды.

42. Система соревнований в баскетболе для команд высокой квалификации.

43. Характеристика главных соревнований и способов их розыгрыша, проводимых ФИБА.

44. Особенности средств и методов спортивной тренировки баскетболистов в подготовительном периоде годичного цикла.

45. Психологическая подготовка в процессе занятий баскетболом. Средства и методы психологической подготовки.

46. Система планирования в подготовке баскетболистов. Документация перспективного, текущего и оперативного планирования.

47. Факторы, определяющие эффективность быстрого прорыва в баскетболе. Методика обучения и совершенствования.

48. Распределение тренировочных нагрузок по зонам интенсивности в баскетболе.

49. Особенности подготовки юных баскетболистов в группах начальной подготовки ДЮСШ.

50. Анализ структуры и содержания Программы для ДЮСШ и СДЮШОР по баскетболу.

51. Методика судейства в баскетболе.

52. Педагогическое тестирование в системе подготовки баскетболистов. Основные требования и система обработки результатов тестирования.

53. Нововведения в правила и методику судейства соревнований по баскетболу в последние годы в России и в мире.

54. Характеристика тренировочных и соревновательных нагрузок в баскетболе. Основные показатели и контроль нагрузок.

55. Характеристика научно-исследовательской работы в области баскетбола.

Требования к научным работам и основные методы ведения исследования.

56. Тактика игры в баскетбол. Классификация и характеристика индивидуальных, групповых и командных тактических действий в современном баскетболе.

57. Модельные характеристики соревновательной деятельности высококвалифицированных баскетболистов разного игрового амплуа.

58. Травматизм в баскетболе. Локализация травм, профилактика травматизма и реабилитация.

59. Современные подходы и основные элементы организации круговой тренировки при совершенствовании спортивного мастерства баскетболистов.

60. Взаимосвязь физической и технической подготовки

процессе обучения и тренировки баскетболистов разного возраста.

61. Отбор в баскетболе. Характеристика организации и методики отбора. Требования к комплектованию команд на различных этапах подготовки.

62. Характеристика активных форм ведения игры в защите в современном баскетболе. Варианты прессинга. Факторы, обеспечивающие эффективность активных форм защитных действий.

63. Задачи, средства и методы тактической подготовки баскетболистов в годичном цикле.

64. Игровая подготовка баскетболистов, ее специфика в структуре годичного цикла.

65. Особенности организации и системы проведения соревнований баскетболистов разного возраста и квалификации.

66. Задачи, средства и методы подготовки баскетболистов в соревновательном периоде годичного цикла.

67. Психологическая подготовка баскетболистов Средства и методы психологической подготовки.

68. Построение многолетней подготовки баскетболистов.

69. Физическая культура в общеобразовательной школе. Взаимосвязь урочных, внеклассных и внешкольных форм занятий по физической культуре.

70. Занятия физической культурой как средство воспитания личностных качеств учащихся.

71. Современное тактическое построение нападения против личного прессинга: варианты, структура, анализ.

72. Материально-техническое обеспечение подготовки баскетболистов.

Вопросы к экзамену для студентов 3 курса:

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

15. Педагогический анализ тренировочного занятия по баскетболу.
16. Планирование спортивной тренировки баскетболистов, их виды.
17. Психологические средства восстановления баскетболистов.
18. Характеристика методов подготовки баскетболистов на различных этапах годичного цикла
19. Система контроля в подготовке баскетболистов высокой квалификации.
20. Круговая тренировка в баскетболе.
21. Моделирование в системе подготовке баскетболистов.
22. Особенности методов спортивной тренировки в подготовительном периоде годичного макроцикла.
23. Характеристика современных методов исследования подготовленности баскетболистов.
24. Материально-техническое обеспечение подготовки баскетболистов.
25. Построение и содержание предсоревновательного этапа подготовительного периода подготовки баскетболистов.
26. Характеристика методов воспитания физических качеств баскетболистов.
27. Педагогический контроль процесса спортивной тренировки баскетболистов.
28. Управление командой баскетболистов в процессе соревнований.
29. Соотношение средств различных видов подготовки баскетболистов в годичном цикле.
30. Характеристика этапов подготовительного периода баскетболистов высокой квалификации.
31. Анализ документации планирования в подготовке баскетболистов.
32. Характеристика клубного баскетбола в России. Итоги чемпионата России, кубка России, клубных европейских соревнований (муж., жен.).

33. Характеристика соревновательного периода баскетболистов высокой квалификации.

34. Педагогические средства восстановления баскетболистов.

35. Методика анализа участия команды в соревнованиях.

36. Система спортивной тренировки баскетболистов, характеристика её составляющих.

37. Типы микроциклов в подготовке баскетболистов высокой квалификации, особенности их построения.

38. Характеристика взаимоотношений "тренер - команда", тренер - игрок", "игрок - игрок".

39. Педагогическое тестирование как раздел контроля подготовленности баскетболистов. Методика тестирования и обработки результатов.

40. Медико-биологические средства восстановления баскетболистов.

41. Характеристика метода сопряженных воздействий в подготовке баскетболистов.

42. Соревновательные нагрузки в подготовке баскетболистов разного возраста и квалификации.

43. Организация и функционирование "штаба" баскетбольной команды.

44. Интервальная тренировка в подготовке баскетболистов на различных этапах годичного цикла.

45. Варианты круговой тренировки на различных этапах годичного цикла.

46. Характеристика личного прессинга в баскетболе, варианты, методика совершенствования.

47. Информационное и компьютерное обеспечение в подготовке баскетболистов.

48. Предигровая разминка в баскетболе. Варианты, методика проведения.

49. Методы научных исследований физической подготовленности баскетболистов.

50. Научно-методическое и медицинское обеспечение в подготовке баскетболистов.

51. Характеристика предсезонной подготовки баскетболистов высокой квалификации. Средства, методы.

52. Организация и управление развитием баскетбола в России: в клубах, ВУЗах, в средних учебных заведениях, в спортивных школах.

53. Методика разработки годового плана-графика подготовки баскетболистов.

54. Характеристика подготовки баскетболистов на этапе специальной подготовки подготовительного периода годового цикла.

55. Структура и деятельность Российской Федерации баскетбола.

56. Оперативное планирование в подготовке баскетболистов.

57. Обследование соревновательной деятельности баскетболистов. Методика и анализ.

58. Структура и основные направления деятельности Международной Федерации баскетбола (ФИБА) и евро-ФИБА, их взаимодействие.

59. Технические средства в различных видах подготовки баскетболистов.

60. Средства и методы подготовки баскетболистов в межигровых циклах соревновательного периода.

61. Характеристика объемов интенсивности нагрузок баскетболистов высокой квалификации.

62. Педагогические наблюдения как метод научных исследований в баскетболе.

63. Научно-исследовательская работа в баскетболе, современное состояние и направления развития.

Вопросы к экзамену для студентов 4 курса:

1. Особенности организации, структуры управления и деятельности структур РФБ (Ассоциации студенческого баскетбола (АСБ), Детско-юношеской баскетбольной лиги (ДЮБЛ) и Ассоциации уличного баскетбола).

2. Структура и содержание годичного цикла подготовки баскетболистов высокой квалификации.

3. Характеристика средств и методов восстановления баскетболистов.

4. Система соревнований в баскетболе для команд высокой квалификации. Характеристика главных соревнований и способов их розыгрыша, проводимых ФИБА.

5. Особенности средств и методов спортивной тренировки баскетболистов в подготовительном периоде годичного цикла.

6. Психологическая подготовка в процессе занятий баскетболом. Средства и методы психологической подготовки.

7. Управление физкультурным и спортивным движением в России (государственные и общественные органы управления, их структура, функции и механизмы взаимодействия).

8. Система планирования в подготовке баскетболистов. Характеристика перспективного, текущего и оперативного планирования.

9. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол (основные положения).

10. Задачи и содержание процесса подготовки баскетболистов в соревновательном периоде.

11. Особенности подготовки юных баскетболистов в группах начальной подготовки ДЮСШ, СШ, СШОР и др.

12. Современные средства и методы скоростно-силовой подготовки баскетболистов.

13. Анализ структуры и содержания программ, реализуемых в учреждениях спортивной направленности.

14. Техническая подготовка баскетболистов. Современные средства и методы совершенствования.

15. Распределение тренировочных нагрузок по зонам интенсивности в баскетболе.

16. Модель тренера в спорте высших достижений (на примере баскетбола).

17. Педагогическое тестирование в системе подготовки баскетболистов. Основные требования и система обработки результатов тестирования.

18. Нововведения в правила и методику судейства соревнований по баскетболу в России и в мире.

19. Характеристика тренировочных и соревновательных нагрузок в баскетболе. Основные показатели и контроль нагрузок.

20. Характеристика научно-исследовательской работы в области баскетбола. Требования к научным работам и основные методы ведения исследования.

21. Структура, задачи и основные направления деятельности Российской Федерации баскетбола.

22. Модельные характеристики соревновательной деятельности высококвалифицированных баскетболистов разного игрового амплуа.

23. Травматизм в баскетболе. Локализация травм, профилактика травматизма и реабилитация.

24. Тактическая подготовка баскетболистов, Характеристика средств и методов.

25. Взаимосвязь физической и технической подготовки баскетболистов в процессе обучения и тренировки баскетболистов разного возраста.

26. Система подготовки спортивных резервов в России (Документация, учреждения по подготовке спортивных резервов,

организация многолетней подготовки, организация и содержание учебно-тренировочного процесса).

27. Характеристика деятельности международных организаций мирового и европейского баскетбола

28. Педагогическое тестирование в баскетболе. Характеристика тестов по различным видам подготовки баскетболистов

29. Современные средства и методы, используемые в процессе физической подготовки баскетболистов.

30. Методика отбора в СШОР по баскетболу (организация, критерии отбора: состояние здоровья, морфофункциональные, психологические и спортивно-педагогические и другие показатели).

31. Задачи, средства и методы тактической подготовки баскетболистов в годичном цикле.

32. Особенности подготовки юных баскетболистов в учебно-тренировочных группах ДЮСШ.

33. Игровая подготовка баскетболистов, ее специфика в структуре годичного цикла.

34. Особенности организации и системы проведения соревнований баскетболистов разного возраста и квалификации.

35. Задачи, средства и методы подготовки баскетболистов в соревновательном периоде годичного цикла.

36. Планирование спортивной тренировки в баскетболе. Виды планирования.

37. Построение многолетней подготовки баскетболистов.

38. Контроль соревновательной деятельности баскетболистов.

39. Современное состояние баскетбола в России и в мире.

40. Характеристика средств и методов спортивной тренировки в баскетболе.

41. Характеристика и содержание подготовки баскетболистов на этапе специальной подготовки подготовительного периода

42. Система комплексного контроля в подготовке баскетболистов
43. Методы оценки тренировочных нагрузок, применяемых в баскетболе.
44. Материально-техническое обеспечение подготовки баскетболистов.
45. Построение годичного тренировочного плана-схемы баскетболистов.
46. Задачи и содержание процесса подготовки баскетболистов в группах начальной подготовки ДЮСШ.
47. Характеристика тренировочных микроциклов в подготовке баскетболистов на различных этапах годичного цикла.
48. Система соревнований баскетболистов высокой квалификации в России. Особенности календаря, способы розыгрыша.
49. Современные средства и методы повышения работоспособности баскетболистов.
50. Правила соревнований по баскетболу. Углубленный анализ правил с последними дополнениями и изменениями.
51. Виды планирования в спортивной подготовке. Характеристика текущего планирования.
52. Характеристика и содержание научно-методического и медицинского обеспечения подготовки сборных команд России
53. Задачи научно-исследовательской работы в области баскетбола. Требования к научным работам и основные методы ведения исследования.
54. Структура и содержание Целевой комплексной программы подготовки российских баскетболистов к Олимпийским играм.
55. Анализ участия российских баскетболистов в международных соревнованиях (мужских, женских и резервных команд).
56. Характеристика педагогического контроля в подготовке баскетболистов.

57. Задачи и содержание подготовки баскетболистов в тренировочных группах ДЮСШ.

58. Характеристика методов педагогических исследований в баскетболе: анализ литературы и различных документов, наблюдение, анкетирование, изучение и обобщение педагогического опыта, тестирование, обследование соревновательной деятельности, педагогический эксперимент.

59. Задачи и содержание подготовки баскетболистов в группах спортивного совершенствования ДЮСШ.

60. Характеристика методов используемых в процессе физической подготовки баскетболистов.

Тематика рефератов:

1. Анализ индивидуальных тактических действий баскетболистов в нападении.

2. Анализ индивидуальных тактических действий баскетболистов в защите.

3. Анализ групповых тактических действий баскетболистов в защите.

4. Анализ индивидуальных тактических действий баскетболистов в нападении.

5. Личная защита в баскетболе, характеристика и варианты.

6. Зонная защита в баскетболе. Характеристика и варианты.

7. Стремительное нападение в баскетболе, характеристика и варианты.

8. Позиционное нападение в баскетболе. Характеристика и варианты.

9. Методика обучения индивидуальным тактическим действиям в нападении в баскетболе. Подбор упражнений.

10. Методика обучения индивидуальным тактическим действиям в защите в баскетболе. Подбор упражнений.

11. Методика обучения групповым тактическим действиям в нападении в баскетболе. Подбор упражнений.

12. Методика обучения групповым тактическим действиям в защите в баскетболе. Подбор упражнений.

13. Методика обучения командным тактическим действиям в защите в баскетболе. Подбор упражнений.

14. Методика обучения командным тактическим действиям в нападении в баскетболе. Подбор упражнений.

15. Характеристика общей и специальной физической подготовки баскетболистов.

16. Характеристика технической подготовки баскетболистов.

17. Анализ система соревнований в баскетболе для детско-юношеского контингента.

18. Анализ системы соревнований для команд студенческого баскетбола.

19. Анализ системы соревнований для профессиональных команд в баскетболе

20. Особенности занятий детей в группах мини-баскетбола.

21. Особенности занятий школьников общеобразовательных школ в секциях по баскетболу.

22. Ретроспективный анализ правил соревнований по баскетболу.

23. Анализ участия мужской сборной команды России по баскетболу в Чемпионатах Европы.

24. Анализ участия женской сборной команды России по баскетболу в Чемпионатах Европы.

25. Анализ участия мужской сборной команды России по баскетболу в Чемпионатах мира.

26. Анализ участия женской сборной команды России по баскетболу в Чемпионатах мира.

27. Анализ участия мужской сборной команды России по баскетболу в Олимпийских играх.

28. Анализ участия женской сборной команды России по баскетболу в Олимпийских играх.

29. Анализ участия резервных сборных команд России по баскетболу в Первенствах Европы.

30. Анализ участия отечественных сборных студенческих команд в Универсиадах.

31. Структура и содержание деятельности детско-юношеской спортивной школы по баскетболу.

32. Характеристика оборудования и инвентаря баскетбольного зала.

33. Подвижные игры – средство физической подготовки баскетболистов.

34. Анализ подвижных игр, способствующих овладению техникой владения мячом в баскетболе.

35. Организация и проведение массовых соревнований по стритболу.

36. Методика судейства соревнований в баскетболе.

37. Организация и особенности работы «секретариата» в баскетбольном матче.

38. Свободные темы по выбору студентов (по согласованию с преподавателем учебной группы).

Тематика выпускных квалификационных работ:

1. Особенности отбора юных баскетболистов в группах начальной подготовки ДЮСШ

2. Динамика физической подготовленности баскетболистов групп начальной подготовки СДЮСШОР в годичном цикле

3. Сравнительный анализ физической подготовленности обучающихся в общеобразовательном учреждении занимающихся и не занимающихся баскетболом.

4. Сравнительный анализ подготовленности выпускниц СДЮСШОР по баскетболу г. Москвы и Московской области

5. Структура и содержание годового цикла подготовки баскетболистов в СДЮСШОР

6. Особенности тренерской деятельности в достижении спортивных успехов в баскетбольной команде

7. Особенности соревновательной деятельности профессиональных баскетболисток разных стран

8. Особенности скоростно-силовой подготовленности баскетболисток высокой квалификации

9. Контроль физической и технической подготовленности студенческих команд по баскетболу

10. Особенности взаимодействия РФБ с крупнейшими российскими и зарубежными спортивными организациями

11. Сравнительный анализ показателей соревновательной деятельности студентов баскетболистов России и зарубежных стран

12. Особенности комплектования и соревновательной деятельности баскетболисток высокой квалификации баскетбольных клубов России в годовом цикле

13. Анализ деятельности Детско-юношеской баскетбольной лиги

14. Сравнительный анализ соревновательной деятельности баскетболистов 16-21 года в России и мире.

15. Особенности психологической подготовки баскетболистов разного возраста и квалификации.

16. Использование подвижных игр как средство отбора детей в ДЮСШ по баскетболу.

17. Особенности организации и подготовки резервов в баскетболе.

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

Основная литература

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

Дополнительная литература

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

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

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

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

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

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

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

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

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

10. Лях В.И. Физическая культура : 10-11 кл. : учеб. для общеобразоват. учреждений : рек. М-вом образования и науки РФ / В.И. Лях,

А.А. Зданевич ; под общ. ред. В.И. Ляха. - 6-е изд. - М.: Просвещение, 2011. - 237 с.: ил.

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

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

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

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

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

16. Методические указания к тестированию общей и специальной физической подготовленности: для самостоят. занятий студентов всех специальностей / Федер. агентство по образованию [и др.] ; [сост. Э.М. Кураков [и др.]]. - М.: [ГУУ], 2007. - 48 с.: ил.

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

18. Официальные правила баскетбола 1994-1998. Официальные правила мини-баскетбола 1994-1998. : Одобрены и утверждены на Когр. ФИБА в авг. 1994 г. в Торонто (Канада) / Междунар. Федерация баскетбола. - Б. м., Б. г. - 135 с.: ил.

19. Официальные правила баскетбола 2008 : утв. Центр. Бюро ФИБА : Пекин, Кит. Нар. Респ., 26 апр. 2008 г. : [утв. Рос. Федерацией баскетбола 1 июля 2008 г.] / FIBA, [Рос. федерация баскетбола]. - [Б. м.: Б. и.], [2008?]. - 138 с.: ил.

20. Официальные правила баскетбола 2010 : утв. Центр. Бюро ФИБА : Сан-Хуан, Пуэрто-Рико, 17 апр. 2010 г. : Действуют с 1 окт. 2010 г. : [утв. Исполкомом РФ баскетбола 21 мая 2010 г.] / FIBA, [Рос. федерация баскетбола]. - [М.: [Инфобаскет], [2010?]. - 156 с.: ил.

21. Официальные правила баскетбола 2012 : утв. Центр. Бюро ФИБА : Рио-де-Жанейро, Бразилия, 29 апр. 2012 г. : Действуют с 1 окт. 2012 г. : [утв. Исполкомом Рос. Федерацией баскетбола 19 июля 2012 г.] / FIBA, [Рос. федерация баскетбола]. - [Б. м.: Б. и.], [2012?]. - 119 с.: ил.

22. Перечень статей в сборниках научных трудов, утвержденных ВАК Украины по специальности "Физическое воспитание и спорт". - Б. м.: Б. и., Б. г. - 20 с.

23. Программа подготовки начинающих судей по баскетболу / [подгот.: Дмитриев Ф.Б., Григорьев М.П., Латыпов И.К.] ; Рос. федерация баскетбола. - М., 2013. - 30 с.

24. Пэйе Б. Баскетбол для юниоров : 110 упражнений от простых до сложных : [пер.с англ.] / Баррел Пэйе, Патрик Пайе. - М.: ТВТ Дивизион, 2008. - 3251 с.: ил.

25. Семенов В.Б. Секция баскетбола в школе / В.Б. Семенов. - М.: Чистые пруды, 2010. - 31 с.: ил.

26. Система физического воспитания в ДОУ : планирование, информ.-метод. материалы, разработ. занятий и упражнений, спортив. игры / авт.-сост. О.М. Литвинова. - Волгоград: Учитель, [2007]. - 238 с.: табл.

27. Скворцова М.Ю. Методика проведения занятий по физической подготовке баскетболистов : [учеб. пособие] / М.Ю. Скворцова ; Федер. агентство по образованию, Гос. образов. учреждение высш. проф. образования "Кузбас. гос. тех. ун-т". - Кемерово, 2007. - 112 с.: ил.

28. Современность как предмет исследования, междунар. науч. конф. (2011; Малаховка). 4 Международная научная конференция "Современность как предмет исследования", 28-30 окт. 2011 г. : сб. материалов / под ред. д-ра соц. наук, проф. Фомина Ю.А. ; Моск. гос. акад. физ. культуры, Моск. обл. олимп. акад. - Малаховка: [Изд-во МГАФК], 2011. - 172 с.: табл.

29. Современный баскетбол - настоящее и будущее, всерос. науч.-практ. конф. (2009; Москва). Всероссийская научно-практическая конференция "Современный баскетбол - настоящее и будущее" : сб. материалов / М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Рос. федерация баскетбола, Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2009. - 225 с.: ил.

30. Спортивные игры : техника, тактика, методика обучения : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности 033100 - Физ. культура: доп. Умо по специальностям пед. образования / под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. - 5-е изд., стер. - М.: Academia, 2008. - 518 с.: ил.

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

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

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

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

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

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

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

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Минимально необходимый для реализации дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)» перечень материально-технического обеспечения включает в себя:

Баскетбольный зал:

- баскетбольные щиты с кольцами;
- баскетбольные мячи (7 размер) – 40 штук;
- баскетбольные мячи (6 размер) – 30 штук;
- гантели виниловые – 10 штук;
- два автономных, отчетливо различающихся и громких звуковых сигнала – 1 комплект;
- игровая площадка (28x15м);
- информационное табло (игровые часы, табло счета) – 1 штука;
- обводные стойки – 12 штук;
- медицинбол – 5 штук;
- набивные мячи – 30 штук;
- секундомер – 10 штук;
- свисток – 30 штук;
- скакалки – 70 штук;
- стрелка поочередного владения – 1 штука;
- устройство 24-х секунд – 2 штуки;
- указатели фолов игрока – 1 комплект;
- указатель командных фолов – 2 штуки.

Компьютерный класс:

- интерактивная доска Smart Board 660;
- компьютер комплектации «Стандарт» - (9 шт.);
- компьютер комплектации «ФАЙЛ-СЕРВЕР»;
- проектор Benq PB8263;
- экран Varonet 152*203 MW;
- акустическая система активная Wharfedale Titan 12 Active;
- видеоманитофон и DVD рекордер.

Учебная лаборатория:

- анализатор жировой массы TBF-300P;

- видеокамера SONY BCR-CR42E;
- динамометр кистевой;
- командная система мониторинга сердечного ритма «Polar Team System»;
- ноутбук – 3 штуки;
- эквалайзер Berhringer FBQ;
- экран Baronet 152*203 MW.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) *Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)*

для обучающихся *института физического воспитания и спорта, 2 курса, 1 группы*

*направления подготовки/ специальности 49.03.01 – «Физическая культура»
профиля Спортивная подготовка в избранном виде спорта
форма обучения заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.

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

Форма промежуточной аттестации: *зачет 1 семестр, экзамен 2 семестр.*

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

№	Виды текущего контроля (1 семестр)	Сроки проведения	Количество баллов
1	Устный опрос по пройденным темам модуля 2	24-30 ноября	5-10
2	Реферат по темам модуля 1	6-12 октября	2-10
3	Составление комплексов упражнений и проведение части занятия.	1-7 декабря	20
4	Ведение протокола игры	8-14 декабря	10
5	Письменное задание. Описание тренажера и методики его применения (по выбору)	15-21 декабря	10
6	Посещение занятий	Весь период	10
7	Зачет	22-28 декабря	10-30
			100 баллов

№	Виды текущего контроля (2 семестр)	Сроки проведения	Количество баллов
1	Устный опрос по пройденным темам модуля 7	6-12 апреля	5-10
2	Письменная работа (составление плана-конспекта подготовительной части занятия «обучение и совершенствование остановок и поворотов на месте и в движении)	13-19 апреля	5-15

3	Письменная работа (Составление комплекса упражнений по воспитанию физических качеств.)	20-16 апреля	10
4	Письменная работа (Комплексы подвижных игр, эстафеты, игровые баскетбольные упражнения)	27-3 апреля	5-15
5	Контрольное задание. Проведение части занятия (подготовительная часть)	27-3 апреля	10
6	Посещение занятий	Весь период	10
7	Сдача экзамена		10-30
ИТОГО ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ЭКЗАМЕНА			61-100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по пропущенным темам	5
2	Подготовка реферата по пропущенным темам	10
3	Презентация по пропущенным темам	20

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)

для обучающихся института физического воспитания и спорта, 2 курса, 1 группы

направления подготовки/ специальности 49.03.01 – «Физическая культура» профиля Спортивная подготовка в избранном виде спорта форма обучения заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.

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

Форма промежуточной аттестации: зачет 3 семестр, экзамен 4 семестр.

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

№	Виды текущего контроля (3 семестр)	Сроки проведения	Количество баллов
1	Устный опрос по темам: 1. Стратегия и тактика баскетбола 2. Тактика нападения (командные действия: нападение против зонной защиты) 3. Тактика защиты (командные действия: зонная защита, зонный прессинг)	10-16 ноября	5-10
2	Устный опрос по видам подготовки: Техническая. Тактическая. Физическая.	17-23 ноября	5-10
3	План-конспект по методике обучения, проведение части занятия. «Методика обучения (совершенствования) технике нападения (защиты)»	24-30 ноября	5-15

	1. Техника передвижений без мяча 2. Ловля и передача мяча на месте. 3. Ведение мяча на месте.		
4	Эссе по теме: «Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочных занятий и соревнований в летний период»	1-7 декабря	7
5	Презентация по теме: «Организация и проведение массовых мероприятий по баскетболу»	8-14 декабря	12-20
6	Конспектирование литературных источников. Современное состояние и направления развития НИР в баскетболе	Весь период	10
7	Посещение занятий	Весь период	3
8	Зачет		10-20
			100 баллов

№	Виды текущего контроля (5 семестр)	Сроки проведения	Количество баллов
1	Презентация, эссе по темам: 1 Структура, задачи и основные направления деятельности ФИБА и РФБ, федераций баскетбола в регионах России. Организация и управление их работой 2 Организация и управление развитием баскетбола в вузах и средних специальных учебных заведениях 3 Организация и управление развитием баскетбола в спортивных и общеобразовательных школах	23-29 мая	12-20
2	Составление планов-конспектов для определенной возрастной группы ДЮСШ и проведение тренировочного занятия по баскетболу (План-конспект тренировочного занятия для групп начальной подготовки (1,2,3 годов обучения))	30 мая – 5 апреля	5-15
3	Письменная работа (Разработка положения о соревновании)	30 мая – 5 апреля	10
4	Написание плана работы секции по баскетболу	6-12 апреля	5
5	Публичное выступление Учебно-исследовательская работа студента	6-12 апреля	10-20

6	Посещение занятий	Весь период	
7	Сдача экзамена		10-20
ИТОГО ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ЭКЗАМЕНА			61-100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада:</i> 1. Особенности проведения занятий по баскетболу в учебных заведениях 2. Игровая и соревновательная (интегральная) подготовка 3. Теоретическая подготовка 4. Построение многолетней подготовки баскетболистов 5. Подготовка резервов в баскетболе 6. Отбор в баскетболе	5-30
2	<i>Подготовка доклада по темам «Виды подготовки:</i> Техническая. Тактическая. Физическая».	5-15
3	<i>Письменная работа. Эссе:</i> «Методы исследования, их классификация»	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			

Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A
-------------------------	---	---	---	---	---	---

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)

для обучающихся института физического воспитания и спорта, 2 курса, 1 группы

направления подготовки/ специальности 49.03.01 – «Физическая культура»

профиля Спортивная подготовка в избранном виде спорта

форма обучения заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.

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

Форма промежуточной аттестации: зачет 5 семестр, экзамен 6 семестр.

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

№	Виды текущего контроля (5 семестр)	Сроки проведения	Количество баллов
1	Устный опрос по темам модуля 24	15-21 сентября	5-10
2	Письменная работа (Составление отчетно-учетной документации)	22-28 сентября	10
3	Письменная работа Составление комплексов упражнений, направленных на совершенствование тактической и игровой подготовленности баскетболистов, по заданию преподавателя	29-5 сентября	10
4	Устный опрос по темам модуля 26	6-12 октября	10
5	Составить положение о соревновании, календарь проведения соревнования, в том числе и жеребьевку команд, разобрать дополнения и изменения к правилам	6-12 октября	3-8
	Контрольное задание	29-5	10

	Проведение тренировочного занятия	сентября	
	Контрольное задание Участие в качестве судьи секретаря (ведение основного протокола, основного времени, оператора 24 секунд, диктора и информационного табло) на студенческой игре	13-19 октября	10
6	Выступление на семинаре, доклад Доклад по теме ВКР (актуальность, новизну и прогностичность выбранной темы, конкретизацию объекта и предмета исследований, цели и гипотезы, задачи работы)	13-19 октября	10
7	Посещение занятий	Весь период	2
8	Зачет		10-20
			100 баллов

№	Виды текущего контроля (6 семестр)	Сроки проведения	Количество баллов
1	Письменная работа Разработать примерное перспективное планирование. Подготовка документов планирования (по заданию преподавателя)	26-1 января	10-20
2	Письменное задание. Составить командный и индивидуальный планы подготовки баскетболистов разного возраста и квалификации	2-8 февраля	10
3	Доклад по модулю 30	9-15 февраля	5
4	Опрос по модулю 31	16-22 февраля	5-10
5	Презентация, доклад. Публичное выступление. Выступление на заслушивании о ходе выполнения ВКР. Учебно-исследовательская работа студента	16-22 февраля	30
6	Посещение занятий	Весь период	5
7	Сдача экзамена		10-20
ИТОГО ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ЭКЗАМЕНА			61-100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Доклад, эссе по пропущенным темам	5
2	Реферат по пропущенным темам	10
3	Презентация по пропущенным темам	20

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) *Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)*

для обучающихся *института физического воспитания и спорта, 2 курса, 1 группы*

*направления подготовки/ специальности 49.03.01 – «Физическая культура»
профиля Спортивная подготовка в избранном виде спорта
форма обучения заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)*

IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: экзамен 7 семестр.

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

№	Виды текущего контроля (7 семестр)	Сроки проведения	Количество баллов
1	Письменная работа Составление плана - конспектов занятия с использованием различных тренировочных средств заданной интенсивности, напряженности, объема и других параметров нагрузки	6-12 октября	5
2	Письменная работа Составление плана - конспектов занятий, направленных на скоростно-силовую подготовку баскетболистов разного возраста и квалификации (по заданию преподавателей)	29-5 сентября	5
3	Письменная работа Составление плана - конспектов занятий, направленных на повышение работоспособности баскетболистов разного возраста и квалификации (по заданию преподавателей)	13-19 октября	5
4	Письменная работа Составление плана - конспектов занятий по физической подготовке баскетболистов	6-12 октября	5

	разного возраста и квалификации (по заданию преподавателей)		
5	Письменная работа Составление плана - конспектов занятий по технической подготовке баскетболистов разного возраста и квалификации (по заданию преподавателей)	29-5 сентября	5
6	Письменная работа Составление плана - конспектов занятий по тактической подготовке баскетболистов разного возраста и квалификации (по заданию преподавателей)	13-19 октября	5
7	Контрольное задание Проведение психологического тестирования у студентов, игроков студенческой сборной команды, провести анализ полученных результатов	27-2 ноября	10
8	Составить план-прогноз по комплектованию баскетбольной команды на следующие годы или возрастные периоды, план-прогноз на физическую, техническую, тактическую и игровую подготовленность спортсменов (по заданию преподавателя)	27-2 ноября	10
9	Составить индивидуализированный план подготовки баскетболистов по игровым амплуа (по заданию преподавателя)	3-9 ноября	10
10	Выступление на заслушивании ВКР. Учебно-исследовательская работа студента.	3-9 ноября	20
11	Экзамен		10-20
			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Доклад, эссе по пропущенным темам</i>	5
2	<i>Реферат по пропущенным темам</i>	10
3	<i>Презентация по пропущенным темам</i>	20

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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



Институт спорта и физической культуры

Кафедра теории и методики баскетбола

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

**«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта
(Баскетбол)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

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

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) 1692 часа (47 зачетных единиц), из них аудиторные (контактные) формы занятий занимают 112 часа (3,1 зачетных единиц), на самостоятельную работу отводят 1544 часа (42,9 зачетных единиц) и на подготовку к экзаменам отводится 36 часов (1 зачетная единица).

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 1-7 семестры.

3. Цель освоения дисциплины (модуля): Целью освоения дисциплины "Теория и методика избранного вида спорта (баскетбол)" является формирование готовности студентов к педагогической деятельности в области физической культуры и спорта, способности к самообразованию и самосовершенствованию в физкультурно-спортивной деятельности, а также обеспечение прочных педагогических знаний, умений и навыков в практической деятельности по баскетболу.

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

В процессе изучения дисциплины обучающиеся должны овладеть знаниями, умениями и навыками, обеспечивающими достижение планируемых результатов освоения образовательной программы – общепрофессиональных и профессиональных компетенций.

Выпускник, освоивший программу бакалавриата, должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

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

- 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);

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

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

Выпускник, освоивший программу бакалавриата, должен обладать профессиональными компетенциями (ПК), соответствующими видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата:

Тренерская деятельность:

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

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

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

Научно-исследовательская деятельность:

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

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

В результате изучения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта «баскетбол» обучающийся должен:

Знать:

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

- способы взаимодействия педагога с различными субъектами образовательного процесса;

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

- принципы и методы физического воспитания различных контингентов населения;

- истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки, медико-биологические и психологические основы и технологию тренировки в детско-юношеском спорте и у спортсменов массовых разрядов в баскетболе;

- факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе занятий баскетболом;

- историю, теорию и методику баскетбола;

- организационно-методические основы юношеского спорта и систему подготовки резерва в баскетболе.

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;

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

- использовать в своей деятельности профессиональную лексику;

- использовать в своей 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;

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

- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, 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 соответствующие коррективы в процесс занятий;

- аргументировать социальную и личную значимость баскетбола, прогнозировать условия и направления его развития в социально-культурном аспекте, формировать мотивации у населения для занятий баскетболом;
- 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;
- организовывать и проводить физкультурно-массовые мероприятия и спортивные соревнования;
- организовывать и проводить в доступных формах научные исследования в сфере профессиональной деятельности.

Владеть:

- различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности;
- техническими приемами в баскетболе, а также приемами объяснения и демонстрации основных и вспомогательных элементов;
- способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в баскетболе;
- навыками рационального использования оборудования, специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техники;
- 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 баскетбола, приемами агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям баскетболом.

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

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (Баскетбол)»	Семестр	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			

I курс							
1.1	<i>Модуль 1</i> Общие основы теории баскетбола	1	4		40		
Итого за установочную сессию		1	4	-	40		
1.2	<i>Модуль 2</i> Содержание игровой деятельности в баскетболе	1	2	6	80		Зачет
1.3	<i>Модуль 3</i> Формирование навыков педагогического мастерства	1		6	80		
1.4	<i>Модуль 4</i> Соревнования в баскетболе, способы проведения, методика судейства	1			30		
1.5	<i>Модуль 5</i> Материально-техническая база развития баскетбола	1			10		
1.6	<i>Модуль 6</i> Зачет для студентов первого курса	1					
1.7	<i>Модуль 7</i> Содержание игровой деятельности в баскетболе	2	2	8	100		
1.8	<i>Модуль 8</i> Формирование навыков педагогического мастерства	2		2	80		
1.9	<i>Модуль 9</i> Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы	2		2	27		
1.10	<i>Модуль 10</i> Годовой экзамен для студентов первого курса	2				9	
ИТОГО ЗА I КУРС (448 ч/12,4 з.е)			2	24	407	9	
II курс							
2.1	<i>Модуль 11</i> Содержание игровой деятельности в баскетболе	3	2	2	64		Зачет
2.2	<i>Модуль 12</i> Обеспечение системы подготовки баскетболистов	3	2	2	50		
2.3	<i>Модуль 13</i> Формирование навыков педагогического мастерства	3		4	60		
2.5	<i>Модуль 14</i> Материально-техническая база развития баскетбола	3			6		

2.6	<i>Модуль 15</i> Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы	3			10		
2.7	<i>Модуль 16</i> НИР и УИРС в баскетболе	3		2	10		
2.8	<i>Модуль 17</i> Зачет для студентов второго курса	3					
2.9	<i>Модуль 18</i> Обеспечение системы подготовки баскетболистов	4			36		
2.10	<i>Модуль 19</i> Формирование навыков педагогического мастерства	4		2	32		Экзамен
2.11	<i>Модуль 20</i> Соревнования в баскетболе, способы их проведения	4			68		
2.12	<i>Модуль 21</i> Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы	4			75		
2.13	<i>Модуль 22</i> НИР и УИРС в баскетболе	4			40		
2.14	<i>Модуль 23</i> Годовой экзамен для студентов второго курса	4				9	
ИТОГО ЗА II КУРС			6	20	451	9	
III курс							
3.1	<i>Модуль 24</i> Обеспечение системы подготовки баскетболистов	5	4	2	34		Зачет
3.2	<i>Модуль 25</i> Организация и проведение соревнований по баскетболу	5		4	28		
3.3	<i>Модуль 26</i> Баскетбол в сфере массово-оздоровительной работы	5		2	15		
3.4	<i>Модуль 27</i> НИР и УИРС в баскетболе	5		2	20		
3.5	<i>Модуль 28</i> Зачет для студентов третьего курса	5					
3.6	<i>Модуль 29</i> Управление подготовкой баскетболистов	6	2	2	50		Экзамен
3.7	<i>Модуль 30</i> Обеспечение системы подготовки баскетболистов	6	2	2	35		
3.8	<i>Модуль 31</i> Формирование навыков педагогического мастерства	6		4	25		

3.9	<i>Модуль 32</i> Соревнования в баскетболе, методика судейства	6		2	20		
3.10	<i>Модуль 33</i> НИР и УИРС в баскетболе	6			24		
3.11	<i>Модуль 34</i> Годовой экзамен для студентов третьего курса	6				9	
ИТОГО ЗА III КУРС			8	20	251	9	
IV курс							
4.1	<i>Модуль 35</i> Система подготовки баскетболистов	7			85		Экзамен
4.2	<i>Модуль 36</i> Формирование навыков педагогического мастерства	7		4	60		
4.4	<i>Модуль 37</i> Управление подготовкой баскетболистов	7		2	90		
4.5	<i>Модуль 38</i> Обеспечение системы подготовки баскетболистов	7		2	70		
4.6	<i>Модуль 39</i> НИР и УИРС в баскетболе	7		2	100		
4.7	<i>Модуль 40</i> Итоговый экзамен для студентов четвертого курса	7				9	
ИТОГО ЗА IV КУРС						9	
Итого по дисциплине: 1692 ч/47 з.е						36	

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



Институт Физической культуры и спорта

Кафедра Теории и методики бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта (бокс)»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора – 2016 г.

Москва – 2017 г.

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ бокса и кикбоксинга
(наименование)
Протокол № 1 от «1» сентября 2017 г.

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

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

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

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

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

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

Составитель:

Клещев Вадим Николаевич, кандидат психологических наук, доцент,
профессор кафедры ТиМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова
Киселев Владимир Андреевич, кандидат педагогических наук, профессор,
профессор ТиМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

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

1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) Теории и методики избранного вида спорта (бокс) является:

- изучение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 «Физическая культура» для работы в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва (СДЮСШОР), училищах олимпийского резерва (УОР), школах высшего спортивного мастерства (ШВСМ), сборных командах, высших 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, а именно:

- обеспечить готовность к практической реализации установленных программой дисциплины общекультурных и профессиональных компетенций;

-обеспечить овладение профессиональной подготовленностью по дальнейшему развитию бокса как национального средства обеспечения физического и нравственного здоровья различных групп населения и как одного из наиболее популярных в России олимпийских видов спорта;

-подготовить бакалавров, владеющих системой современных научных знаний о закономерностях процессов обучения и тренировки, формах и методах организации, планирования и управления многолетней спортивной подготовкой боксеров;

-сформировать компетенции на основе глубоких знаний и практической готовности к самостоятельному, творческому решению воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли;

-обеспечить готовность к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленную на подготовку квалифицированных боксеров;

-обеспечить готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы средствами бокса как условие оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни представителей различных возрастных групп;

-сформировать организационно-управленческие и финансово-хозяйственные компетенции;

- обеспечить высокий уровень владения методикой научных исследований, использования информационных технологий в профессиональной деятельности;

-научить внедрению в практику достижений отечественных и зарубежных специалистов, стимулировать к собственным инновационным разработкам, созданию на этой основе предпосылок к дальнейшему усовершенствованию в избранной физкультурно-спортивной деятельности.

Дисциплина реализуется на русском языке

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

Курс «Теория и методика избранного вида спорта (бокс)» является профилирующим в профессиональной подготовке тренеров-преподавателей по боксу и занимает центральное место среди других предметов учебного плана РГУФКСМиТ, тогда как предметы общетеоретического, медико-биологического, практического и других циклов учебного плана призваны обеспечить разносторонность обучения и воспитания выпускников.

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

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (бокс)» относится к профессиональному циклу базовой части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура». Профиль – «Спортивная подготовка в избранном виде спорта».

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (бокс)» входит в систему наук, ориентированную на запросы спорта и оздоровительной физической культуры. Ее изучение базируется на логической и содержательно-методической взаимосвязи с дисциплинами: история физической культуры, анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, химия, физика, информатика, спортивная метрология, спортивная медицина, психология, педагогика, социология, экология, правовые основы профессиональной деятельности, безопасность жизнедеятельности и др. Данная дисциплина предшествует прохождению спортивно-педагогической, тренерской и организационно-тренерской практик.

Особенность изучаемой дисциплины состоит в том, что акцент сделан на развитие творческих способностей и обеспечение владением общекультурными и профессиональными компетенциями с целью достижения готовности к профессиональной практической деятельности, основанном на изучении закономерностей адаптации организма к занятиям боксом. Особое значение придается нравственно-духовному совершенствованию человека в процессе занятий боксом, выраженной воспитательной направленностью

Освоение курса включает также овладение навыками профессионально-прикладной подготовки.

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

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

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3		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 боксе.	2		2
	<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 боксе с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки	4		4
	<i>Владеть:</i> - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в боксе с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.	4		4
ОПК-6	<i>Знать:</i> состав средств и методов бокса при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста.	1		1
	<i>Уметь:</i> применять средства и методы бокса для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при проведении занятий с лицами различного пола и возраста	4		4
	<i>Владеть:</i> - навыками формирования здорового образа жизни средствами бокса; построения тренировочных программ оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов.	5		5
ОПК-8	<i>Знать:</i> - правила соревнований по базовым видам спорта и боксу; - документы планирования и проведения соревнований; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - обязанности организаторов и судей соревнования;	1, 2		1, 2

	- основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.			
	<i>Уметь:</i> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований	8		9
	<i>Владеть:</i> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований	8		9
ОПК-11	<i>Знать:</i> - основы научно-методической деятельности; - апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта; - методы научного анализа и обработки результатов исследований; - методы формулирования и представления обобщений и выводов.	2		2
	<i>Уметь:</i> - выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта - применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта; - интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности; - применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы	4		4
	<i>Владеть:</i> методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик	6		6
ПК-8	<i>Знать:</i> - истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; - медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в боксе; - санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта	2		2
	<i>Уметь:</i> - использовать на занятиях боксом знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки; - соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности			
	<i>Владеть:</i> - умениями осуществлять тренерскую деятельность в боксе с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки; - современными технологиями тренировки в боксе; - умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности			
ПК-9	<i>Знать:</i> - психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям боксом; - методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.	2		2
	<i>Уметь:</i> - использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта в практической	6		7

	работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям избранным видом спорта и воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции			
	<i>Владеть:</i> - умением формировать мотивацию к занятиям боксом; - методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции			
	<i>Знать:</i> - теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; - методики отбора и спортивной ориентации в боксе; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся	2		2
	<i>Уметь:</i> - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - определять предрасположенность к занятиям определенными видами спорта; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в боксе	4		4
<i>ПК-10</i>	<i>Владеть:</i> умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в боксе с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся			
	<i>Знать:</i> - федеральный стандарт спортивной подготовки по боксу, примерные программы подготовки по боксу; - закономерности становления спортивного мастерства и формирования адаптационных процессов в ведущих функциональных системах; - содержание тренировочного процесса на этапах детско-юношеского и массового спорта; - медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку на этапах детско-юношеского и массового спорта; - методы планирования тренировочного процесса	6		7
	<i>Уметь:</i> - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки)	6		7
<i>ПК-11</i>	<i>Владеть:</i> - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта; - информационными и компьютерными технологиями при разработке документов планирования; - навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности			
<i>ПК-13</i>	<i>Знать:</i> - виды и методы педагогического контроля и учета его результатов; - содержание и организацию педагогического контроля в боксе;	2		2

	- актуальные технологии управления состоянием спортсмена			
	<i>Уметь:</i> - разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; - пользоваться профессиональным инструментарием для сбора информации; - фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; - находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся	8		9
	<i>Владеть:</i> - способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию			
ПК-14	<i>Знать:</i> - основы теории и методики спортивной тренировки в боксе; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в боксе	2		2
	<i>Уметь:</i> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями бокса демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности	4		4
	<i>Владеть:</i> - в соответствии с особенностями бокса владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство			
ПК-15	<i>Знать:</i> - средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; - эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.	4		4
	<i>Уметь:</i> - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности	6		7
	<i>Владеть:</i> - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности; - средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности. - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия; - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия.			
ПК-26	<i>Знать:</i> - технологию составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем; - функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки; - методы составления финансовых документов.	2		2
	<i>Уметь:</i> - составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивной экипировки, инвентаря, оборудования; - осуществлять качественный уход за применяемыми в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем; - выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги;	8		8

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

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

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) Теория и методика избранного вида спорта (бокс) составляет 47 зачетных единиц, 1692 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	
Первый год обучения							
1.	Основы теории бокса	I					
1.1.	Введение в специальность. Компетенции		2	12	30		
1.2	Бокс в отечественной системе физического воспитания		2	14	30		
1.3	Классификация, систематика и терминология бокса		2	10	33		
2	Техника, тактика бокса.						
2.1	Техника бокса		4	14	35		
2.2.	Тактика бокса		4	16	35		
	Всего:	243	14	66	163	Зачет	
3.	Физические и психические качества боксера	II					
3.1	Физические качества боксера		4	14	20		
3.2.	Психические качества боксера		4	14	20		
4.	Методика построения занятий в боксе (общие основы)						
4.1.	Структура тренировочного занятия (общие основы). Направленность занятий		2	10	30		
4.2.	Типы и организация занятий		2	10	30		

5.	Соревнования в боксе. Физкультурно-оздоровительная работа с населением.						
5.1.	Организация и проведение соревнований. Правила соревнований		4	10	30		
5.2.	Бокс как средство физкультурно-оздоровительной работы с населением. Спортивно-массовые мероприятия		4	10	20		
6	Научно- и учебно-исследовательская работа студентов						
6.1.	Цели, задачи и организация учебно-исследовательской работы студентов		2	10	20		
			279	22	78	170	Экзамен
Итого:			522	36	144	333	9
Второй год обучения							
1.	Предпосылки рационального построения процесса обучения	III					
1.1.	Характеристика бокса в различных возрастных и квалификационных группах		2	10	6		
1.2.	Анатомо-физиологические и психические особенности представителей различных возрастных групп		2	8	6		
1.3.	Материальные условия занятий боксом		2	8	6		
2.	Теория и методика обучения						
2.1.	Основы обучения. Цели, задачи, методы обучения и воспитания боксеров-новичков		2	10	6		
2.2.	Этапы формирования и совершенствования двигательных навыков при обучении боксера-новичка		4	8	6		
2.3.	Особенности методики обучения технике и		2	8	5		

	тактике бокса						
2.4.	Методика проведения занятий физкультурно-оздоровительного и прикладного характера средствами бокса в подростковой и юношеской возрастных группах		2	10	5		
2.5.	Специфика тренировочных нагрузок в подготовке боксеров-юношей		2	10	5		
	Всего:	135	18	72	45		Зачет
3.	Организационные формы занятий боксом	IV					
3.1.	Организация работы секции бокса		2	10	10		
3.2.	Особенности работы секций бокса в вузах и колледжах		2	8	10		
3.3.	Бокс в системе фитнес-центров. Клубы профессионального бокса		2	8	10		
3.4.	Правила соревнований для боксеров-юношей		2	8	8		
3.5.	Спортивно-массовая и пропагандистская работа по боксу		2	10	8		
4.	Научно-исследовательская работа и УИРС						
4.1.	Научно-практические проблемы и перспективы НИР в технике и методике обучения и тренировки в боксе		2	8	10		
4.2.	Планирование и организация исследований в боксе			10	10		
4.3.	Методы и методики исследований в боксе		2	10	10		
	Всего:	171	14	72	76		
	Итого:	306	32	144	121	9	Экзамен
Третий год обучения							
1.	Теория и методика тренировки боксеров-юношей и юниоров	V					
1.1.	Основные средства и методы спортивной тренировки		4	12	26		

2.	Виды подготовки боксеров-юношей и юниоров					
2.1.	Моральная и специальная психическая подготовка боксеров-юношей и юниоров		4	10	26	
2.2.	Физическая подготовка боксеров-юношей и юниоров		6	12	26	
2.3.	Техническая и тактическая подготовка боксеров-юношей и юниоров		6	12	26	
2.4.	Интегральная подготовка боксеров-юношей и юниоров		4	10	28	
3.	Система спортивной тренировки юношей и юниоров					
3.1.	Цели, задачи и содержание тренировки		4	8	28	
		252	28	64	160	
		VI				
4.	Педагогическое мастерство тренера		1	4	8	
4.1.	Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера		1	4	10	
4.2.	Совершенствование знаний, умений в рассказе, показе и объяснении технико-тактических действий			4	9	
4.3.	Обучение и совершенствование технико-тактических действий на разных дистанциях		2	4	8	
4.4.	Проведение подготовительной, основной и заключительной частей занятий			6	10	
4.5.	Составление конспектов для проведения занятий по ОФП и СФП			6	8	
4.6.	Решение типовых задач подготовки как средство овладения			4	6	

	профессионально-педагогическими навыками						
4.7.	Секундирование в боксе		1	4	6		
4.8.	Судейство соревнований		1	4	6		
4.9.	Основы профилактики травм в боксе		1	4	10		
5.	Научно-исследовательская работа и УИРС						
5.1.	Экспериментально-исследовательская работа		1	4	6		
5.2.	Совершенствование навыков и умений тестирования			4	6		
Всего		162	8	52	93		Экзамен
		414	36	116	253	9	
Четвертый год обучения							
		VII					
1.	Характеристика системы подготовки квалифицированных спортсменов и направления ее совершенствования						
1.1.	Основные понятия и общая характеристика системы подготовки спортсмена. Система спортивных соревнований		2	6	15		
1.2.	Структура соревновательной деятельности. Направления совершенствования системы спортивной подготовки		2	6	15		
2.	Предпосылки рационального построения процесса спортивной тренировки						
2.1.	Адаптация в спортивной тренировке.		2	4	12		
2.2.	Нагрузка в спортивной тренировке		2	6	15		
3.	Техническая подготовка						
3.1.	Структура технической подготовленности		1	4	15		
3.2.	Методика технической		1	4	15		

	подготовки						
4.	Тактическая подготовка						
4.1.	Структура тактической подготовленности		1	6	15		
4.2.	Совершенствование тактической подготовленности		1	6	10		
5.	Физическая подготовка						
5.1.	Скоростные и силовые способности		1	6	10		
5.2.	Выносливость, гибкость, координационные способности		1	6	10		
6.	Психологическая подготовка квалифицированных спортсменов						
6.1.	Структура и совершенствование моральных и волевых качеств		2	4	20		
6.2.	Структура и совершенствование психических возможностей		2	4	20		
	Всего:	252	18	62	172		
		VIII					
7	Интегральная подготовка						
7.1.	Преимущественные направления интегральной подготовки			4	6		
8.	Структура тренировочного процесса квалифицированных спортсменов и методика построения его составляющих						
8.1.	Методика построения занятий		2	4	7		
8.2.	Методика построения микроциклов. Методика построения мезоциклов		1	4	6		
9.	Методика построения тренировочного процесса в макроциклах						
9.1.	Виды и структура макроциклов. Периодизация		1	2	6		

	тренировки в отдельном макроцикле						
9.2.	Суммарный объем и соотношение работы различной направленности в течение года и макроцикла		1	2	6		
10.	Структура многолетней подготовки						
10.1.	Структура многолетней подготовки и факторы ее определяющие		1	4	6		
10.2.	Тренировка на различных этапах многолетней подготовки		1	4	6		
10.3.	Направления интенсификации тренировочного процесса в ходе многолетней подготовки боксера		2	4	4		
10.4.	Динамика нагрузок и соотношение работы различной направленности в многолетней подготовке		1	4	6		
11.	Управление и контроль в спортивной тренировке						
11.1.	Основы управления и контроля		1	4	6		
11.2.	Моделирование в спортивной тренировке		2	4	6		
12.	Научно-исследовательская работа и УИРС						
12.1.	Научные исследования в боксе высших достижений		1	4	8		
12.2.	Структура ВКР, ее оформление		1	6	8		
13.	Дополнительные (внетренировочные и внесоревновательные) факторы в системе спортивной тренировки						
13.1.	Место соревнований, спортивный инвентарь и оборудование. Тренажеры, диагностическая и управляющая аппаратура		1	4	8		с
13.2.	Средства восстановления,		2	4	10		

	стимуляция работоспособности и адаптационных процессов						
	Всего	198	18	58	113		Экзамен
	Итого:	450	36	120	285	9	

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) Теория и методика избранного вида спорта (бокс) составляет 47 зачетных единиц, 1692 академических часа.

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	
Первый год обучения							
1 семестр							
1	Раздел 1. Основы теории бокса						
1.1.	Введение в специальность Компетенции			2	36		
1.2.	Бокс в отечественной системе физического воспитания			2	36		
1.3.	Классификация, систематика и терминология бокса		2	2	37		
2	Раздел 2. Техника, тактика бокса. Физические и психические качества боксера						
2.1.	Техника бокса			1	36		
2.2.	Тактика бокса			1	39		
	Всего за 1 семестр	194	2	8	184		Зачет
2 семестр							
	Тактика бокса			2			
3	Раздел 3. Физические и психические качества						

	боксера						
3.1.	Физические качества боксера		2	2	20		
3.2.	Психические качества боксера		2	2	20		
4	Раздел 4. Соревнования в боксе. Физкультурно-оздоровительная работа с населением.						
4.1.	Организация и проведение соревнований. Правила соревнований			2	20		
4.2.	Бокс как средство физкультурно-оздоровительной работы с населением. Спортивно-массовые мероприятия		2	2	20		
5	Раздел 5. Научно- и учебно-исследовательская работа студентов			4	19		
	Всего за 2 семестр	126	4	14	99		Экзамен
ИТОГО:		324	6	26	283	9	
Второй год обучения							
3 семестр							
1.	Предпосылки рационального построения процесса обучения						
1.1.	Характеристика бокса в различных возрастных и квалификационных группах		1	1	18		
1.2.	Анатомо-физиологические и психические особенности представителей различных возрастных групп		1	2	20		
1.3.	Материальные условия занятий боксом			1	18		
2.	Теория и методика обучения						
2.1.	Основы обучения. Цели, задачи, методы обучения и воспитания боксеров-новичков		0,5	2	16		
2.2.	Этапы формирования и совершенствования двигательных навыков при обучении боксера-новичка		0,5	2	18		
2.3.	Особенности методики обучения технике и тактике бокса			2	18		
2.4.	Методика проведения		0,5	2	18		

	занятий физкультурно-оздоровительного и прикладного характера средствами бокса в подростковой и юношеской возрастных группах						
2.5.	Специфика тренировочных нагрузок в подготовке боксеров-юношей		0,5	4	16		
	Всего за 3 семестр	162	4	16	142		Зачет
4 семестр							
3.	Организационные формы занятий боксом						
3.1.	Организация работы секции бокса			1	22		
3.2.	Особенности работы секций бокса в вузах и колледжах		1	2	23		
3.3.	Бокс в системе фитнес-центров. Клубы профессионального бокса		1	2	22		
3.4.	Правила соревнований для боксеров-юношей			2	20		
3.5.	Спортивно-массовая и пропагандистская работа по боксу			2	22		
4.	Научно-исследовательская работа и УИРС						
4.1.	Научно-практические проблемы и перспективы НИР в технике и методике обучения и тренировки в боксе			2	20		
4.2.	Планирование и организация исследований в боксе			2	20		
4.3.	Методы и методики исследований в боксе			5	22		
	Всего за 4 семестр:	198	2	16	171		Экзамен
	Итого:	360	6	32	313	9	
Третий год обучения							
5 семестр							
1.	Теория и методика тренировки боксеров-юношей и juniоров						
1.1.	Основные средства и методы спортивной тренировки			2	18		
2.	Виды подготовки боксеров-юношей и juniоров						

2.1.	Моральная и специальная психическая подготовка боксеров-юношей и юниоров		1	2	14		
2.2.	Физическая подготовка боксеров-юношей и юниоров			2	14		
2.3.	Техническая и тактическая подготовка боксеров-юношей и юниоров			2	14		
2.4.	Интегральная подготовка боксеров-юношей и юниоров			2	14		
3.	Система спортивной тренировки юношей и юниоров						
3.1.	Цели, задачи и содержание тренировки				14		
4.	Педагогическое мастерство тренера				14		
4.1.	Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера			2	14		
4.2.	Совершенствование знаний, умений в рассказе, показе и объяснении технико-тактических действий		1	2	14		
4.3.	Обучение и совершенствование технико-тактических действий на разных дистанциях			2	14		
	Всего за 5 семестр:	162	2	16	144		зачет
6 семестр							
4.4.	Проведение подготовительной, основной и заключительной частей занятий		1	2	13		
4.5.	Составление конспектов для проведения занятий по ОФП и СФП			2	14		
4.6.	Решение типовых задач подготовки как средство овладения профессионально-педагогическими навыками			2	12		
4.7.	Секундирование в боксе				8		
4.8.	Судейство соревнований		1	2	10		
4.9.	Основы профилактики травм в боксе		2		12		
5.	Научно-						

	исследовательская работа и УИРС						
5.1.	Экспериментально-исследовательская работа			2	12		
5.2.	Совершенствование навыков и умений тестирования			4	18		
	Всего:	126	4	14	99		Экзамен
	Итого	288	6	30	243	9	
Четвертый год обучения							
7 семестр							
1.	Характеристика системы подготовки квалифицированных спортсменов и направления ее совершенствования						
1.1.	Основные понятия и общая характеристика системы подготовки спортсмена. Система спортивных соревнований		0,5	2	27		
1.2.	Структура соревновательной деятельности. Направления совершенствования системы спортивной подготовки		0,5	2	27		
2.	Предпосылки рационального построения процесса спортивной тренировки						
2.1.	Адаптация в спортивной тренировке.		0,5	2	22		
2.2.	Нагрузка в спортивной тренировке		0,5	2	28		
3.	Техническая подготовка						
3.1.	Структура технической подготовленности			4	30		
3.2.	Методика технической подготовки			2	30		
	Всего за 7 семестр:	180	2	14	164		зачет
8 семестр							
4.	Тактическая подготовка						
4.1.	Структура тактической подготовленности		1	2	19		
4.2.	Совершенствование тактической подготовленности		1	2	20		
5.	Физическая подготовка						
5.1.	Скоростные и силовые		1	2	18		

	способности						
5.2.	Выносливость, гибкость, координационные способности			2	18		
6.	Психологическая подготовка квалифицированных спортсменов						
6.1.	Структура и совершенствование моральных и волевых качеств		1	2	20		
6.2.	Структура и совершенствование психических возможностей			2	18		
7.	Научно-исследовательская работа и УИРС			2	18		
	Структура ВКР, ее оформление			2	20		
	Всего за 8 семестр	180	4	16	151	9	экзамен
	Итого:	360	6	30	315	9	
Пятый год обучения							
9 семестр							
1	Интегральная подготовка						
1.1.	Преимущественные направления интегральной подготовки			2	20		
2.	Структура тренировочного процесса квалифицированных спортсменов и методика построения его составляющих						
2.1	Методика построения занятий		1	2	20		
2.2.	Методика построения микроциклов. Методика построения мезоциклов			2	20		
3	Методика построения тренировочного процесса в макроциклах						
3.1.	Виды и структура макроциклов. Периодизация тренировки в отдельном макроцикле		1	2	20		
3.2.	Суммарный объем и соотношение работы различной направленности в течение года и макроцикла			2	20		
4.	Структура многолетней						

	подготовки						
4.1.	Структура многолетней подготовки и факторы ее определяющие		1	2	18		
4.2.	Тренировка на различных этапах многолетней подготовки			2	16		
4.3.	Направления интенсификации тренировочного процесса в ходе многолетней подготовки боксера		1	2	12		
4.4.	Динамика нагрузок и соотношение работы различной направленности в многолетней подготовке			2	12		
	Всего за 9 семестр	180	4	18	158		зачет
10 семестр							
5.	Управление и контроль в спортивной тренировке						
5.1.	Основы управления и контроля		1	2	21		
5.2.	Моделирование в спортивной тренировке			2	20		
6	Научно-исследовательская работа и УИРС						
6.1.	Научные исследования в боксе высших достижений		1	2	20		
6.2.	Структура ВКР, ее оформление			2	20		
7	Дополнительные (внетренировочные и внесоревновательные) факторы в системе спортивной тренировки						
7.1.	Место соревнований, спортивный инвентарь и оборудование. Тренажеры, диагностическая и управляющая аппаратура		2	2	20		
7.2.	Средства восстановления, стимуляция работоспособности и адаптационных процессов			2	20		
7.3.	Апробация ВКР			8	26		
	Всего за 10 семестр:	180	4	20	147		Экзамен
	Итого:	360	8	38	305	9	

ПРОГРАММНЫЙ МАТЕРИАЛ

1 КУРС

1. Основы теории бокса

1.1. Введение в специальность. Компетенции

Лекция

Зарождение бокса: первые кулачные бои на острове Крит, в Сирии, в Египте, в Греции и Риме: археологические раскопки – свидетели 5-тысячелетней истории кулачных боев. Кулачные бои на древних Олимпийских играх (688 год до н.э. XXIII О.И.). Примитивные правила кулачных боев, первые примитивные прообразы перчаток, цестусы, отсутствие весовых категорий, тренировки в палестрах. Жестокие кулачные бои в Римскую эпоху, запрещение Олимпийских игр в 394 г. н.э. императором Феодосией, возрождение кулачных боев в Англии в XIX веке. Совершенствование правил маркизом Квинсберри: введение весовых категорий, ограничение времени боя, новые перчатки. Возрождение Олимпийских игр в 1896 году в Афинах по инициативе французского педагога и общественного деятеля Пьера де Кубертена. Включение бокса в программу III Олимпийских игр в 1904 г. Зарождение и развитие бокса в России в начале XX века. Кулачные бои. Российские боксеры на XV Олимпийских играх 1952 г. Достижения российских боксеров на Олимпийских Играх. Выдающиеся боксеры России. Боксеры России на чемпионатах Европы и мира. Кафедра теории и методики бокса и бокса РГУФКСМиТа. Динамика формулы боя и количества весовых категорий как характеристика изменений в правилах и подходах к виду спорта.

Общекультурные и профессиональные компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (бокс)».

Практическое занятие

Введение в специальность. Краткие исторические сведения о боксе. Сообщения, доклады студентов по вопросам темы.

История бокса. Зарождение бокса. Бокс на древних Олимпийских играх.

Правила кулачных боев.

Совершенствование правил. Бокс на современных Олимпийских играх. Формула боя и ее динамика. Бокс в России. Боксеры России на чемпионатах Европы и мира. Кафедра ТИМ бокса и бокса РГУФКСМиТа.

Самостоятельная работа

Ознакомиться со справочной и мемуарной литературой по боксу. Написание рефератов по теме «История бокса».

1.2. Бокс в отечественной системе физического воспитания

Лекция

Классификация видов спорта, условное разделение всех видов спорта на 5 групп: абстрактно-логическое обыгрывание; моделирование; использование оружия; управление средствами передвижения; активно-двигательная деятельность. 5 подгрупп активно-двигательной деятельности: скоростно-силовые виды; циклические; спортивные игры; многоборья; единоборства. Характеристика бокса как вида спорта: четко регламентированная соревновательная деятельность (правилами, формулой боя, весовыми категориями); тренировочная деятельность; популярность и зрелищность бокса благодаря средствам массовой информации; фильмы и книги о боксе и боксерах. Бокс как средство воспитания: воспитание физических и психических качеств; воспитание свойств личности и характера; нравственное воспитание. Разновидности бокса, их характеристика, отличительные особенности; профессиональный бокс; женский бокс; управление развитием бокса: государственные и общественные органы руководства; Федеральное агентство по физической культуре, спорту; Олимпийский комитет; Федерация бокса России, тренерский совет, коллегия судей, комиссии Федерации.

Практические занятия

Общие основы теории бокса. Бокс в отечественной системе физического воспитания. Сообщения, доклады студентов по теме.

Характеристика бокса как вида спорта. Бокс как средство воспитания. Разновидности бокса. Управление развитием бокса.

Бокс в системе фитнес-центров, лечебно-оздоровительный бокс.

Бокс в высших учебных заведениях как средство физвоспитания.

Самостоятельная работа

Ознакомиться с работой федерации бокса: города, республики, общества и состоянием бокса в регионе; успехи, проблемы.

1.3. Классификация, систематика и терминология бокса

Лекция

Определение понятий «классификация», «систематика», «терминология». Развитие и основные принципы построения классификации, систематики, терминологии. Классификация элементов техники бокса: боевых стоек, ударов, передвижений, защит, боевых дистанций. Основные термины бокса. Требования к отечественной терминологии. Международная терминология, иностранные термины в боксе. Систематика в технике бокса. Классификация спортсменов по возрастным группам, весовым категориям и спортивным разрядам.

Практические занятия

Классификация, систематика и терминология бокса. Сообщения, доклады студентов по вопросам темы.

Классификация техники бокса. Классификация тактики бокса. Классификация средств и методов подготовки. Классификация соревнований. Спортивная классификация.

Система спортивной подготовки в боксе. Система соревнований. Система средств восстановления в боксе.

Терминология бокса: отечественная и иностранная. Специфика терминологии профессионального бокса.

Самостоятельная работа

Изучить иностранную терминологию бокса: стойки, удары, передвижения, защиты. Написание рефератов по теме «Классификация, систематика и терминология бокса».

2. Техника, тактика бокса.

2.1. Техника бокса

Лекции

Общие понятия о технике бокса как совокупности приемов защиты и нападения. Определение техники бокса. Техника как система движений боксера, критерии (количественные и качественные) эффективности техники. Стабильность и вариативность техники, ее стилевые особенности. Техника ударов, защит, контрударов и ложных действий на дальней, средней и ближней дистанциях. Техника комбинированных действий. Особенности техники боксеров-левшей и ведущих бой с ними.

Практические занятия

Общие понятия о технике бокса. Классификация и характеристика основных элементов боксерской техники: боевой стойки, передвижений, ударов, защит. Характеристика боевых дистанций – дальней, средней и ближней. Индивидуальные особенности техники. Техника ударов, защит в зависимости от дистанции боя.

Особенности техники боксеров-юношей.

Особенности сбора информации о показателях техники. Влияние правил бокса на технику. Индивидуальные варианты техники бокса. Анализ техники бокса сильнейших отечественных и зарубежных мастеров ринга.

Понятие о технической подготовленности боксеров. Биомеханический, физиологический и психолого-педагогический аспекты спортивной техники. Взаимосвязь техники и физиологической, и интеллектуальной подготовки боксеров.

Основные элементы боксерской техники: боевая стойка, ее определение, назначение. Факторы, обуславливающие боевую стойку.

Передвижения. Виды передвижений в боксе и техника их выполнения в зависимости от влияния различных факторов. Боевые дистанции, их определение и характеристики.

Удары. Их различия, определяемые видом удара, целью нанесения ударов. Положение кулака при выполнении ударов. Понятие о наиболее уязвимых местах на теле человека. Необходимость защиты.

Виды защит: с помощью рук, ног, туловища, активная и пассивная защиты, комбинированные виды защит.

Техника боевых действий на дальней дистанции.

Атаки и контратаки ударами при упражнениях в условном и вольном боях с партнером. Атаки и контратаки разнотипными ударами. Совершенствование защитных действий в условном бою с партнером: произвольное применение различных видов защит от прямых ударов правой и левой в голову и туловище (удары одиночные, двойные, серийные); то же с применением контрударов.

Техника боевых действий на средней дистанции.

Совершенствование подготовительных действий на средней дистанции; совершенствование комбинированных защит.

Техника боевых действий на ближней дистанции.

Сообщения, доклады студентов по отдельным вопросам в соответствии с планом занятия.

Самостоятельная работа

Изучение литературы, кинограмм, кинокольцовок, слайдов. Изучение техники ведущих боксеров и написание рефератов по анализу их техники.

2.2. Тактика бокса

Лекция

Основные понятия. Тактика как искусство ведения боя на ринге. Значение тактики для достижения успеха. Планирование боя. Элементы тактики: разведка, принятие и проведение решений, страховка от неожиданности и случайности. Характеристика тактических задач на ринге. Тактические ситуации в бою. Тактика, тактическое мышление боксера и его слагаемые: способность быстро воспринимать и перерабатывать информацию,

прогнозировать действия соперника, находить оптимальные варианты тактических решений.

Практические занятия

Оценка эффективности тактики. Взаимосвязь техники, тактики и физической подготовленности. Тактические действия боксера: наступательные и оборонительные (маневрирование, финты, атаки, защиты и контратаки). Тактические особенности ведения боя на дальней, средней и ближней дистанциях. Тактическая организация боя: предварительное планирование боя и его реализация. Характеристика манер боя, типы боксеров: нокаутеры, темповики, технически искусные боксеры, атакующий боксер, предпочитающий контратаки, боксер-левша.

Совершенствование тактики разведывательного, наступательного и оборонительного боя на всех дистанциях: подготовительные действия, разведывательные действия, дистанционный маневр, фронтальный маневр. Совершенствование индивидуальной манеры ведения боя и способы противодействия ей, бой против боксера-темповика, технически искусного боксера, боксера, предпочитающего контратаки, боксера, бурно атакующего сильными ударами, боксера-универсала, против боксера-левши, левши против правши, левши против левши.

Условный бой как основной методический прием в техническом совершенствовании боксера. Условный бой по совершенствованию технико-тактических действий прямыми, боковыми и ударами снизу на дальней, средней и ближней дистанциях. Совершенствование защит.

Вольный бой на различных дистанциях с установкой на переигрывание партнера в технике.

Самостоятельная работа

Сравнительный анализ тактики ведения боя представителями различных школ бокса, написание рефератов по теме «Тактика бокса».

3. Физические и психические качества боксера

3.1. Физические качества боксера

Лекция

Основные понятия о работоспособности в боксе. Физические качества боксера: сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость, вестибулярная устойчивость, «перенос» физических качеств. Характеристика физических качеств боксера.

Сила. Характер усилий, применяемых в боксе в зависимости от индивидуальных манер ведения боя и боевых ситуаций. Специфичность силы и силовой выносливости в боксе. Количественные показатели силы боксера.

Быстрота. Основные формы ее проявления в боксе. Требования к быстроте простого и сложного реагирования, быстроте отдельных и серийных ударов, темпу их нанесения. Взаимосвязь быстроты и точности.

Выносливость. Ее определение. Общая и специальная выносливость, их взаимосвязь, «перенос» выносливости. Физиологические механизмы выносливости. Критерии выносливости.

Координационные способности (ловкость). Общие понятия. Проявление координационных способностей в боксе в зависимости от индивидуальной манеры ведения боя и ситуаций, возникающих на ринге.

Гибкость. Ее характеристика, факторы, обуславливающие проявление гибкости. Гибкость боксера, ее проявление.

Вестибулярная устойчивость. Общее понятие, проявление в деятельности боксера.

Воспитание физических качеств. Средства и методы воспитания физических качеств. Специфичность проявления физических качеств в боксе и особенности их воспитания.

Практические занятия

Методика воспитания силы аналитическим и целостным методами. Место силовых упражнений в одном занятии.

Методы и средства совершенствования простых и сложных реакций, быстроты отдельных и серийных ударов, темпа нанесения ударов. Круговой метод воспитания скоростных качеств.

Методы и средства воспитания общей и специальной выносливости.

Применение игровых видов спорта для воспитания ловкости, гибкости, вестибулярной устойчивости.

Воспитание силы боксера (динамическая сила, взрывная сила, быстрая сила, медленная сила).

Воспитание быстроты (общей быстроты, специальной быстроты, простая реакция, сложная реакция).

Воспитание выносливости (общая выносливость, специальная выносливость).

Воспитание ловкости (общая ловкость, специальная ловкость).

Воспитание гибкости (общая гибкость, специальная гибкость).

Воспитание вестибулярной устойчивости.

Самостоятельная работа

Ознакомление с системой воспитания физических качеств в других видах спорта: по литературным данным и посредством визуальных наблюдений. Написание рефератов по воспитанию физических качеств.

3.2. Психические качества боксера

Лекции

Значение психических качеств в мастерстве боксера. Обусловленность уровня и характера развития психических качеств боксера спецификой двигательной и спортивной деятельности. Особенности развития психических процессов: воспитания, мышления, внимания.

Особенности сенсомоторики простых и дизъюнктивных реакций, антиципирующих реакций переключения. Специфические особенности направленности личности и мотивации эмоциональных качеств. Данные об особенностях нервной системы. Характеристика типовых психических состояний в условиях тренировки, состязаний. Понятие о психической устойчивости, о подготовленности боксеров. Динамика психической подготовленности.

Практические занятия

Воспитание психических качеств боксера, формирование его личности, воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости, инициативности, уверенности в своих силах, смелости и решительности.

Совершенствование специализированных качеств боксера: чувства удара, чувства времени, внимания, мышления, чувства дистанции, ориентировки на ринге, свободы движений (усилий).

Воспитание способности к саморегуляции психического состояния: способности к снижению психической напряженности, способности к повышению уровня возбуждения.

Использование вспомогательных средств для развития восприятий, а также приборов срочной информации об особенностях выполнения движений.

Психологическая подготовка к состязаниям. Три типа психологической подготовки: психологическая подготовка в процессе тренировки; психологическая настройка к бою с определенным противником; воздействие на психику боксера во время секундирования.

Волевая подготовка. Понятие о волевой подготовке, требования к волевым качествам боксера.

Сообщения и доклады студентов по отдельным вопросам темы в соответствии с планом занятий.

Самостоятельная работа

Ознакомление с литературой и написание рефератов по психологической подготовке боксеров и представителей других видов спорта.

Иметь представление об аутогенной тренировке.

4. Методика построения занятий в боксе (общие основы)

4.1. Структура тренировочного занятия (общие основы).

Направленность занятий

Лекции

Факторы, определяющие структуру занятия: цель и задачи, закономерные колебания функциональной активности организма в процессе мышечной деятельности, величина нагрузки, особенности и сочетание упражнений. Режим работы и отдыха. Ситуативные факторы.

Вводно-подготовительная часть занятия. Основная часть занятия. Заключительная часть занятия.

Основные занятия, дополнительные занятия.

Занятия избирательной направленности. Занятия комплексной направленности (с последовательным и параллельным решением задач). Сочетание занятий избирательной и комплексной направленности.

Нагрузка в занятии: большая нагрузка, значительная нагрузка, средняя нагрузка, малая нагрузка.

Практические занятия

Вводно-подготовительная часть как непосредственная подготовка спортсменов к выполнению программы основной части занятия. Формирование предстартового состояния. Общая и специальная часть разминки. Продолжительность разминки. Подбор упражнений в зависимости от индивидуальных особенностей спортсмена, характера предстоящей работы, условий внешней среды.

Основная часть занятия как условие повышения специальной физической и психической подготовленности, совершенствования оптимальной техники и тактики.

Заключительная часть занятия как условие приведения организма спортсмена в состояние близкое к дорабочему и как условие интенсивного протекания восстановительных процессов.

Самостоятельная работа

Составление конспектов для проведения вводно-подготовительной, основной и заключительной частей занятия.

Изучение вариантов занятий в исполнении тренеров и спортсменов высокой квалификации.

4.2. Типы и организация занятия

Лекция

Типы занятий: учебное занятие, учебно-тренировочное, тренировочное, восстановительное, модельное, контрольное, индивидуальное занятие.

Формы организации занятий: индивидуальная, групповая, фронтальная, свободная.

Организационно-методические формы занятий как средство повышения их эффективности.

Стационарная и круговая формы проведения тренировочных занятий.

Практическое занятие

Освоение элементов техники, рациональных тактических схем, технико-тактических комбинаций.

Усвоение теоретических знаний в области тренировочной и соревновательной деятельности.

Характеристика учебного занятия со стороны умений, навыков, знаний, подлежащих усвоению, контроля со стороны тренера, самоконтроля качества освоения материала.

Характеристика тренировочного занятия: направленность на осуществление различных видов подготовки, повторение хорошо освоенных упражнений. Тренировочное занятие как решение задач физической подготовки, закрепление разученных вариантов техники и тактики. Удельный вес занятий этого типа в процессе многолетней подготовки, в годичной подготовке, в макроцикле.

Учебно-тренировочное занятие как промежуточный тип занятия. Учебно-тренировочное занятие в процессе многолетней подготовки, в годичном цикле.

Восстановительные занятия: их характеристика со стороны суммарного объема работы, ее разнообразия и эмоциональности. Широкое применение игрового метода. Стимулирование восстановительных процессов после больших нагрузок как задача восстановительных занятий.

Модельные занятия как интегральная форма подготовки к основным соревнованиям. Особенности модельных занятий: строгое соответствие программе соревнований и их регламенту, составу и возможностям возможных участников.

Контрольное занятие как средство оценки эффективности различных видов подготовки. Планирование контрольных занятий. Требования к построению контрольных занятий: четкая постановка задач, адекватный им состав программ, строгое их выполнение. Идентичность.

Самостоятельная работа

Составление конспектов учебного, учебно-тренировочного и тренировочного занятия. Ознакомление с вариантами проведения занятий в исполнении тренеров высокой квалификации, на материале спортсменов различного возраста и квалификации. Изучение и анализ различных типов и форм проведения занятий по материалам видеозаписей, учебных фильмов, литературы.

5. Соревнования в боксе.

Физкультурно-оздоровительная работа с населением

5.1. Организация и проведение соревнований.

Правила соревнований

Практические занятия

Значение соревнований: соревнования как главная форма организации спорта; подведение итогов спортивной работы; стимулирование роста спортивного мастерства; пропагандистская и воспитательная ценность соревнований.

Правила соревнований, их эволюция и влияние на технику и тактику боксерских поединков. Значение соревнований, виды соревнований, жеребьевка, определение победителя.

Виды и характер соревнований. Участники соревнований. Функции судейского персонала боксерских поединков. Проведение турнирных

состязаний: взвешивание, жеребьевка, составление пар. Определение победителя в боксе, характер присуждения победы.

Судейская записка. Требования к ее заполнению. Вспомогательные очки, методики их подсчета. Определение победителя. Функция рефери, команды, жесты.

Совершенствование умений, навыков в судействе соревнований типа «Открытый ринг».

Выполнение обязанности судьи при участниках, секретаря соревнований, бокового судьи, судьи на ринге. Получение навыков ведения судейской документации.

Самостоятельная работа

Изучить способы жеребьевки и принципы составления графиков соревнований для различного количества участников при разных системах проведения соревнований (после первого, второго поражения, круговая).

5.2. Бокс как средство физкультурно-оздоровительной работы с населением. Спортивно-массовые мероприятия

Лекция

Бокс как средство физкультурно-оздоровительной работы с населением. Бокс как средство оздоровления и профессиональной подготовки. Бокс как составляющая спортивно-зрелищных и спортивно-массовых мероприятий. Показательные выступления боксеров. Демонстрация техники, тактики и других возможностей бокса.

Пропаганда и агитация здорового образа жизни средствами бокса.

Положительное влияние занятий боксом на организм и психику человека.

Практические занятия

Особенности подбора и использования характерных для бокса упражнений в качестве средств физкультурно-оздоровительной работы с населением.

Характеристика и состав упражнений.

Упражнения для развития быстроты реакции, быстроты и темпа

движений. Совершенствование передвижений, защитных действий и реакции с помощью теннисных мячей. Имитация ударных и защитных действий с подручными отягощениями (камнями, палками и др.), со скакалкой, резиновыми амортизаторами.

Скоростно-силовые упражнения и игры с набивными мячами. Парные упражнения: на сопротивление, в толчках, борьба в боксерской стойке, салки руками, ногами, плечами и т.д. Выполнение ударов снизу и боковых в воде.

Передвижения, защиты. Удары после выполнения акробатических упражнений (кувырков, поворотов и т.д.), нанесение серий ударов (прямых, боковых, снизу) в воздухе (после прыжка вверх), с изменением направления.

Составить перечень упражнений для развития быстроты реакции, быстроты и темпа движений. Уметь их выполнять. Знать и уметь показать и объяснить подвижные игры, скоростно-силовые упражнения, упражнения и игры с различными предметами (мячами, камнями и т.д.) с включением элементов бокса.

Техника и тактика бокса как составляющая профессиональных умений и навыков.

Организация показательных выступлений, любительских, коммерческих и профессиональных боев.

Самостоятельная работа

Массовые выступления боксеров.

Составление сценария спортивного мероприятия на материале бокса (день бокса, праздник бокса и т.д.).

6. Научно- и учебно-исследовательская работа студентов

6.1. Цели, задачи и организация учебно-исследовательской работы

студентов

Лекция

Значение УИРС в учебном процессе. Организация научной работы студентов-боксеров. Изучение теоретических основ НИР. Изучение методов исследования. Требования теоретических основ НИР. Требования к

выполнению учебно- и научно-исследовательских работ. Участие в работе СНО. Навыки изучения и анализа учебно- и научно-методической литературы.

Состояние и перспективы научно-исследовательской работы в боксе

Этапы и структура научно-исследовательской работы

1. Введение. 2. Литературный обзор. 3. Задачи, методы и организация исследования. 4. Результаты исследования. 5. Обсуждение полученных результатов. 6. Выводы и практические рекомендации. 7. Список использованной литературы. 8. Приложения.

Внедрение результатов научно-исследовательской работы в практику. Интеграция научных и практических данных.

Практические занятия

Аннотация литературных источников. Составление плана научного исследования. Методики изучения физических качеств спортсмена, особенностей психики, реакции на нагрузку, характеристик соревновательной деятельности. Экспертная оценка в практике научных исследований. Математико-статистические методы. Составление опросников и планов интервью. Изучение соревновательного опыта спортсменов. Обобщение данных. Индивидуальные и индивидуально-групповые характеристики спортсмена. Особенности проведения тестирования в различных квалификационных и возрастных группах. Консультирование по результатам тестирования. Коррекция программ подготовки. Результаты тестирования как средство воздействия на спортсмена.

Самостоятельная работа

Изучение литературных источников по различным вопросам спортивной подготовки. Просмотр, анализ и оценка любительских и профессиональных поединков. Написание рефератов по методам исследования. Опрос и интервьюирование спортсменов различного уровня квалификации. Составление индивидуальных и индивидуально-групповых характеристик спортсменов.

2 КУРС

1. Предпосылки рационального построения процесса обучения

1.1. Характеристика бокса в различных возрастных и квалификационных группах

Лекция

Возрастные и квалификационные группы в боксе. Юношеский, юниорский, взрослый бокс. Особенности правил соревнований для юношей, юниоров, взрослых боксеров. Возрастные и квалификационные группы в профессиональном боксе. Критерии разделения боксеров на квалификационные группы. Особенности соревновательной деятельности боксеров – представителей различных возрастных и квалификационных групп. Особенности соревновательной деятельности в профессиональном боксе. Особенности тренировочных и соревновательных нагрузок в любительском и профессиональном боксе в зависимости от особенностей возрастной и квалификационной группы.

Практические занятия

Организация подготовки боксеров-юношей, юниоров, боксеров взрослой квалификационной группы. Особенности организации подготовки в профессиональном боксе. Характеристика правил соревнований для боксеров – представителей различных квалификационных и возрастных групп. Правила соревнований в профессиональном боксе.

Характеристика тренировочных и соревновательных нагрузок в любительском и профессиональном боксе.

Правила и объем медицинских обследований в различных квалификационных и возрастных группах. Лицензии в профессиональном боксе. Лицензия судьи, боксера, промоутера. Требования к получению лицензии.

Самостоятельная работа

Изучение литературы касательно критериев деления на возрастные и квалификационные группы, организации подготовки боксеров – любителей и профессионалов. Характеристика особенностей соревновательной деятельности по материалам анализа видеозаписей.

1.2. Анатомо-физиологические и психические особенности представителей различных возрастных групп

Лекция

Анатомо-физиологические особенности боксеров юношеской возрастной группы. Психические особенности боксеров юношеской возрастной группы. Требования к тренировочным и соревновательным нагрузкам, вытекающие из характерных особенностей данного возраста.

Практические занятия

Анатомо-физиологические особенности боксеров юниорской возрастной группы. Психические особенности боксеров юниорской возрастной группы. Требования к тренировочным и соревновательным нагрузкам, вытекающие из характерных особенностей данного возраста.

Анатомо-физиологические особенности боксеров взрослой возрастной группы. Психические особенности боксеров взрослой возрастной группы. Требования к тренировочным и соревновательным нагрузкам, вытекающие из характерных особенностей данного возраста.

Индивидуально-типические особенности подготовки, обусловленные характерными анатомо-физиологическими и психологическими параметрами.

Анатомо-физиологические и психические особенности спортсмена как условие индивидуализации процесса обучения и спортивного совершенствования.

Самостоятельная работа

Изучение литературы и подготовка к контрольным работам по темам: «Анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности боксеров юношей, юниоров, боксеров высокой квалификации».

Учет индивидуальных особенностей при организации занятий, комплектовании групп, построении занятий, реализации принципа индивидуального подхода.

1.3. Материальные условия занятий боксом

Лекция

Характеристика крупнейших специализированных залов для проведения учебно-тренировочных занятий по боксу. Инвентарь и оборудование залов для проведения учебно-тренировочных занятий по боксу. Табель основного спортивного инвентаря.

Практические занятия

Техника безопасности при занятиях в залах бокса.

Санитарно-гигиенические нормы и требования к местам занятий. Правила обращения со спортивным оборудованием.

Экипировка боксера применительно к тренировочным занятиям различной направленности и соревнованиям.

Права и обязанности руководителя спортивных баз по обеспечению техники безопасности.

Эксплуатация помещений, штаты, пропускная способность, арендные ставки, проектно-сметная документация, особенности ухода и эксплуатации.

Технические, коммерческие и учебно-методические вопросы эксплуатации.

Самостоятельная работа

Ознакомление со спортивным инвентарем и различным оборудованием, поставляемым ведущими отечественными и иностранными производителями.

Ознакомление с оборудованием и порядком эксплуатации ведущих залов бокса региона.

Ознакомление с оборудованием, порядком эксплуатации и организацией работы по боксу в ведущих фитнес-центрах.

Ознакомление с оборудованием, порядком эксплуатации и организацией работы по боксу в профессиональных клубах бокса.

2. Теория и методика обучения

2.1. Основы обучения. Цели, задачи, методы обучения и воспитания

боксеров-новичков

Лекция

Цели и задачи обучения и воспитания боксеров-новичков. Понятие об

обучении и спортивной тренировке. Обучение, тренировка и воспитание как единый педагогический процесс. Особенности подбора и распределение средств общей и специальной физической подготовки боксера-новичка. Организация показа упражнений. Способы разучивания их (целостный и расчлененный). Формы организации занятий (групповая, индивидуальная, урочная и самостоятельная). Фронтальный и индивидуальный способы обучения. Методы обучения: словесный, наглядный, практический, взаимосвязь дидактических принципов.

Методика обучения технике прямых ударов, ударов снизу и боковых ударов и защит от них. Методика обучения атакам и контратакам прямыми ударами на дальней дистанции и защитным действиям от них. Типичные ошибки при обучении и способы их устранения. Особенности учебно-спортивной и воспитательной работы в различных возрастных группах новичков.

Практические занятия

Принципы обучения. Цели, задачи, методы обучения боксеров-новичков. Характеристики типовых занятий по освоению техники и тактики бокса, развитию физических качеств, совершенствованию морально-волевых параметров спортсмена.

Объем и интенсивность нагрузок.

Подготовительные соревнования. Количество проводимых боев как характеристика соревновательной нагрузки.

Самостоятельная работа

Изучение вопросов касательно цели и задач воспитания средствами бокса.

Изучение вопросов методики обучения технике и тактике бокса.

Самостоятельное изучение литературы, касающейся вопросов методики и особенностей техники и тактики бокса (в т.ч. в иностранной литературе).

Просмотр и изучение видеофильмов по различным вопросам методики обучения технике и тактике бокса на начальных этапах подготовки.

2.2. Этапы формирования и совершенствования двигательных навыков при обучении боксера-новичка

Лекции

Этап начального разучивания. Создание и формирование установки. Ознакомление. Методические приемы разучивания. Предупреждение и устранение ошибок. Характерные ошибки. Основные причины ошибок. Специальные игровые упражнения в обучении юных боксеров.

Этап углубленного разучивания. Метод целостного упражнения. Аналитический метод демонстрации. Контроль и оценка эффективности обучения. Последовательность распределения средств подготовки боксера-новичка.

Этап закрепления и совершенствования навыков. Метод повторного упражнения. Метод вариативности действия. Перестройка техники двигательного действия. Контроль и оценка эффективности, автоматизированности навыка. Применение технических средств обучения: тренажеров, средств срочной информации. Контрольные оценки подготовленности боксера-новичка. Участие в состязаниях как продолжение учебного процесса. Задачи спортивной подготовки боксеров-юношей 12–13 и 14–15 лет.

Практические занятия

Характеристика этапа создания представления о двигательном действии и формирования установки на обучение. Словесные и наглядные методы. Формирование первоначального действия.

Ориентация на овладение основами техники и общим ритмом движений. Устранение лишних движений и излишних мышечных напряжений. Концентрация процесса формирования начального действия во времени.

Метод расчлененного упражнения как основной при освоении двигательного действия. Использование ориентиров, позволяющих формировать рациональную технику.

Самостоятельная работа

Этапы и фазы формирования двигательного навыка. Соблюдение

дидактических принципов при обучении. Влияние физической подготовленности на скорость формирования двигательного навыка. Взаимосвязь метода слова и метода показа. Двигательный навык как доведенное до автоматизма умение решать тот или иной вид двигательной задачи.

Изучение зарубежных литературных источников и кино-, фото- и видеоматериалов, иллюстрирующих процесс формирования двигательного навыка на материале отдельных ударов, защит и их комбинаций.

Изучение опыта ведущих тренеров по обучению технике и тактике бокса. Просмотр занятий соответствующего содержания.

2.3. Особенности методики обучения технике и тактике бокса

Лекции

Особенности методики обучения технике бокса. Классификация ударов и защит как условие последовательного изучения техники бокса. Особенности методики обучения технике нападения и обороны. Приемы обороны и нападения как составляющая методики обучения технике бокса.

Методика обучения технике боя на различных дистанциях.

Методика обучения разведывательной, оборонительной, наступательной формам боя.

Методика обучения тактическим действиям. Подготовительные, разведывательные, обманные действия как содержание тактической подготовки. Методика обучения маневрированию (дистанционный, фронтальный, фланговый маневры).

Атака и контратака в боксе. Методика обучения.

Индивидуальное в технике и тактике бокса. Формирование индивидуальной манеры ведения боя. Методика развития тактического мышления.

Минимальный объем техники и тактики, позволяющий вести поединок с соперниками своего уровня подготовленности.

Практические занятия

Проведение занятий по ОФП и СФП боксеров-новичков. Проведение занятий, направленных на обучение основным положениям боксера, передвижениям, положениям кулака в момент различных ударов.

Проведение занятий, направленных на обучение технике и тактике нанесения:

- прямых ударов левой в голову и туловище и защитам от них,
- прямых ударов правой в голову и туловище и защитам от них,
- боковых ударов левой в голову и туловище и защитам от них,
- ударов снизу в голову и туловище и защитам от них.

Проведение занятий, направленных на обучение технике и тактике нанесения комбинаций различных ударов и защитам от них.

Проведение занятий, направленных на изучение тактических форм ведения боя.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение литературы по вопросам методики обучения технике и тактике бокса.

Самостоятельное изучение литературы по вопросам содержания обучения технике и тактике бокса.

Просмотр учебно-методических фильмов по методике обучения технике и тактике бокса.

Просмотр занятий, направленных на изучение техники и тактики бокса в исполнении ведущих тренеров.

2.4. Методика проведения занятий физкультурно-оздоровительного и прикладного характера средствами бокса в подростковой и юношеской возрастных группах

Лекции

Организационно-методические особенности комплектования, обучения подготовленных групп и групп начальной подготовки в спортклубах, секциях бокса, фитнес-центрах. Особенности воспитания у подростков и юношей физических качеств специальной направленности: координации, силы,

быстроты, выносливости, гибкости, равновесия. Методы комплексного развития физических качеств. Формы организации и проведения массовых соревнований с подростками и юношами с применениями элементов специальных ударных действий и защит. Формы и методы врачебного контроля групп.

Методика проведения занятий физкультурно-оздоровительного характера средствами бокса.

Лечебно-оздоровительный бокс.

Практические занятия

Общеразвивающие и специальные упражнения.

Техника выполнения и дозировка.

Гимнастические упражнения для отдельных мышечных групп: рук, ног, туловища; темп выполнения в движении и на месте, индивидуально и с партнером, без предметов и с различными предметами. Упражнения для формирования осанки (правильной), расслабление, акробатические упражнения.

Дозирование нагрузок в зависимости от возраста и квалификации занимающихся.

Техника выполнения различных ударов и защит, тактические приемы.

Особо зрелищные элементы техники и тактики бокса.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение особенностей комплектования групп в клубах, секциях бокса, фитнес-центрах. Коммерческие группы как одна из форм занятий боксом.

Изучение литературы по вопросам методики проведения занятий физкультурно-оздоровительного и прикладного характера средствами бокса.

Изучение кино- и фотоматериалов по вопросам особенностей бокса, применяемого в физкультурно-оздоровительных целях.

2.5. Специфика тренировочных нагрузок в подготовке боксеров-юношей

Лекции

Характеристики тренировочных нагрузок. Внешняя и внутренняя сторона нагрузки. Малые, большие, чрезмерные нагрузки. Их симптомы.

Интенсивность тренировочных нагрузок. Объем тренировочных нагрузок. Соотношение объема и интенсивности нагрузок в подготовке.

Учет тренировочных нагрузок. Классификация средств тренировки по их интенсивности в баллах.

Методы регистрации объема и интенсивности нагрузки. Заключение по результатам их изучения.

Практические занятия

Компоненты тренировочной нагрузки, определяющие направленность и величину воздействия. Характер упражнений, интенсивность работы при их выполнении, продолжительность работы, продолжительность и характер интервалов отдыха между отдельными упражнениями, число упражнений.

Упражнения общего, частичного и локального воздействия.

Зоны интенсивности.

Проведение занятий различной направленности и содержания применительно к задачам подготовки и особенностям контингента занимающихся.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение литературы, видеоматериалов, касающихся специфических особенностей применения тренировочных нагрузок в подготовке боксеров-юношей.

Написание конспектов тренировок различной направленности.

3. Организационные формы занятий боксом

3.1. Организация работы секции бокса

Лекции

Набор в секцию бокса. Организационные мероприятия по набору в секцию бокса. Организация медицинского контроля. Использование различных форм рекламы с целью вовлечения населения в регулярные занятия боксом. Использование Интернет-ресурсов. Набор в секцию бокса по Интернету.

Составление проспектов и планов работы секции бокса как условие эффективного набора групп занимающихся. Подготовка места занятий боксом.

Практические занятия

Организация работы секции бокса в школе, колледже, вузе, производственных коллективах. Организация показательных выступлений, встреч с выдающимися спортсменами. Подготовка и проведение соревнований. Афиши, оформление мест соревнований, выпуск программ, информация о ходе соревнований. Поиск спонсоров соревнований. Представление спонсоров в ходе соревнований. Тотализатор, аукционы в ходе соревнований. Адресная реклама секции бокса. Торговля боксерской экипировкой и сопутствующими товарами с соответствующей атрибутикой. Культурно-развлекательные мероприятия в ходе соревнований. Выступление артистов. Статьи дохода в работе секции бокса. Индивидуальные и групповые занятия.

Самостоятельная работа

Изучение опыта работы по организации занятий боксом в школах, колледжах, вузах, фитнес-центрах. Посещение любительских, профессиональных, коммерческих состязаний и ознакомление с вариантами использования возможностей этих мероприятий с целью набора в секции бокса и организации их работы.

Изучение проспектов и планов работы секции бокса.

3.2. Особенности работы секции бокса в вузах и колледжах

Лекция

Характеристика возможностей и вариантов организации работы секции бокса в вузах и колледжах. Характеристика особенностей контингента занимающихся. Мотивы и возможности занятий боксом. Занятия боксом в системе мероприятий рабочего дня занимающихся. Типовые планы. Уровень тренировочных и соревновательных нагрузок. Совместные тренировки. Спарринги. Соревнования. Связь занятий боксом с занятиями другими видами спорта. Бокс как средство профессионально-прикладной тренировки.

Практические занятия

Организация работы секции бокса в вузе. Организация работы секции бокса в колледже. Психолого-педагогическая, физиологическая и анатомическая характеристики контингента занимающихся. Варианты постановки перед занимающимися задач спортивного совершенствования. Уровень притязаний.

Планирование и организация рабочего дня с учетом занятий в секции бокса.

Питание и отдых при занятиях в секции бокса.

Контроль и регистрация нагрузок.

Анализ дневниковых записей.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение особенностей работы секций бокса в вузах и колледжах. Посещение совместных тренировок. Изучение литературы относительно вариантов планирования распорядка дня, питания, тренировок при различной занятости.

3.3. Бокс в системе фитнес-центров.

Клубы профессионального бокса

Лекция

Фитнес-центры как возможность занятий боксом для различных контингентов занимающихся. Формы занятий боксом в фитнес-центрах. Индивидуальные и групповые занятия. Женский бокс в системе фитнес-центров. Организация соревнований и показательных выступлений в фитнес-центрах. Открытые ринги и турниры с участием представителей различных фитнес-центров. Подготовка, организация турниров. Медицинское обеспечение занятий боксом. Профилактика травматизма. Ответственность спортсмена и тренера в случае получения травм. Юридическое обоснование степени ответственности.

Клубы профессионального бокса. Особенности контингента занимающихся и организация учебно-тренировочного процесса. Членские и спонсорские взносы как условие функционирования клуба. Особенности

взаимоотношений спортсмена, тренера, организаторов поединка. Контракты в практике работы профессионального клуба.

Практические занятия

Особенности бокса в фитнес-центрах. Особенности занятий в мужских и женских группах. Особенности тренировочных и соревновательных нагрузок в мужских и женских группах. Общечеловеческие и профессиональные компетенции тренера фитнес-центра. Дресс-код как характеристика тренера фитнес-центра.

Особенности занятий в клубах профессионального бокса. Особенности занятий в мужских и женских группах. Высокая степень индивидуализации подготовки как отличительная черта занятий в клубах профессионального бокса. Особенности профессионального бокса. Характеристика соревновательной деятельности, особенности тренировочных и соревновательных нагрузок. Мужской и женский профессиональный бокс. Общечеловеческие и профессиональные компетенции тренера. Дресс-код как характеристика тренера фитнес-центра. Особенности экипировки в профессиональном боксе. Финансовые взаимоотношения спортсмена, тренера, организаторов матча. Ответственность спортсмена и тренера за состояние здоровья.

Самостоятельная работа

Изучение опыта и постановки работы секций бокса в фитнес-центре. Участие в наблюдении и экспертной оценке контрольных занятий. Консультации с руководителями фитнес-центров по вопросам организации секционных занятий.

Посещение тренировок в клубах профессионального бокса.

Беседы и консультации со спортсменом, тренером, организаторами работы клубов профессионального бокса.

3.4. Правила соревнований для боксеров-юношей

Лекции

Состязания, их виды. Подготовительные, отборочные, главные, контрольные и подводящие соревнования. Соревнования как унифицированное

средство выявления возможностей человека в данном виде двигательной активности, как средство подготовки.

Допуск участников к соревнованиям. Возрастные и разрядные деления участников. Весовые категории. Порядок взвешивания. Заявка, врачебно-контрольная карта, личные документы участника, костюм участника и взвешивание. Жеребьевка и составление пар. Права и обязанности участников, секундантов, представителей и капитанов команд. Продолжительность боя. Правильные и запрещенные удары и действия. Оценка боя судьями вне ринга. Действия рефери, жесты и команды. Особенности правил юношеских соревнований. Поведение участников с выходом на ринг. Ритуалы приветствия перед боем и после боя. Этика, внимание и вежливость участников. Подготовка к первым боям и их педагогическая оценка.

Практические занятия

Правила соревнований для боксеров-юношей. Основные требования к положению о соревнованиях для боксеров-юношей. Документация для проведения соревнований.

Составление положения о соревнованиях для боксеров-юношей. Составление документации для проведения соревнований. Жеребьевка и составление пар.

Судейство спаррингов в качестве судьи на ринге, бокового судьи, судьи-информатора и секундометриста.

Запрещенные приемы и действия. Спорные положения в судействе. Порядок обжалования судейских решений.

Правила соревнований как руководство к подготовке спортсменов. Трактовка правил соревнований.

Самостоятельная работа

Изучение литературы по вопросам судейства соревнований. Просмотр поединков и анализ судейства. Овладение навыками обязанностей главного судьи, рефери, секретаря, судьи-информатора, боковых судей и т.д.

Самостоятельное проведение жеребьевки, составление пар при различном числе участников в весовой категории. Составление графиков соревнований и работы боковых судей и рефери.

3.5. Спортивно-массовая и пропагандистская работа по боксу

Лекция

Организация в школах, колледжах, производственных коллективах бесед, лекций, показательных выступлений, встреч с выдающимися спортсменами. Организация пресс-конференций, интервью. Освещение организуемых событий в средствах массовой информации: печать, телевизионные программы, Интернет. Организация обмена мнениями.

Практические занятия

Подготовка и проведение соревнований: выпуск программ, афиш, оформление мест соревнований, оборудование стендов, информация о ходе соревнований.

Самостоятельная работа

Написать план проведения беседы, лекции и сценарий проведения показательных выступлений в школе, колледже.

4. Научно-исследовательская работа и УИРС

4.1. Научно-практические проблемы и перспективы НИР в технике и методике обучения и тренировки в боксе

Лекция

Научные проблемы фундаментальных и прикладных исследований. Определение объектов исследования. Определение основных направлений в технике, методике обучения и тренировки боксеров. Значение общетеоретических дисциплин в проведении научных исследований в боксе. Кибернетика, системный подход, теория информации, теория функциональных систем, теория адаптации, использование математических методов и вычислительной техники как основа уточнения существующих и выявления новых закономерностей и методических положений, формирования оригинальных гипотез, появления перспективных подходов к становлению

различных составляющих спортивного мастерства. Перспективы НИР в боксе. Внедрение результатов исследований в практику.

Практические занятия

Подходы к различным составляющим спортивного мастерства: технической, тактической, физической, психологической на основе сотрудничества с научными работниками. Новые подходы к построению. Различных структурных образований тренировочного процесса – занятий, микроциклов, периодов, этапов и т.д. Тенденции развития теории и методики спортивной подготовки, анализ ее наиболее сложных и противоречивых положений. Обобщение сведений и систематизация как условие эффективного управления процессом подготовки спортсменов.

Самостоятельная работа

Ознакомление с основными направлениями научных исследований в области бокса, планом НИР университета, кафедры. Ознакомление с тематикой курсовых и выпускных квалификационных работ, их результатами.

4.2. Планирование и организация исследований в боксе

Лекции

Планирование и организация исследований в боксе. Выбор темы исследования. Определение цели и задач. Подбор методов исследования. Планирование эксперимента. Организация исследований. Определение контингента испытуемых. Место, время и условия проведения исследований.

Практические занятия

Планирование и организация исследований в боксе. Разбор наиболее квалифицированных исследований по материалам самостоятельных научных работ студентов. Анализ тематики студенческих научно-практических конференций.

Самостоятельная работа

Определить проблему, сформулировать тему, составить план исследования, выбрать методики исследования, определить контингент

испытуемых. Сформулировать гипотезу исследования в заданном направлении научного поиска.

4.3. Методы и методики исследований в боксе

Лекции

Характеристика методов исследований, наиболее часто используемых в теории и практике подготовки боксеров (педагогических, медико-биологических, инструментальных, психологических и др.). Применение аппаратуры специального назначения: датчики, регистрационные приборы, измерительная аппаратура и метрологический контроль. Назначение тренажерно-исследовательских стендов, средства срочной информации. Консультации и решения по материалам исследовательской работы. Стратегия принятия и реализации решений, ее обусловленность целями и задачами подготовки.

Практические занятия

Методы и методики исследований в боксе. Наблюдения, анкетирование, опрос и интервью, экспертная оценка, экспериментальные методы. Датчики, регистрационные приборы, измерительная аппаратура, метрологический контроль. Тренажерно-исследовательские стенды, средства срочной информации. Результаты научных исследований в теории и практике бокса.

Самостоятельная работа

Ознакомление, апробирование, освоение аппаратуры и методик, необходимых для проведения исследований по различным их направлениям.

3 КУРС

1. Теория и методика тренировки боксеров-юношей и юниоров

1.1. Основные средства и методы спортивной тренировки

Лекции

Основные средства тренировки. Соревновательные упражнения: в перчатках с партнером по разучиванию и совершенствованию отдельных технических приемов – ударов, защит, передвижений; в перчатках на снарядах (мешках, грушах, пунктболах), на лапах. Имитационные упражнения, бой с тенью. Общеподготовительные упражнения: общеразвивающие упражнения,

упражнения из других видов спорта, спортигры, плавание.

Методы тренировки в боксе: круговой метод; интервальный метод: метод строго регламентированного упражнения: игровой метод; соревновательный метод (краткая характеристика каждого метода, его особенностей, преимуществ и недостатков).

Практические занятия

Словесные методы. Наглядные методы. Методы практических упражнений: методы, преимущественно направленные на освоение спортивной техники, т.е. формирование двигательных умений и навыков, характерных для бокса; методы, преимущественно направленные на развитие двигательных качеств. Связь и единство обеих подгрупп методов в решении задач спортивной тренировки.

Типовые задания по совершенствованию двигательных качеств и техники видов спорта.

Типовые задания, направленные на освоение спортивной техники.

Целостный и расчлененный метод.

Типовые задания, направленные на развитие двигательных качеств: непрерывный метод, интервальный метод, соревновательный метод.

Соревновательный метод в усложненных условиях. Соревновательный метод в облегченном варианте. Примеры соответствующего построения занятий.

Самостоятельная работа

Изучение литературных источников, кино-, фото- и видеоматериалов, иллюстрирующих подготовку боксеров с применением вышеуказанных методов.

Написание реферата по теме.

2. Виды подготовки боксеров-юношей и юниоров

2.1. Моральная и специальная психическая подготовка боксеров-юношей и юниоров

Лекции

Структура и совершенствование моральных и волевых качеств. Волевые качества в структуре подготовленности. Мотивация занятий боксом. Спортивно-техническое, спортивно-этическое воспитание в процессе занятий. Психические качества, характерные для боксеров.

Требования к психическим особенностям личности (направленность личности, темперамент, характер, способности).

Развитие специализированных восприятий: чувства дистанции, умения ориентироваться на ринге, чувства положения тела, свободы движений, чувства времени. Развитие внимания боксера. Развитие мышления. Развитие быстроты реакции. Морально-волевая подготовка боксеров.

Практические занятия

Развитие специализированных психических качеств – чувства времени, дистанции, быстроты реакции, боевого мышления. Совершенствование способностей к устойчивости, распределению, переключению внимания.

Физические упражнения как практическая основа совершенствования моральных и волевых качеств. Регулярное приучение к обязательному выполнению тренировочной программы и соревновательных установок. Систематическое введение в учебно-тренировочный процесс дополнительных трудностей. Использование соревновательного метода и создание в процессе тренировок конкурентной среды нужного качества.

Самостоятельная работа

Описание методов развития и воспитания специализированных восприятий.

Изучение примеров воспитания моральных и волевых качеств из практики подготовки спортсменов в своем и других видах спорта. Обзор конкретных примеров. Их обобщение и творческое использование.

Подготовка и написание примерных программ по совершенствованию моральных, волевых и специальных психических качеств боксера.

2.2. Физическая подготовка боксеров-юношей и juniоров

Лекции

Общая физическая подготовка. Вспомогательная физическая подготовка.
Специальная физическая подготовка.

Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости, вестибулярной устойчивости.

Методика развития скоростных способностей. Оценка скоростных способностей.

Структура силовых способностей. Методика развития силовых способностей. Повышение способности к реализации силового потенциала. Оценка силовых способностей.

Структура выносливости. Общая выносливость. Специальная выносливость. Мощность и емкость процессов энергообразования. Экономичность работы и эффективность использования функционального потенциала. Специфичность приспособительных реакций и функциональных проявлений. Устойчивость и вариабельность двигательных навыков и вегетативных функций. Методика развития выносливости. Оценка выносливости.

Структура и оценка гибкости. Методика развития гибкости. Оценка гибкости.

Структура и оценка координационных способностей. Методика развития координационных способностей.

Практические занятия

Общая физическая подготовка боксеров-юношей и юниоров. Упражнения для развития быстроты, ловкости, гибкости, силы, выносливости, вестибулярной устойчивости.

Специальная физическая подготовка боксеров-юношей и юниоров.

Использование специальных упражнений для развития быстроты, реакции, резкости, точности нанесения ударов и применения защит.

Использование специальных упражнений для развития выносливости.

Специальные упражнения для развития силы.

Специальные упражнения для развития гибкости и координационных способностей.

Самостоятельная работа

Изучение и анализ процесса становления спортивного мастерства у лучших представителей мирового бокса. Анализ дневников и программ подготовки. Изучения кино-фото и видеоматериалов. Просмотр тренировок сборных команд города, страны. Тренировок иностранных боксеров.

Просмотр тренировок боксеров-профессионалов. Просмотр тренировок в фитнес-центрах.

2.3. Техническая и тактическая подготовка боксеров-юношей и juniоров

Лекции

Структура технической подготовленности. Степень освоения приемов и действий; объем приемов и действий; результативность техники. Базовые и дополнительные движения. Эффективность техники. Стабильность техники. Вариативность техники. Экономичность техники. Минимальная тактическая информативность.

Методика технической подготовки. Общие основы управления движениями и технического совершенствования. Стадии и этапы технического совершенствования.

Методика совершенствования тактических действий на дальней, средней и ближней дистанциях. Активно-оборонительные действия. Наступательные действия и методика их совершенствования. Совершенствование ответных и встречных контратак, "вызовов" и перехватов. Совершенствование индивидуальной манеры ведения боя.

Практические занятия

Упражнения, направленные на совершенствование техники ведения боя на разных дистанциях. Особенности техники боксеров – представителей различных индивидуально-типовых манер ведения боя.

Упражнения, направленные на совершенствование техники атакующих и контратакующих действий.

Упражнения, направленные на совершенствование тактики ведения боя на разных дистанциях.

Тактика применения подготовительных, разведывательных и наступательных действий.

Индивидуальное технико-тактическое совершенствование.

Типовые положения во взаимодействии противников как основа построения процесса технико-тактического совершенствования.

Самостоятельная работа

Изучение комплексов упражнений, направленных на совершенствование технико-тактического мастерства в сборных командах различного уровня. Просмотр тренировок в группах боксеров-юношей и юниоров, направленных на совершенствование технико-тактического мастерства.

Изучение кино-, фото- и видеоматериалов.

Составление конспектов занятий, направленных на совершенствование различных аспектов технико-тактического мастерства.

2.4. Интегральная подготовка боксеров-юношей и юниоров

Лекция

Направленность интегральной подготовки на координацию и реализацию соревновательной деятельности различных составляющих спортивного мастерства: технической, физической, тактической и психологической подготовленности. Формирование сторон подготовленности посредством узконаправленных методов и средств. Их интеграция в соревновательных упражнениях.

Практические занятия

Интегральная подготовка как обеспечение слаженности и эффективности комплексного проявления всех составляющих успешности соревновательной деятельности.

Соревновательные упражнения как основное средство интегральной подготовки.

Специально-подготовительные упражнения как средство интегральной подготовки и их максимальная приближенность по структуре и особенностям деятельности функциональных систем к соревновательным.

Направления обеспечения всесторонней и полноценной интегральной подготовки.

Методические приемы повышения эффективности интегральной подготовки.

Самостоятельная работа

Место интегральной подготовки в многолетнем совершенствовании спортсмена, в структуре годичной тренировки и отдельных микроциклов.

3. Система спортивной тренировки юношей и juniоров

3.1. Цели, задачи и содержание тренировки

Лекции

Спортивная тренировка как важнейшая составляющая системы подготовки спортсмена и как специализированный педагогический процесс. Определение понятий.

Цели, задачи и характерные черты тренировки. Понятия "тренированность" и "подготовленность". Тренировка и система подготовки.

Содержание тренировки.

Построение тренировки. Структура отдельного тренировочного занятия. Основы периодизации тренировки. Тренировка как многолетний процесс.

Этап предварительной подготовки. Этап начальной специализации. Этап углубленного совершенствования. Этап спортивного долголетия. Факторы, дополняющие тренировку.

Практические занятия

Характеристика структуры тренировочного процесса: 1. Порядок взаимосвязи и соотношение различных сторон спортивной подготовки (общей и специальной физической, технической, тактической, психологической); 2.

Соотношение параметров тренировочной и соревновательной нагрузок (объема и интенсивности работы, объема соревновательной нагрузки в общем объеме работы); 3. Последовательность и взаимосвязь различных звеньев тренировочного процесса (тренировочных занятий, микро- и мезоциклов, периодов, этапов).

Три уровня структуры тренировочного процесса: 1 – микроструктура (структура отдельных тренировочных занятий и микроциклов); 2 – мезоструктура (структура средних циклов и этапов тренировки, включающих серию целенаправленных микроциклов); 3 – макроструктура (структура больших циклов тренировки, т.е. макроциклов).

Построение тренировки как рациональное планирование различных структурных образований тренировочного процесса, как оптимальное соотношение различных сторон подготовки, как соответствие между нагрузками, способными служить символами к структурным и функциональным образованиям в организме спортсмена, как условие для их реализации (оптимальный режим работы и отдыха, полноценное и управляемое восстановление и специальное питание).

Цели и задачи различных структурных образований тренировочного процесса. Их примеры из практики подготовки сборных команд и отдельных спортсменов. Типовые варианты планирования различных образований тренировочного процесса.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение вариантов планирования и реализации различных структурных образований тренировочного процесса.

Изучение отчетов по итогам подготовки и участия сборных команд различного уровня к соревнованиям.

Изучение опыта построения подготовки боксеров-профессионалов.

4. Педагогическое мастерство тренера

4.1. Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера

Лекции

Тренер как педагог и воспитатель. Функции тренера. Воспитательная функция тренера. Тренер как руководитель подготовки спортсмена к соревнованиям. Коммуникативная функция тренера. Тренер как психолог. Организаторская функция тренера. Освоение многообразия функций тренера как основа успешной работы.

Типы тренеров. Приоритеты в работе тренера.

Творческая система "тренер-ученик". Взаимоотношение тренера с коллективом. Личные качества тренера. Деятельность тренера. Педагогические способности и профессионально-педагогические навыки тренера.

Практические занятия

Профессионально-педагогические умения и навыки тренера. Владение методическими приемами обучения, тренировки и совершенствование техники и тактики, воспитание физических и психических качеств. Знание современных методов ведения научно-исследовательской работы. Знание методов восстановления после нагрузок различного характера. Владение методами отбора, моделирования и прогнозирования. Теоретическая и практическая эрудиция тренера.

Разбор психолого-педагогической характеристики деятельности тренера. Роль тренера как педагога и воспитателя. Задачи, решаемые тренером в повседневной работе. Способы управления коллективом. Педагогические способности тренера. Функции тренера. Личные качества тренера. Профессионально-педагогические умения и навыки тренера.

Самостоятельная работа

Ознакомление с литературными источниками о деятельности тренеров как в боксе, так и в других видах спорта.

Самостоятельная классификация способов решения типовых задач, возникающих в тренерской деятельности.

Составление отчетов по результатам самостоятельного изучения литературных источников.

4.2. Совершенствование знаний, умений в рассказе, показе и объяснении технико-тактических действий

Лекция

Совершенствование дистанционного маневра, маневрирование на защитной и ударной дальней дистанциях с помощью отходов (назад, в стороны) и защит сайдстепами (шагами в сторону, с поворотом вправо, влево) и отклонами (назад, влево, вправо) для сохранения дальней дистанции.

Совершенствование фронтального маневра – сочетание маневрирования (движение вперед) с защитами (отходами, подставками, уклонами) для отражения активно-наступательного действия противника или сближения с ним.

Практические занятия

Совершенствование флангового маневра – "прижимание" к канатам и в углы ринга подвижного противника для ограничения свободы действий (шагами в сторону, в сочетании с угрозами ударов): атаки с дальней дистанции одиночными и двойными ударами; ответные и встречные контратаки с дальней дистанции.

Совершенствование перехода с дальней на среднюю дистанцию различными способами. Обманные действия, удары и защита на средней дистанции. Ближняя дистанция: маневрирование на дальней и средней дистанциях и вход в ближнюю дистанцию; обманными движениями; своей атакой (ответной, встречной, контратакой) при атаке противника; маневрирование и вход в ближнюю дистанцию в атакующей и контратакующей стойках; ведение боя в ближней дистанции одиночными и серийными ударами, защита на ближней дистанции. Выход из ближнего боя.

Самостоятельная работа

Посещение и самостоятельное изучение тренировок соответствующей направленности в исполнении ведущих тренеров.

Анализ и отчеты по итогам проделанной работы.

4.3. Обучение и совершенствование технико-тактических действий на разных дистанциях

Лекции

Преобразовательная и познавательная стороны подготовки спортсмена.

Объем и степень освоения предлагаемого материала, и его зависимость от профессионализма обучающего. Опора на дидактические принципы как условие эффективного обучения. Принципы сознательности и активности, наглядности, систематичности и последовательности, доступности и индивидуализации.

Характеристика технико-тактических действий на разных дистанциях. Сверхдальняя дистанция боя. Дальняя дистанция. Бой на средней дистанции. Ближний бой.

Основные приемы ведения боя на разных дистанциях. Типовые положения во взаимодействии боксеров. Классификация технико-тактических действий как основа для построения процесса обучения и совершенствования боя на разных дистанциях.

Типовые задания по совершенствованию технико-тактического мастерства применительно к бою на разных дистанциях.

Обучение технико-тактическим действиям в бою на разных дистанциях.

Практические занятия

Обучение технико-тактическим действиям на разных дистанциях.

Наиболее часто применяемые приемы в бою на разных дистанциях. Приемы дальнедистанционного боя, приемы среднедистанционного боя, приемы боя на ближней дистанции.

Подготовительные и ударные действия. Маневр и защиты.

Место заданий по совершенствованию технико-тактических действий на разных дистанциях в различных структурных образованиях тренировочного процесса и в различные периоды подготовки.

Самостоятельная работа

Изучение научно-методической литературы по совершенствованию технико-тактических действий в бою на разных дистанциях.

Просмотр тренировочных занятий соответствующего содержания в исполнении ведущих тренеров региона, страны.

Посещение тренировок сборных команд различного уровня.

4.4. Проведение подготовительной, основной, заключительной частей занятия

Практические занятия

Проведение подготовительной, основной и заключительной частей занятий, направленных на совершенствование различных аспектов спортивного мастерства боксеров. Занятия по совершенствованию технико-тактической подготовки, физической подготовки.

Проведение контрольных и подводящих тренировок.

Самостоятельная работа

Личное участие в тренировках различного содержания и направленности.

Составление конспектов тренировок различного содержания и направленности в целом и их отдельных частей: подготовительной, основной и заключительной по заданию преподавателя.

Самостоятельное изучение дневников и документации планирования тренировочного процесса.

4.5. Составление конспектов для проведения занятий по ОФП и СФП

Практические занятия

Комплексы общеразвивающих и специальных упражнений для проведения занятий по ОФП и СФП.

Упражнения и методика проведения занятий круговым, интервальным, соревновательным и игровым методами тренировки.

Составление конспектов занятий по ОФП и СФП и планов-конспектов по специальной подготовке боксеров различной спортивной квалификации.

Составление конспектов занятий, направленных на совершенствование различных механизмов энергообеспечения, с нагрузками различной величины и направленности.

Самостоятельная работа

Изучение опыта работы по проведению занятий по ОФП и СФП с нагрузкой различной величины и направленности в сборных командах различного уровня, в том числе и в других видах спорта.

Изучение дневников и документации планирования и реализации соответствующей работы при подготовке сборной команды России по боксу к первенствам Европы и мира среди юношей и juniоров.

Обобщение результатов самостоятельной работы.

Отчет.

4.6. Решение типовых задач подготовки как средство овладения профессионально-педагогическими навыками

Практические занятия

Типовые задачи спортивно-технической подготовки.

Типовые задачи тактической подготовки.

Типовые задачи физической подготовки.

Типовые задачи психологической подготовки.

Типовые задачи интегральной подготовки.

Задачи повышения и восстановления работоспособности спортсмена.

Варианты решения типовых задач в подготовке сборных команд различного уровня и отдельных спортсменов.

Варианты решения типовых задач как основа творческого подхода к построению подготовки и реализации ее программы.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение решения задач подготовки сборных команд различного уровня и отдельных спортсменов по материалам отчетов, дневников подготовки, литературных источников, научно-методических изданий.

Анализ способов и методов индивидуального решения типовых задач подготовки в различных ее условиях.

Авторская классификация типовых задач подготовки в различных ее разделах.

4.7. Секундирование в боксе

Лекции

Знание особенностей личности спортсмена и его соперника – необходимые условия секундирования. Подготовка к выходу на ринг, учет мотивации, поведения, психологических особенностей, состояния "спортивной формы" и т.д.

Анализ и оценка технико-тактических действий на ринге, внесение необходимых изменений в ход поединка. Действия секунданта во время боя и в перерывах. Просмотр возможных соперников, настройка на следующие бои. Физиологические и психологические механизмы действий, приемов и средств секунданта.

Секундирование во время условных, вольных боев и спаррингов.

Практические занятия

Секундирование во время проведения вольных боев, спаррингов.

Самостоятельная работа

Отсекундировать на подготовительных соревнованиях 2–3 боя. Последовательно описать действия секунданта во время боя. Составить перечень советов для поединков с разными соперниками.

4.8. Судейство соревнований

Лекции

Судейство соревнований в различных возрастных и классификационных группах. Права и обязанности судей: главного судьи, заместителей главного судьи, рефери, боковых судей, коменданта соревнований, комиссара (для профессиональных боев), судьи-информатора, главного врача соревнований и т.д.

Работа секретариата соревнований.

Документация для проведения соревнований по боксу. Сроки и порядок сдачи документации соревнований в Федерацию вида спорта.

Практические занятия

Особенности судейства юношеских и юниорских соревнований. Методика определения победителей в поединках боксеров-любителей и профессионалов.

Судейство спаррингов боксеров-юношей и юниоров в качестве рефери, бокового судьи.

Совершенствование навыков главного судьи: распределение на судейство, анализ судейских записок для определения победителя.

Совершенствование навыков заполнения судейских записок, выполнение обязанностей судьи-хронометриста, судьи-информатора, секретаря.

Самостоятельная работа

Описание обязанностей членов судейской коллегии, главного судьи, зам. главного судьи, секретаря, рефери, боковых судей, судей-хронометристов, судьи-информатора. Судейство соревнований типа: «Открытый ринг».

4.9. Основы профилактики травм в боксе

Лекции

Внешние и внутренние причины возникновения травм у боксеров.

Характеристика травм у боксеров. Основные направления профилактики травматизма в боксе.

Способы, методы и средства оказания помощи при получении травм. Поведение тренеров, секундантов, судей.

Экипировка и соблюдение личной гигиены и правил занятий боксом как условие профилактики травматизма на занятиях и соревнованиях.

Практические занятия

Типовые травмы в боксе и условия, приводящие к их получению.

Поведение и действия тренера-секунданта при получении травмы боксером.

Простейшие методы и средства оказания доврачебной помощи

пострадавшему.

Практическое овладение навыками и умениями оказания доврачебной помощи пострадавшему боксеру.

Самостоятельная работа

Описание действий рефери, секундантов, тренеров, врача при получении травм боксерами.

Описание приемов оказания доврачебной помощи.

5. Научно-исследовательская работа и УИСП

5.1. Экспериментально-исследовательская работа

Лекции

Планирование и проведение эксперимента. Постановка педагогического эксперимента. Анализ экспериментальных данных: таблиц, графиков, схем и пр. Обсуждение результатов исследований. Выводы по результатам работы.

Разработка практических рекомендаций. Перспектива внедрения результатов исследования в практику. Составление отчетов научных исследований, написание рефератов и глав курсовой работы.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение курсовых и выпускных квалификационных работ, магистерских и кандидатских диссертаций, научно-методической литературы.

Составить план проведения констатирующего и педагогического эксперимента.

Определить цели, задачи, методы и методики исследований, контингент испытуемых.

5.2. Совершенствование навыков и умений тестирования

Практические занятия

Приборы для измерения уровня развития физических качеств боксера: силы, быстроты, выносливости и т.д.

Психические особенности боксеров, методики для их определения.

Тактические способности и способы их классификации и оценки.

Личностное тестирование. Анкетирование и экспериментальные методы.
Оценка реакции организма спортсмена на нагрузку.
Методы математической статистики.

Самостоятельная работа

Описание методов исследования в соответствии с темой курсовой (выпускной квалификационной) работы. Обсуждение экспериментальных данных. Формирование выводов.

4 КУРС

1. Характеристика системы подготовки квалифицированных спортсменов и направления ее совершенствования

1.1. Основные понятия и общая характеристика системы подготовки спортсмена. Система спортивных соревнований

Лекции

Современная система подготовки спортсмена как сложное многофакторное явление, включающее цели, задачи, средства, методы, организационные формы, материально-технические условия, обеспечивающие достижение спортсменом наивысших спортивных показателей, а также организационно-педагогический процесс подготовки спортсмена к соревнованиям.

Общие и частные задачи спортивной тренировки, обеспечивающие при их грамотном и современном решении крепкое здоровье спортсмена, идейное, нравственное и интеллектуальное воспитание, гармоничное физической развитие, техническое и тактическое мастерство, высокий уровень развития специальных физических, психических, моральных и волевых качеств, а также знаний и навыков в области теории методики бокса.

Общая и специальная тренированность. Подготовленность. Спортивная форма. Пик спортивной формы.

Спортивные соревнования. Соревновательная деятельность. Внетренировочные и внесоревновательные факторы результативности тренировки и соревнований.

Подготовительные соревнования. Контрольные соревнования.
Подводящие соревнования. Отборочные и главные соревнования.

Практические занятия

Преобразовательная и познавательная стороны подготовки спортсмена.
Спортивное достижение.

Школа бокса. Характерные черты различных школ бокса: российской, американской, азиатской, кубинской, европейской.

Соревновательная борьба как фактор мобилизации функционального потенциала организма спортсмена, дальнейшей стимуляции его адаптационных реакций, воспитания психической устойчивости к сложным условиям соревновательной деятельности.

Соревнование – как важнейшая форма подготовки спортсмена высокого класса на завершающих этапах многолетнего совершенствования.

Соответствие направленности и степени трудности соревнований задачам и особенностям построения многолетней подготовки.

Соответствие физических, технико-тактических и психических возможностей спортсмена требованиям соревнований. Обеспечение в соревнованиях атмосферы жесткой конкуренции как условие мобилизации функциональных резервов спортсмена.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение дневников, отчетов, по результатам подготовки сборных команд различного уровня и отдельных спортсменов.

Анализ опыта собственной подготовки.

Представление данных анализа в виде отчета. Определение степени соответствия плана подготовки современным стандартам.

1.2. Структура соревновательной деятельности.

Направления совершенствования системы спортивной подготовки

Лекция

Взаимосвязь и взаимообусловленность различных сторон подготовленности при их проявлении в условиях соревнований.

Структура соревновательной деятельности боксеров: 1) плотность ведения боя; 2) эффективность атакующих действий; 3) эффективность защитных действий; 4) сила ударов, дошедших до цели; 5) эффективность действий в условиях утомления.

Основные направления совершенствования системы спортивной тренировки: 1) резкий прирост объема тренировочной работы; 2) строгое соответствие системы тренировки спортсменов высокого класса современным требованиям данного вида спорта (увеличение объемов вспомогательной и особенно специальной подготовки в общем объеме тренировочной работы, использование общей подготовки преимущественно как средства активного отдыха); 3) постоянное увеличение соревновательной практики как эффективного средства мобилизации функциональных ресурсов спортсмена, стимуляции адаптационных процессов (увеличение числа соревновательных дней и продолжительности соревновательного периода, числа соревнований и боев); 4) стремление к строго сбалансированной системе тренировочных и соревновательных нагрузок, отдыха, питания, средств восстановления, стимуляции работоспособности и мобилизации функциональных резервов; 5) расширение спектра нетрадиционных средств подготовки; 6) ориентация системы спортивной тренировки на достижение оптимальной структуры соревновательной деятельности; 7) совершенствование системы управления тренировочным процессом на основе объективизации знаний о структуре соревновательной деятельности и подготовленности с учетом общих закономерностей подготовки и индивидуальных особенностей спортсменов.

Практические занятия

Изучение характеристик соревновательной деятельности в боях боксеров-любителей различной квалификации.

Изучение характеристик соревновательной деятельности в боях боксеров-профессионалов.

Изучение тренировочных программ подготовки боксеров сборных команд различного уровня.

Изучение тренировочных программ подготовки боксеров-профессионалов.

Самостоятельная работа

Просмотр поединков боксеров-любителей и профессионалов различного уровня.

Просмотр видеозаписей тренировок различной направленности, зафиксированных в учебных фильмах.

2. Предпосылки рационального построения процесса спортивной тренировки

2.1. Адаптация в спортивной тренировке

Лекции

Срочная и долговременная адаптация. Стадии срочных адаптационных реакций. Стадии долговременных адаптационных реакций.

Приспособительные изменения и их направления: накопление структурных элементов органов и тканей; совершенствование координационной структуры движений; совершенствование регуляторных механизмов; психическое приспособление к особенностям деятельности.

Практические занятия

Адаптация в спортивной тренировке боксеров. Утомление и восстановление при мышечной деятельности. Характеристика нагрузок, применяющихся в тренировке боксеров. Компоненты нагрузок, определяющие направленность и величину воздействия.

Срочная и долговременная адаптация. Стадии адаптации. Направления приспособительных изменений. Функциональный резерв. Специфичность адаптации. Лабильность функциональных систем.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение научно-методической литературы по вопросу адаптации в спортивной тренировке.

Составление обзора по результатам изучения соответствующих источников.

2.2. Нагрузка в спортивной тренировке

Лекция

Классификация нагрузок по характеру (тренировочная и соревновательная; специфическая и неспецифическая); по величине (малая, средняя, значительная, большая); по направленности (скоростная, силовая, координационная, на выносливость, на развитие гибкости) и особенностям энергообеспечения (алактатная, лактатная анаэробная, аэробная и т.д.); по координационной сложности; по психической напряженности.

Классификация нагрузок по их принадлежности к отдельным упражнениям или их комплексам, тренировочным занятиям, дням, суммарным нагрузкам микро- и мезоциклов, периодам и этапам тренировки, макроциклом, тренировочному году.

Внешняя и внутренняя стороны нагрузки.

Компоненты тренировочной нагрузки, определяющие направленность и величину воздействия.

Практические занятия

Явное и скрытое утомление. Фазы восстановления. Внутренняя и внешняя сторона нагрузки. Специфические и неспецифические нагрузки. Характер упражнений. Интенсивность работы. Продолжительность упражнений. Продолжительность и характер интервалов отдыха. Длительность работы.

Проведение тренировок различной направленности и величины нагрузки.

Самостоятельная работа

Характеристика тренировочных упражнений по зонам интенсивности.

Составление конспектов занятий. Изучение дневников и опыта работы сборных команд различного уровня и отдельных спортсменов.

3. Техническая подготовка

3.1. Структура технической подготовленности

Лекция

Объем приемов и действий боксера высокого класса. Повторяющиеся и ситуативные действия в структуре технической подготовленности боксера

высокого класса. Показатели активности, разнообразия и результативности техники бокса высших достижений.

Базовые и дополнительные движения.

Оценка эффективности техники боксеров высокой квалификации.

Оценка показателей стабильности и экономичности техники в боксе высших достижений.

Практические занятия

Экспертная оценка объема приемов и действий боксера высокого класса. Оценка скоростных и силовых параметров в ударной технике боксеров высокого класса. Экспертная оценка степени помехоустойчивости техники боксеров высокого класса. Типовые задания по совершенствованию различных параметров техники ударных и защитных действий в подготовке боксеров высокой квалификации.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение различных вариантов совершенствования компонентов технической подготовленности в групповых и индивидуальных тренировках боксеров различного уровня. Изучение научно-методической литературы отечественных и зарубежных авторов.

3.2. Методика технической подготовки

Лекция

Процесс технической подготовки как становление умений и навыков, обеспечивающих эффективное использование функционального потенциала.

Формирование умения выполнять двигательные действия на основе определенных знаний о их технике, наличии соответствующих двигательных предпосылок и в результате попыток сознательно построить заданную систему движений.

Поиск оптимального варианта движения при ведущей роли сознания.

Многократное повторение двигательных действий как основа автоматизации элементов их координационной структуры. Навык как такая степень овладения техникой, когда управление движением происходит автоматизировано, а действие отличается высокой надежностью.

Важнейшие черты двигательных навыков.

Использование основной и дополнительной информации.

Примеры совершенствования техники в исполнении ведущих представителей любительского и профессионального бокса.

Практические занятия

Причины ошибок и их проявления при освоении и совершенствовании техники бокса: недостаточный уровень развития физических качеств; отсутствие достаточного запаса двигательных умений и навыков; неправильного обучения, несоблюдения его принципов, обучения ошибочной технике, неудовлетворительный самоконтроль за выполнением движения.

Конкретные проявления ошибок при изменении и совершенствовании техники бокса: неправильное положение туловища, головы, рук, ног в различных фазах движений; скованность, излишняя напряженность при выполнении движений; неправильная последовательность элементов движения, включения мышечных групп; нанесение ударов запрещенным местом или в те места, которые неизбежно ведут к травме (подсечки в неразрешенный уровень и др.); преждевременное или запаздывающее выполнение удара или защиты; выполнение ударов и защит с большей, чем необходимо, амплитудой; отсутствие страховки при нанесении ударов, подсечках, защитах.

Совершенствование техники подготовительных, наступательных и оборонительных действий.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение техники бокса в исполнении представителей различных школ бокса (по материалам видеозаписей), любителей и профессионалов.

Индивидуальные варианты техники действий боксера. Написание плана-конспекта занятия по совершенствованию индивидуального варианта техники нападения или обороны.

4. Тактическая подготовка

4.1. Структура тактической подготовленности

Лекции

Тактическая подготовленность как умение построить ход борьбы с учетом особенностей вида спорта, индивидуальных особенностей, возможностей соперника, создавшихся условий.

Основные стратегические задачи как фактор, определяющий тактику. Алгоритмичная тактика, вероятностная тактика, эвристическая тактика.

Индивидуальные варианты тактики как выражение общих ее положений.

Практические занятия

Тенденции развития бокса как основание к тактической подготовке. Индивидуальные варианты тактики боксера. Характеристика возможных тактических действий соперника. Особенности типовых ситуаций боя. Учет правил соревнований при формировании перспективных планов тактической подготовки.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение материалов, затрагивающих вопросы тактики в боксе и в других видах ударных единоборств.

Изучение видеоматериалов поединков боксеров, иллюстрирующих особенности структуры их тактической подготовленности.

4.2. Совершенствование тактической подготовленности

Лекции

Тактика и тактическая подготовка в боксе. Тактика и стратегия в боксе.

Тактическая подготовка в боксе. Планирования боя.

Наиболее часто встречающиеся типы противников.

Тактические приемы в боксе.

Подготовительные, наступательные и оборонительные действия.

Совершенствование тактических возможностей боксера. Методические приемы в совершенствовании тактической подготовки. Тренировка без противника. Тренировка с условным противником. Тренировка с партнером. Тренировка с противником. Соревновательные поединки.

Практические занятия

Особенности сбора информации о противнике: изучение техники и тактики, психических и физических возможностей.

Разработка индивидуальных моделей тактических действий: осознание собственной технико-тактической подготовленности, достоинств и недостатков подготовки; Понимание взаимосвязи между подготовительными и исполнительными действиями. Осознание необходимости выдержки и разумного риска. Варианты поведения в различные моменты поединка. Умение проводить разминку и регулировать психическое состояние. Способность противостоять различным по силе и стилю соперникам.

Понимание психологической и тактической специфики соревновательной борьбы. Знание возможностей и реальности достижения поставленной цели. Оперативная коррекция модели тактической борьбы.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение литературных источников по теме.

Изучение учебных фильмов.

Составление модели технико-тактической подготовленности спортсмена.

5. Физическая подготовка

5.1. Скоростные и силовые способности

Лекция

Условия, определяющие уровень проявления скоростных возможностей: степень подвижности нервных процессов и качество нервно-мышечной координации, особенности мышечной ткани: соотношение типов мышечных волокон (быстрых и медленных), их эластичность, растяжимость. Связь скоростных возможностей с уровнем развития силы, гибкости и координационных способностей, совершенством спортивной техники, возможностями биохимических механизмов к быстрой мобилизации и ресинтезу анаэробных поставщиков энергии, уровнем развития волевых

качеств, психологическим настроением спортсмена на проявление максимальной скорости.

Средства: повышения уровня скоростных возможностей: упражнения, требующие быстрой реакции, высокой скорости выполнения отдельных движений или их серий, комбинаций, скорости переключения от одних действий к другим: общеподготовительного и специально-подготовительного характера.

Методы совершенствовании скоростных возможностей: соревновательный, игровой, метод строго регламентированного упражнения.

Оценка скоростных возможностей.

Особенности проявления силы в боксе. Динамический характер проявления силы. Взрывная сила (акцентированный удар). Преодоление сопротивления противника (толчки, захваты, элементы борьбы).

Вариативность функциональных состояний, требующих проявления силы. Связь уровня силы с эффективностью энергообеспечения, уровнем скоростных способностей и гибкости. Специфичность проявления силы.

Практические занятия

Практическое освоение методов, направленных на совершенствование элементарных и комплексных форм быстроты, дифференцированного и интегрального ее совершенствования.

Практическое освоение средств и методов освоения скоростных способностей.

Практическое освоение методов, направленных на совершенствование различных компонентов силовых способностей боксера. Практическое освоение методов оценки силовых способностей.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение опыта работы ведущих тренеров и спортсменов по совершенствованию компонентов скоростной и силовой подготовки в ее общем и специфическом варианте, посредством анализа

литературных источников, просмотра видеоматериалов, бесед со спортсменами, тренерами, научными работниками.

5.2. Выносливость, гибкость, координационные способности

Лекция

Структура выносливости в боксе. Мощность и емкость процессов энергообразования. Экономичность работы и эффективность использования функционального потенциала. Специфичность приспособительных реакций и функциональных проявлений. Устойчивость и вариативность двигательных навыков и вегетативных функций. Развитие специальной выносливости в боксе. Повышение возможностей систем энергообеспечения. Повышение экономичности работы и эффективности использования функционального потенциала. Совершенствование устойчивости и вариативности двигательных и вегетативных функций. Оценка выносливости.

Структура и оценка гибкости. Методика развития гибкости в боксе. Структура и оценка координационных способностей в боксе. Методика развития координационных способностей.

Практические занятия

Методика применения и подбора упражнений для развития специальной выносливости. Место упражнений для развития специальной выносливости. Место упражнений на выносливость в занятии, микро- и макроцикле. Особенности тренировок, направленных на совершенствование различных компонентов выносливости.

Методика применения и подбора упражнений для развития гибкости и координационных способностей. Средства и методы развития гибкости и координационных способностей у боксеров.

Самостоятельная работа

Самостоятельное посещение занятий по совершенствованию компонентов выносливости, гибкости и координационных способностей в различных структурных образованиях тренировочного процесса.

Изучение теоретических материалов и практического опыта работы спортсменов и тренеров по данному разделу подготовки.

6. Психологическая подготовка квалифицированных спортсменов

6.1. Структура и совершенствование моральных и волевых качеств

Лекции

Мораль, нравственность и этика. Любовь к Родине, чувство долга, патриотизм как основа проявления волевых качеств.

Волевые качества боксера: целеустремленность, решительность и смелость, настойчивость и упорство, выдержка и самообладание, самостоятельность и инициативность.

Структура волевого действия. Подготовительный, исполнительный и оценочный этапы.

Практика вида спорта как основа волевой подготовки.

Методы воспитания моральных и волевых качеств: убеждение, принуждение, метод постепенного повышения трудностей, соревновательный.

Практические занятия

Практическое освоение методов моральной и волевой подготовки. Подготовительный, исполнительный и оценочный этапы волевого действия.

Введение дополнительных трудностей в тренировку. Самовоспитание и самопознание. Симптомы уровня предстартового возбуждения. Мотивация поведения.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение опыта морально-волевой подготовки сильнейших боксеров и руководства этим процессом со стороны тренера.

Изучение дневников спортсменов, отчетов по результатам подготовки и участия в соревнованиях сборных команд различного уровня и отдельных спортсменов.

6.2. Структура и совершенствование психических возможностей

Лекции

Специфика требований бокса к психике спортсмена. Совершенствование реагирования, наблюдения и внимания. Совершенствование психической регуляции мышечной деятельности. Совершенствование способности к предельной мобилизации функциональных возможностей. Управление предстартовым состоянием. Формирование устойчивого интереса к спортивному совершенствованию.

Практические занятия

Способы и средства оценки психических возможностей спортсмена. Экспериментальные и бланковые методы. Формирование банка данных оценки психических возможностей боксера. Освоение методов психорегуляции: рационализация, групповые беседы, ментальная и аутогенная тренировка, направленное сообщение информации, консультирование, психологическое образование.

Самостоятельная работа

Изучение литературных источников по направлениям изучения особенностей психики спортсмена. Психодиагностические методы: изучение быстроты и точности двигательных реакций, изучение личностных особенностей, социальная характеристика личности спортсмена.

1.7. Интегральная подготовка

2.7.1. Преимущественные направления интегральной подготовки

Практические занятия

Совершенствование индивидуальных технико-тактических действий. Совершенствование способностей к предельной мобилизации функциональных возможностей. Совершенствование способности к переключению максимальной двигательной активности на периоды относительного расслабления с целью обеспечения высокой работоспособности.

Методические приемы повышения интенсивности интегральной подготовки: облегчение условий поединка; усложнение условий поединка (ограничение размеров ринга, неудобный или наиболее сильный соперник); интенсификация соревновательной деятельности посредством ее продолжительности, веса снарядов и экипировки.

Место интегральной подготовки в процессе многолетнего совершенствования спортсмена, в структуре годичной тренировки и отдельных микроциклов.

Самостоятельная работа

Изучение литературы, кино-, фотоматериалов, самостоятельное посещение тренировок команд различного уровня с задачей получения информации относительно конкретных вариантов интегральной подготовки.

8. Структура тренировочного процесса квалифицированных спортсменов и методика построения его составляющих

8.1. Методика построения занятий

Лекции

Условия, определяющие структуру занятия квалифицированных спортсменов. Особенности величин нагрузки, ее направленности, задач подготовки. Особенности занятий вне и во время учебно-тренировочных сборов.

Вводно-подготовительная часть занятия квалифицированных спортсменов. Основная часть занятия. Заключительная часть занятия.

Основные занятия, дополнительные занятия.

Занятия избирательной направленности. Занятия комплексной направленности (с последовательным и параллельным решением задач). Сочетание занятий избирательной и комплексной направленности.

Нагрузка в занятии: большая нагрузка, значительная нагрузка, средняя нагрузка, малая нагрузка.

Практические занятия

Вводно-подготовительная часть занятия. Формирование предстартового состояния. Общая и специальная часть разминки. Продолжительность разминки. Основные направления индивидуализации разминки.

Основная часть занятия. Отличительные особенности занятия со спортсменами высокой квалификации. Величины объема, интенсивности нагрузки. Индивидуализация объема, интенсивности и содержания основной части занятия.

Заключительная часть занятия.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение вводно-подготовительной, основной и заключительной частей занятия в тренировках спортсменов высокой квалификации (групповых и индивидуальных).

Составление отчетов по результатам наблюдений.

8.2. Методика построения микроциклов

Методика построения мезоциклов

Лекции

Определение микроцикла. Продолжительность микроцикла. Типы микроциклов: втягивающие, подводящие, соревновательные, восстановительные. Общие основы чередования занятий с различными по величине и направленности нагрузками. Воздействие на организм спортсменов занятий с различными по величине и направленности нагрузками. Сочетание в микроцикле занятий с различными по величине и направленности нагрузками. Структура тренировочных микроциклов в зависимости от числа занятий в течение дня.

Типы тренировочных мезоциклов: втягивающие, базовые, контрольно-подготовительные, предсоревновательные, соревновательные. Сочетание микроциклов в мезоцикле.

Практические занятия

Суммарная нагрузка втягивающего микроцикла. Втягивающий микроцикл как начало мезоцикла.

Ударный микроцикл как составляющая подготовительного и соревновательного периода.

Подводящий микроцикл как модель предстоящих соревнований, как средство полноценного восстановления и психологической настройки.

Восстановительный микроцикл как условие обеспечения оптимального восстановления организма спортсмена.

Соревновательный микроцикл и его соответствие программе соревнований.

Сочетание и суммарная нагрузка недельных микроциклов в базовых мезоциклах на различных этапах многолетней подготовки. Сочетание суммарной нагрузки недельных микроциклов в мезоциклах различного типа применительно к спортсменам высокой квалификации.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение планов подготовки сборных команд и отдельных спортсменов к соревнованиям различного масштаба. Изучение официальных отчетов по итогам подготовки и участия сборных команд в крупнейших международных соревнованиях.

Отчет по результатам проведенной работы.

9. Методика построения тренировочного процесса в макроциклах

9.1. Виды и структура макроциклов. Периодизация тренировки

в отдельном макроцикле

Лекции

Виды и общая структура макроцикла. Построение годичной тренировки на основе одного, двух, трех макроциклов. Периоды макроцикла: подготовительный, соревновательный, переходный. Периодизация тренировки в отдельном макроцикле. Общеподготовительный и специально-подготовительный этапы подготовительного периода.

Практические занятия

Характеристика подготовительного, соревновательного и переходного периода.

Характеристика общеподготовительного и специально-подготовительного этапа при одно-, двух-, трехцикловом построении тренировки.

Характеристика соревновательного и переходного периодов. Основные требования к их построению.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение планов подготовки сборных команд и отдельных спортсменов к соревнованиям различного масштаба. Изучение

официальных отчетов по итогам подготовки и участия сборных команд в крупнейших международных соревнованиях.

Отчет по результатам проведенной работы.

9.2. Суммарный объем и соотношение работы различной направленности в течение года и макроцикла

Лекции

Высокие показатели суммарного объема работы как фактор, обеспечивающий спортивные достижения современного уровня. Величины суммарного объема работы в подготовке сборных команд и отдельных спортсменов. Индивидуализация объемов работы.

Практические занятия

Соотношение работы различной преимущественной направленности в течение года как условие высокого спортивного результата.

Парциальный объем работы различной направленности в подготовке спортсменов в различные ее периоды и этапы.

Индивидуализация основных параметров работы в теории и практике подготовки спортсменов. Ее связь с характеристиками индивидуальности.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение планов подготовки сборных команд и отдельных спортсменов к соревнованиям различного масштаба. Изучение официальных отчетов по итогам подготовки и участия сборных команд в крупнейших международных соревнованиях.

Отчет по результатам проведенной работы.

10. Структура многолетней подготовки

10.1. Структура многолетней подготовки и факторы ее определяющие

Лекции

Факторы, определяющие продолжительность и структуру многолетней подготовки: структура соревновательной деятельности и подготовленности спортсменов, обеспечивающая высокие спортивные результаты; закономерности становления различных сторон спортивного мастерства и

формирования адаптационных процессов в ведущих функциональных системах; индивидуальные и половые особенности спортсменов, темпы их биологического созревания и связанные с ними темпы роста спортивного мастерства; возраст начала занятий и специальной тренировки; содержание тренировочного процесса – состав средств и методов, динамика нагрузок, построение различных структурных образований, дополнительные факторы (специальное питание, тренажеры, восстановительные и стимулирующие работоспособность средства).

Этап начальной подготовки. Этап предварительной базовой подготовки. Этап специализированной базовой подготовки. Этап максимальной реализации индивидуальных возможностей. Этап сохранения достижений.

Практические занятия

Факторы, определяющие структуру многолетней подготовки. Факторы, определяющие продолжительность многолетней подготовки.

Время, необходимое для достижения высших спортивных результатов. Возрастные зоны, в которых эти результаты демонстрируются.

Индивидуальные возможности. Тенденции развития вида спорта, изменение правил соревнований, возрастного ценза как условия построения многолетней подготовки.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение планов подготовки сборных команд и отдельных спортсменов к соревнованиям различного масштаба. Изучение официальных отчетов по итогам подготовки и участия сборных команд в крупнейших международных соревнованиях.

Отчет по результатам проведенной работы.

10.2. Тренировка на различных этапах многолетней подготовки

Лекции

Этап начальной подготовки. Задачи и характеристика этапа начальной подготовки.

Этап предварительной базовой подготовки. Задачи и характеристика.

Этап специализированной базовой подготовки. Его характеристика.

Этап максимальной реализации индивидуальных возможностей. Его характеристика.

Этап сохранения достижений. Его особенности.

Практические занятия

Продолжительность и частота занятий на этапе начальной подготовки. Годовой объем работы. Длительность этапа. Предпочтительные варианты двигательной активности.

Объем специальных упражнений как характеристика этапа предварительной базовой подготовки. Выполнение разрядных нормативов.

Тренировочные нагрузки на этапе специализированной базовой подготовки. Специализированность подготовки. Максимальное использование тренировочных средств, активизирующих адаптационные процессы. Максимальные величины объема и интенсивности тренировочной работы, специальной психологической, тактической и интегральной подготовки как характеристика этапа максимальной реализации индивидуальных возможностей.

Индивидуализация подготовки спортсмена как важнейшая характеристика этапа сохранения достижений.

Самостоятельная работа

Изучение опыта работы на различных этапах многолетней подготовки в системе отечественного спорта.

10.3. Направления интенсификации тренировочного процесса в ходе многолетней подготовки боксера

Лекции

Основные направления интенсификации тренировочного процесса на всем пути спортивного совершенствования: увеличение суммарного объема тренировочной работы в течение года или макроцикла; увеличение общего числа тренировочных занятий в микроциклах; увеличение в микроциклах тренировочных занятий с большими нагрузками; увеличение количества занятий избирательной направленности, вызывающих высокую мобилизацию

функциональных возможностей организма; использование жестких тренировочных режимов как средство прироста специальной выносливости, увеличение соревновательной практики на завершающих этапах спортивного совершенствования; увеличение числа основных соревнований, характеризующихся жесткой конкуренцией; введение средств, стимулирующих работоспособность и ускоряющих процесс восстановления; увеличение объема технико-тактической подготовки в условиях максимально приближенных к соревнованиям; планомерное увеличение психической напряженности тренировочного процесса, создание микроклимата соревнования.

Практические занятия

Характеристика значений суммарного объема тренировочной работы.

Индивидуализация подготовки на этапе реализации максимальных возможностей.

Характеристика количественных значений числа тренировочных занятий в микроциклах.

Характеристика тренировочных занятий с большими нагрузками.

Современные технологии подготовки боксера высокого класса.

Создание микроклимата соревнований.

Характеристика средств, стимулирующих и восстанавливающих работоспособность.

Самостоятельная работа

Изучение опыта работы по интенсификации тренировочного процесса и инновациям в подготовке на примере сборных команд различного уровня и отдельных спортсменов. Доклады по итогам работы.

10.4. Динамика нагрузок и соотношение работы различной направленности в многолетней подготовке

Лекции

Общая и вспомогательная подготовка как основное средство этапа начальной подготовки. Увеличение объема вспомогательной подготовки и специальной как характеристика этапа предварительной базовой подготовки.

Увеличение доли специальной и уменьшение доли общей подготовки как характеристика этапа специализированной базовой подготовки. Специальная подготовка как основное содержание этапа максимальной реализации индивидуальных возможностей. Высокая доля специальной подготовки как характеристика этапа сохранения достижений. Индивидуализация различных параметров подготовки.

Практические занятия

Длительность этапов подготовки. Характеристика процесса индивидуализации спортивного совершенствования на различных этапах подготовки. Типовое и индивидуальное в работе со спортсменом на различных этапах подготовки.

Типовое и индивидуальное в технике, тактике, физической, психологической и интегральной подготовке на различных этапах подготовки.

Характеристика конкурентной среды в подготовке отдельных спортсменов и различных команд.

Использование средств стимуляции и восстановления работоспособности. Модельные характеристики соревновательной деятельности и подготовленности спортсмена.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение литературы, относящейся к многолетней подготовке спортсмена в ударных единоборствах. Беседы и интервью с тренерами и спортсменами. Отчет по результатам проделанной работы.

11. Управление и контроль в спортивной тренировке

11.1. Основы управления и контроля

Лекции

Этапное состояние спортсмена. Текущее, оперативное. Изменяющиеся возможности спортсмена и его состояния под влиянием тренировочных воздействий как основа управления процессом спортивной тренировки.

Направленность тренировочного процесса на формирование структуры соревновательной деятельности, обеспечивающей ее эффективность.

Количественное выражение структуры тренированности и соревновательной деятельности как определяющая эффективности управления спортивной тренировкой.

Модель тренированности и соревновательной деятельности.

Практические занятия

Этапный, текущий, оперативный контроль как фактор управления подготовкой спортсмена. Содержание и частота обследований. Принятие и реализация решений на основе различных видов контроля.

Самостоятельная работа

Изучение теоретических сведений и опыта практической работы специалистов различного профиля (медико-биологический, психологический, педагогический) как условия эффективной подготовки сборных команд и отдельных спортсменов.

11.2. Моделирование в спортивной тренировке

Лекции

Группы моделей, применяемых в спортивной подготовке. Количественная и описательная модели. Показатели активности, эффективности соревновательной деятельности как модельные характеристики спортсменов определенного уровня достижений.

Подходы к разработке количественных показателей соревновательной деятельности.

Практические занятия

Модели, характеризующие структуру соревновательной деятельности.

Морфо-функциональные модели.

Модели, характеризующие основные стороны подготовленности спортсмена.

Модели продолжительности и динамики становления необходимого уровня спортивного мастерства.

Модели структурных образований тренировочного процесса.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение вопросов, касающихся роли моделирования в подготовке отдельных спортсменов и сборных команд в целом. Варианты принятия решений по результатам сравнения должных и фактических показателей возможностей спортсмена.

Диагностика и тактика принятия решений в подготовке спортсменов высокой квалификации.

12. Научно-исследовательская работа и УИРС

12.1. Научные исследования в боксе высших достижений

Лекции

Проблематика научных исследований в любительском и профессиональном боксе. Проблемы технической, тактической, физической, психологической и интегральной подготовки. Проблемы, связанные с построением и реализацией планов подготовки.

Правила соревнований и их судейства как научная проблема.

Изучение тенденций развития современного бокса и участие в их создании. Средства, методы и методики проведения научных исследований. Связь теории и практики.

Практические занятия

Консультирование по вопросам планирования и реализации планов подготовки.

Работа комплексных научных групп и отдельных специалистов в сборных командах или индивидуально с конкретным спортсменом.

Тестирование и оценка физических и психических возможностей спортсмена как составляющая научных исследований в области теории и методики бокса.

Самостоятельная работа

Самостоятельное изучение опыта и результатов научной работы в области теории и методики бокса.

12.2. Структура ВКР, ее оформление

Лекции

Основные требования к выполнению ВКР. Объем работы. Структура ВКР. Введение. Литературный обзор. Цель, задачи, методы исследования, его организация. Результаты исследования и их обсуждение. Выводы и практические рекомендации. Требования к оформлению списка литературы. Приложение.

Практические занятия

Актуальность работы. Цель работы. Гипотеза исследования. Теоретическая и практическая значимость. Методологическая основа. Положения, выносимые на защиту. Построение литературного обзора. Интерпретация результатов исследования. Примеры постановки задач исследования и их решение.

Самостоятельная работа

Изучение выпускных квалификационных работ выпускников кафедры ТиМ бокса и бокса.

13. Дополнительные (внетренировочные и внесоревновательные) факторы в системе спортивной тренировки

13.1. Место соревнований, спортивный инвентарь и оборудование.

Тренажеры, диагностическая и управляющая аппаратура

Лекции

Гигиенические требования к местам проведения тренировок и соревнований. Спортивный инвентарь. Его параметры и требования к его состоянию и устройству. Оборудование зала. Снаряды, тренажеры. Диагностическая аппаратура. Кик-тест. Диагностика психических функций боксера.

Практические занятия

Залы для проведения специальных тренировок и тренировок по ОФП. Залы для проведения соревнований. Оборудование зала. Ведущие фирмы в экипировке и обеспечении тренировочного процесса. Место тренажеров в современном тренировочном процессе.

Самостоятельная работа

Ознакомление с оборудованием зала для занятий боксом в ведущих клубах города. Ознакомление с основными местами проведения соревнований по боксу.

13.2. Средства восстановления, стимуляция работоспособности и адаптационных процессов

Лекции

Методические приемы, отражающие методику рационального построения спортивной тренировки, как основание системы восстановления. Психологические средства восстановления. Медико-биологические средства восстановления. Оценка эффективности восстановительных мероприятий. Организация восстановительных мероприятий.

Практические занятия

Нагрузка и восстановление как взаимосвязанные стороны тренировочного процесса. Приемы обеспечения рационального сочетания тренировочных нагрузок и пауз отдыха: вариации пауз отдыха между отдельными упражнениями, между отдельными тренировочными занятиями, между микроциклами, мезоциклами, соревнованиями; волнообразность нагрузок в рамках различных циклов тренировки; сочетание упражнений, активного и пассивного отдыха, занятий, проводимых в разных условиях (среднегорье, жаркая, холодная погода); переключение с одного вида упражнений на другие, рациональный режим дня.

Использование психологических средств с целью создания благоприятного эмоционального фона для тренировок и соревнований.

Самостоятельная работа

Ознакомление с практикой использования средств восстановления сборных команд и отдельных спортсменов. Отчет по результатам проделанной работы.

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

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

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

ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ (1 КУРС)

1. Роль и место бокса в отечественной системе физического воспитания.
2. Стилиевые особенности и формирование индивидуально-типовой манеры ведения боя у боксеров высокой квалификации.
3. Характер и система проведения соревнований.
4. Общие основы техники бокса и технической подготовки боксера.
5. Методика научно-исследовательской работы студентов (УИРС и НИРС).
6. Права и обязанности участника соревнований.
7. Общие основы тактики и тактической подготовки боксера.
8. Особенности ведения боя на дальней дистанции.
9. Состав судейской комиссии.
10. Общие основы подготовки боксера.
11. Воспитательное воздействие бокса на формирование личности спортсмена.
12. Главный судья, его права и обязанности.
13. Основные средства и методы тренировки боксера.
14. Общие основы психической подготовки боксера.
15. Права и обязанности бокового судьи.
16. Особенности проведения предсоревновательной разминки с учетом состояния «предстартовой лихорадки» или «предстартовой апатии» боксера.
17. Назначение боксерских снарядов, тренажеров и оборудования.
18. Права и обязанности рефери.
19. Левша в боксе, общая характеристика.
20. Особенности ведения боя на средней дистанции.

21. Команды и жесты рефери.
22. Управление развитием бокса в России. Общая характеристика Федерации бокса России, ее задачи, структура и организация работы.
23. Методические приемы и средства снятия у боксера послесоревновательного возбуждения после окончания боя.
24. Правила заполнения судейской записки.
25. Особенности ведения боя на ближней дистанции.
26. Правила соревнований по боксу, их эволюция и влияние на технику и тактику бокса.
27. Международные связи Федерации бокса России. АИБА, ЕАБА, их структуры и задачи.
28. Порядок взвешивания и жеребьевки участников.
29. Ведущие психические качества и свойства боксера и методы их воспитания.
30. Совершенствование индивидуальной манеры ведения боя боксера.
31. Возрастное и разрядное деление участников соревнований.
32. Боевая стойка и ее назначение. Факторы, определяющие боевую стойку. Разновидности боевой стойки.
33. Психическая подготовка к тренировке и состязаниям. Настройка на бой.
34. Весовые категории в различных возрастных группах.
35. Передвижения боксера. Основные требования, предъявляемые к передвижениям. Виды передвижений.
36. Тренировочный урок и его структура.
37. История развития призового и профессионального бокса в Англии и США.
38. Общие основы силы боксера. Виды силовых проявлений в боксе.
39. История развития кулачных боев в России.
40. Общие основы быстроты боксера.
41. Общие основы выносливости боксера.
42. История развития бокса в России.

43. Общие основы понятия тренированности и спортивной формы боксера, ее критерии.
44. Общие основы координационных способностей (ловкости) боксера.
45. Положение о соревнованиях.
46. Саморегуляция психических состояний. Умение настраиваться на бой, умение перестраиваться в зависимости от обстановки.
47. Общие основы скоростно-силовой физической подготовки боксера.
48. Классификация защит боксера, выполненных с помощью рук.
49. Медицинские противопоказания к занятиям боксом.
50. Общие основы понятия гибкости боксера.
51. Тактика ведения боя: планирование, разведка, реализация.
52. Общая характеристика и содержание группового занятия по овладению и совершенствованию технико-тактического мастерства боксера.
53. Общая характеристика и содержание учебно-тренировочного индивидуализированного занятия по совершенствованию техники и тактики боксера.
54. Техника боевых действий на дальней дистанции.
55. Тактика ведения боя против боксера–силовика.
56. Техника боевых действий на средней дистанции.
57. Техника боевых действий на ближней дистанции.
58. Методы и варианты регулирования массы тела и ее влияние на состояние боксера.
59. Классификация, систематика, терминология бокса.
60. Основы профилактики травматизма в боксе (педагогические, медицинские и др. аспекты).

ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ 2 КУРС

1. Цели и задачи, стоящие перед тренером при обучении боксера-новичка.
2. Тактика ведения оборонительного боя.
3. Особенности правил соревнований у юношей.

4. Документация секции бокса.
5. Тактика ведения наступательного боя.
6. Значение корригирующих упражнений при работе с боксерами–юношами.
7. Методика проведения занятий по общефизической подготовке.
8. Основы обучения тактическим действиям боксера–новичка.
9. Особенности фронтального, группового и индивидуального методов обучения технике приемов у начинающих боксеров.
10. Характер присуждения победы в боксе.
11. Методика проведения занятий по специальной физической подготовке боксера–новичка.
12. Техничко-тактическая подготовка боксера–новичка: объем технико-тактических приемов, время и порядок их совершенствования.
13. Провести жеребьевку на 26 участников соревнований.
14. Значение контрольных нормативов по общефизической и технико-тактической подготовке в спортивном совершенствовании начинающего боксера.
15. Особенности планирования и проведения эксперимента.
16. Методы обучения технике передвижений боксера–новичка.
17. Охарактеризовать использование словесного, наглядного и практического методов в разные периоды подготовки боксера–новичка.
18. Обязанности врача, секретаря, судьи-хронометриста, судьи при участниках, судьи-информатора при проведении соревнований.
19. Цели, задачи, стоящие перед тренером при подготовке боксера–новичка к соревновательному бою.
20. Методы, регистрирующие специальную работоспособность в боксе.
21. Методы обучения технике защитных действий боксера–новичка.
22. Методы регистрации скоростно-силовых показателей в боксе.
23. Состав судейской коллегии по боксу.

24. Учет возрастных, анатомо-морфологических и психологических особенностей при обучении боксера–новичка.

25. Методы регистрации силовых показателей в боксе.

26. Участники соревнований по боксу. Возрастное, разрядное деление. Весовые категории.

27. Основные требования, предъявляемые к уроку при обучении боксера–новичка.

28. Методы регистрации скоростных качеств в боксе.

29. Роль тренера как личности в воспитании юных боксеров.

30. Боксер–левша: анатомо-физиологические особенности; методика обучения; основные тактические установки при обучении.

31. Задачи, значение, характер и способы проведения соревнований по боксу.

32. Написать конспект урока по обучению технике нанесения левого прямого в голову и защит от него (на месте и в движении).

33. Этап начального разучивания двигательного навыка.

34. Характеристика техники боя на средней дистанции.

35. Педагогический эксперимент как метод ведения научно-исследовательской работы в боксе.

36. Этап углубленного разучивания двигательного навыка.

37. Спортивно-массовая и пропагандистская работа по боксу.

38. Организация, планирование и учет учебно-тренировочной работы в секции бокса.

39. Педагогические наблюдения как метод ведения научно-исследовательской работы в боксе.

40. Использование дидактического принципа сознательности и активности при обучении боксера–новичка.

41. Написать конспект урока на тему: «Совершенствование контратакующих действий в бою на средней дистанции».

42.Использование дидактического принципа наглядности при обучении боксера–новичка.

43.Материальные условия занятий боксом.

44.Использование дидактического принципа систематичности и последовательности при обучении боксера–новичка.

45.Написать конспект урока на тему: «Совершенствование однотипных ударов в бою на средней дистанции».

46.Использование дидактического принципа доступности и индивидуализации при обучении боксера–новичка.

47.Этап закрепления и совершенствования навыков.

48.Методика проведения занятий физкультурно-оздоровительного и прикладного характера средствами бокса.

49.Особенности воспитательной работы с боксерами–новичками.

50.Организационно-методические основы набора в секцию бокса.

51.Наиболее распространенные технико-тактические приемы, применяемые в бою на средней дистанции.

52.Требования, предъявляемые к документации на участие в соревнованиях по боксу.

53.Профилактика травматизма у боксеров–новичков.

54.Роль мандатной комиссии в организации и проведении соревнований.

55.Общие основы гигиены боксеров–новичков.

56.Совершенствование вестибулярной устойчивости: чередование акробатических упражнений (кувырков, поворотов и т.д.) с ударными и защитными действиями.

57.Воспитывающая роль соревнований по боксу.

58.Написать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов тактики ведения боя на средней дистанции».

59.Роль коллектива в формировании нравственных, патриотических и эстетических черт характера и норм у начинающих боксеров.

60. Типичные ошибки, допускаемые боксером-новичком при овладении техникой бокса, и способы их устранения.

ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ 3 КУРС

1. Методические особенности подготовки боксеров–юношей и juniоров.
2. Оборудование зала бокса и летней площадки для занятий боксом.
3. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование атакующих действий в бою на дальней дистанции»
4. Факторы, дополняющие тренировку.
5. Вспомогательные снаряды и тренажеры для развития физических качеств и совершенствования техники боксера.
6. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование контратакующих действий в бою на дальней дистанции».
7. Применение принципа наглядности при тренировке техники и тактики бокса у боксеров–юношей и juniоров.
8. Ведущие спортооружения и комплексы для проведения соревнований и учебно-тренировочных занятий по боксу.
9. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование атакующих действий в бою на средней дистанции».
10. Основные методические приемы, применяемые при совершенствовании техники и тактики бокса у боксеров–юношей и juniоров.
11. Гигиенические требования, предъявляемые к залу и хранению инвентаря.
12. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование контратакующих действий в бою на средней дистанции».
13. Методика применения общеподготовительных и общеразвивающих упражнений в совершенствовании технико-тактического мастерства боксеров–юношей и juniоров.
14. Использование киноматериала в учебно-тренировочном процессе боксеров–юношей и juniоров.

15. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов техники ближнего боя».

16. Методика применения специально-подготовительных и соревновательных упражнений в совершенствовании технико-тактического мастерства боксеров–юношей и juniоров.

17. Техническое оборудование мест соревнований по боксу.

18. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов техники ведения боя на дальней дистанции».

19. Применение принципа доступности и индивидуализации при обучении и тренировке боксеров–юношей и juniоров.

20. Планирование и организация соревнований по боксу.

21. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов тактики ведения боя на средней дистанции».

22. Методические особенности тренировки силы у боксеров–юношей и juniоров.

23. Проведение соревнований по боксу.

24. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов тактики ведения ближнего боя».

25. Методические особенности тренировки быстроты у боксеров–юношей и juniоров.

26. Виды учебно-тренировочных сборов по боксу у боксеров–юношей и juniоров, их организация и проведение.

27. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов тактики ведения комбинационного боя».

28. Некоторые методические особенности тренировки выносливости у боксеров–юношей и juniоров.

29. Организация научного обеспечения тренировочного процесса в командах ДСО, ведомств и сборной команды России.

30. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов тактики ведения боя против боксера–левши».

31.Некоторые методические особенности тренировки ловкости и вестибулярной устойчивости у боксеров–юношей и juniоров.

32.Структура организации комплексных научных групп при сборных командах.

33.Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов тактики ведения боя против боксера, непрерывно атакующего со средней и ближней дистанции».

34.Некоторые методические особенности тренировки специализированных качеств у боксеров–юношей и juniоров.

35.Организация педагогического контроля при проведении учебно-тренировочного процесса.

36.Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов тактики ведения боя против боксера, ведущего бой на дальней дистанции».

37.Роль и значение подготовки боксеров–юношей и juniоров.

38.Организация медицинского контроля при проведении учебно-тренировочного процесса по боксу.

39.Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов тактики ведения боя против боксера, обладающего сильным ударом».

40.Методика проведения учебно-тренировочного занятия на местности по совершенствованию общефизической и специализированной подготовки боксеров–юношей и juniоров.

41.Требования, предъявляемые к спортивным сооружениям при проведении соревнований по боксу.

42.Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов тактики ведения боя против боксера, предпочитающего контратакующую форму ведения боя».

43.Методика проведения учебно-тренировочного занятия в зале по совершенствованию общефизической и специализированной подготовки боксеров–юношей и юниоров.

44.Требования, предъявляемые к составлению документации при организации и проведении соревнований по боксу.

45.Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов тактики ведения боя против непрерывно атакующего боксера».

46.Интеллектуальная подготовка боксеров–юношей и юниоров.

47.Система отбора и моделирование спортивной деятельности в боксе.

48.Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов тактики ведения боя в углу и у канатов ринга».

49.Особенности ведения учебно-тренировочной работы в различных звеньях системы спортивной подготовки: в детско-юношеских спортивных школах, коллективах физической культуры, опорных пунктах олимпийской подготовки, вузах, техникумах и др.

50.Совершенствование «школы бокса» как методический прием повышения технических способностей боксеров–юношей и юниоров.

51.Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование подготовительных действий перед проведением атаки».

52.Особенности тренировочных нагрузок для боксеров–юношей и юниоров.

53.Круговой метод тренировки в боксе, его характеристика и применение.

54.Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование защитных действий в бою на дальней дистанции».

55.Тренер как педагог и воспитатель.

56.Интервальный метод тренировки в боксе, его характеристика и применение.

57.Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование защитных действий в бою на средней дистанции».

58. Личные качества тренера.

59. Соревновательный метод тренировки, его характеристика и применение.

60. Назвать и проанализировать наиболее значительные состязания по боксу в текущем году.

61. Учет и контроль спортивных нагрузок у боксеров–юношей и юниоров.

62. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование общефизической подготовки у боксеров–юношей и юниоров в спортивном зале».

63. Общие понятия о моделировании спортивной деятельности в боксе.

64. Особенности ведения воспитательной работы с боксерами–юношами и юниорами.

65. Применение принципа сознательности и активности при обучении и тренировке боксера–юноши и юниора.

ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ 4 КУРС

1. Оборудование зала бокса и летней площадки для занятий боксом

2. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование атакующих действий в бою на дальней дистанции»

3. Вспомогательные снаряды и тренажеры для развития физических качеств и совершенствования техники боксера.

4. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование контратакующих действий в бою на дальней дистанции».

5. Ведущие спортивные сооружения и комплексы для проведения соревнований и учебно-тренировочных занятий по боксу

6. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование атакующих действий в бою на средней дистанции».

7. Гигиенические требования, предъявляемые к залу и хранению инвентаря.

8. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование контратакующих действий в бою на средней дистанции».

9.Использование киноматериала в учебно-тренировочном процессе боксеров–юношей и юниоров.

10.Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов техники ближнего боя.

11.Техническое оборудование мест соревнований по боксу

12. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов техники ведения боя на дальней дистанции».

13.Планирование и организация соревнований по боксу

14.Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов тактики ведения боя на средней дистанции».

15.Проведение соревнований по боксу

16.Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов тактики ведения ближнего боя».

17.Виды учебно-тренировочных сборов по боксу у боксеров–юношей и юниоров, их организация и проведение.

18.Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов тактики ведения комбинационного боя».

19.Организация научного обеспечения тренировочного процесса в командах ДСО, ведомств и сборной команды России.

20.Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов тактики ведения боя против боксера–левши».

21.Структура организации комплексных научных групп при сборных командах.

22.Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов тактики ведения боя против боксера, непрерывно атакующего со средней и ближней дистанции».

23.Организация педагогического контроля при проведении учебно-тренировочного процесса.

24. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов тактики ведения боя против боксера, ведущего бой на дальней дистанции».

25. Организация медицинского контроля при проведении учебно-тренировочного процесса по боксу

26. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов тактики ведения боя против боксера, обладающего сильным ударом».

27. Требования, предъявляемые к спортивным сооружениям при проведении соревнований по боксу.

28. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов тактики ведения боя против боксера, предпочитающего контратакующую форму ведения боя».

29. Требования, предъявляемые к составлению документации при организации и проведении соревнований по боксу

30. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов тактики ведения боя против непрерывно атакующего боксера».

31. Система отбора и моделирование спортивной деятельности в боксе

32. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование элементов тактики ведения боя в углу и у канатов ринга».

33. Совершенствование «школы бокса» как методический прием повышения технических способностей боксеров–юношей и юниоров.

34. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование подготовительных действий перед проведением атаки».

35. Круговой метод тренировки в боксе, его характеристика и применение.

36. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование защитных действий в бою на дальней дистанции».

37. Интервальный метод тренировки в боксе, его характеристика и применение.

38. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование защитных действий в бою на средней дистанции».

39. Соревновательный метод тренировки, его характеристика и применение.

40.2. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование защитных действий в ближнем бою».

41. Специальные психические качества боксера, их характеристика и методика тренировки.

42. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование защитных действий в бою на средней дистанции»

43. Особенности тренировки силы у боксера–юноши и юниора.

44. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование выносливости интервальным методом».

45. Особенности тренировки быстроты у боксеров–юношей и юниоров.

46. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование защитных действий в бою на средней дистанции».

47. Особенности тренировки выносливости у боксеров–юношей и юниоров.

48. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование общефизической подготовки у боксеров–юношей и юниоров в спортивном зале».

49. Особенности ведения воспитательной работы с боксерами–юношами и юниорами.

50. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование скоростно-силовых качеств боксеров–юношей и юниоров методом «круговой тренировки».

51. Применение принципа сознательности и активности при обучении и тренировке боксера–юноши и юниора.

52. Составить и методически обосновать конспект урока на тему: «Совершенствование специальных физических качеств боксеров–юношей и юниоров».

53. Методические особенности подготовки боксеров–юношей и juniоров.
54. Факторы, дополняющие тренировку.
55. Применение принципа наглядности при тренировке техники и тактики бокса у боксеров–юношей и juniоров.
56. Основные методические приемы, применяемые при совершенствовании техники и тактики бокса у боксеров–юношей и juniоров.
57. Методика применения общеподготовительных и общеразвивающих упражнений в совершенствовании технико-тактического мастерства боксеров–юношей и juniоров.
58. Методика применения специально-подготовительных и соревновательных упражнений в совершенствовании технико-тактического мастерства боксеров–юношей и juniоров.
59. Применение принципа доступности и индивидуализации при обучении и тренировке боксеров–юношей и juniоров.
60. Методические особенности тренировки силы у боксеров–юношей и juniоров.

ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ 5 КУРС

1. История бокса и перспективы развития.
2. Классификация, систематика и терминология бокса
3. Техника выполнения ударных действий в боксе
4. Методика построения занятий в боксе
5. Техника выполнения защитных действий в боксе
6. Методика построения микроциклов в боксе
7. Техника передвижений в боксе
8. Методика построения мезоциклов в боксе
9. Оценка соревновательной деятельности в боксе
10. Методика построения макроциклов в боксе
11. Техническая подготовка боксера
12. Правила любительских соревнований в боксе

13.Индивидуальная манера ведения боя в боксе. Факторы ее определяющие

14.Специализированные сооружения для занятий и соревнований по боксу

15.Силовая и искусная манера ведения боя. Их характеристика.

16.Правила проведения соревнований в профессиональном боксе

17.Общая физическая подготовка в боксе

18.Права и обязанности главного судьи соревнований по боксу

19.Специальная физическая подготовка в боксе

20.Секретарь соревнований, рефери, боевые судьи, судьи при участниках, права и обязанности.

21.Быстрота боксера, ее совершенствование.

22.Структура предсоревновательной подготовки боксеров высокой квалификации

23.Ловкость боксера, ее совершенствование

24.Роль и функции соревнований в боксе

25.Сила боксера, ее совершенствование

26.Возрастные и квалификационные группы в боксе

27.Система спортивных соревнований в боксе

28.Атакующая и контратакующая манера ведения боя. Их характеристика.

Направления индивидуализации подготовки

29.Общая и специальная выносливость боксера, ее совершенствование

30.Темповая, игровая, индивидуальная манера ведения боя. Их характеристика. Направления индивидуализации подготовки.

31.Общая и специальная психологическая подготовка в боксе

32.Оборудование зала и инвентарь для занятий боксом боксом

33.Волевые качества боксера. Их развитие.

34.Тактика боя боксеров нокаутеров и левшей. Индивидуализация их подготовки.

35.Типичные травмы в боксе. Противопоказания для занятий боксом

36.Подготовительные, наступательные, оборонительные действия в боксе

37. Характеристика нагрузок по величине и направленности в боксе
38. Тактическая подготовка в боксе. Средства и методы.
39. Совершенствование гибкости в боксе. Средства и методы.
40. Регуляция эмоциональных состояний в боксе.
41. Организация и материальное обеспечение соревнований по боксу
42. Совершенствование координационных способностей в боксе
43. Структура многолетней подготовки в боксе
44. Специализированные психические восприятия в боксе (чувство времени, дистанции и т.д.)
45. Совершенствование передвижений в боксе
46. Оперативный контроль в боксе
47. Текущий контроль в боксе
48. Совершенствование атакующих действий в боксе
49. Этапный контроль в боксе
50. Совершенствование контратакующих действий в боксе
51. Педагогическое тестирование в боксе
52. Руководство международным боксом
53. Психологическое тестирование в боксе
54. Совершенствование защитных действий в боксе
55. Руководство российским боксом
56. Совершенствование подготовительных действий в боксе
57. Врачебный контроль в боксе
58. Оценка технической и тактической подготовленности в боксе
59. Внетренировочные и внесоревновательные факторы в системе спортивной тренировки боксеров
60. Руководство международным профессиональным боксом Правила составления рейтингов. Чемпионские бои.

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

а) Основная литература:

1. Абаджян В.А. Медико-биологические и психологические особенности тренировочной и соревновательной деятельности боксеров / В.А. Абаджян, В.А. Санников. М.: ФиС, 2013. – 230 с.
2. Арцишевский В. Бокс / В. Арцишевский. – М.: Феникс, 2012. – 210 с.
3. Градополов К.В. Бокс / К.В. Градополов. – М.: ИНСАН, 2010. – 320 с.
4. Денисов Б. Техника – основа мастерства в боксе / Б. Денисов. – М.: ФиС, 2012. – 265 с.
5. Иванов, А. Н. Кикбоксинг / А. Н. Иванов. – Киев: Перун, 2000.
6. Клещев В. Н. Кикбоксинг: учебник для вузов. – М.: «Академический проект», 2006. – 288 с.
7. Теория и методика бокса: учебник / Под общ. ред. Е.В. Калмыкова. – М.: ФиС, 2009. – 272 с.
8. Филимонов В.И. Современная система подготовки боксеров / В.И. Филимонов. – М.: «Инсан», 2009. – 512 с.
9. Филимонов В.И. Бокс и кикбоксинг: обучение и тренировка / В.И. Филимонов, С.Ш. Ибраев. – М.: ИНСАН, 2011. – 528 с.
10. Щитов В. Бокс: Техника боя / В. Щитов. – М.: Фаир, 2008. – 464 с.

б) дополнительная литература:

1. Бокс : учебник для институтов физической культуры / под общ. ред. И. П. Дегтярева. – М.: Физкультура и спорт, 1979.
2. Бутенко, Б. И. Специализированная подготовка боксера / Б. И. Бутенко. – М.: Физкультура и спорт, 1967.
3. Джероян, Г. О. Тактическая подготовка боксера / Г. О. Джероян. – М.: Физкультура и спорт, 1970.
4. Джероян, Г. О. Предсоревновательная подготовка боксеров / Г. О. Джероян, Н. А. Худадов. – М.: Физкультура и спорт, 1971.
5. Зиборов, О. Е. Библиотека кикбоксера / О. Е. Зиборов. – М, 1993. – Т. 1.

6. Казаков, М. Врачебный контроль в боксе / М. Казаков. – М.: Физкультура и спорт, 1957.
7. Кикбоксинг. Правила соревнований. – М.: Физкультура и спорт, 1997.
8. Клевенко, В. М. Быстрота в боксе / В. М. Клевенко. – М.: Физкультура и спорт, 1968.
9. Куликов, А. Кикбоксинг / А. Куликов. – М.: Агентство «Фияр», 1998.
10. Куреченков, А. И. Изменение костно-суставного аппарата у юных спортсменов / А. И. Куреченков. – М., 1958.
11. Лаптев, А. Управление тренированностью боксера / А. Лаптев. – М.: Физкультура и спорт, 1973.
12. Медицинский справочник тренера / под ред. В. Геселевича. – 2-е изд. – М.: Физкультура и спорт, 1981.
13. Никифоров, Ю. Б. Построение и планирование тренировки в боксе / Ю. Б. Никифоров, И. Б. Викторов. – М.: Физкультура и спорт, 1978.
14. Огуренков, Е. И. Ближний бой в боксе / Е. И. Огуренков. – М.: Физкультура и спорт, 1959.
15. Огуренков, В. И. Левша в боксе / В. И. Огуренков. – М.: Физкультура и спорт, 1959.
16. Романов, В. М. Бой на дальней, средней и ближней дистанциях / В. М. Романов. – М.: Физкультура и спорт, 1979.
17. Основы управления подготовкой юных спортсменов / под ред. М. Я. Набатниковой. – М.: Физкультура и спорт, 1982.
18. Спортивная медицина: учебник для институтов физкультуры. – М.: Физкультура и спорт, 1980.
19. Филин, В. П. Основы юношеского спорта / В. П. Филин. – М.: Физкультура и спорт, 1980.

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

1. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>

2. <http://medline.ru>
3. <https://elibrary.ru>
4. <http://lms.sportedu.ru>

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

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

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

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

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

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

3) Залы: игровой и бокса (кикбоксинга), в которых находятся спортивное оборудование и инвентарь

- а) ринг; снаряды, силовые тренажеры, тренажер «Кик-тест»
- б) мячи.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) *Теория и методика избранного вида спорта (бокс)* для обучающихся института ИСиФВ 1 курса, 12 группы направления подготовки / специальности 49.03.00 – *Физическая культура направленности (профилю) – Спортивная подготовка очной, заочной формы (м) обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1, 2 семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: зачет, 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 семестр			
1	<i>Опрос по теме: «Введение в специальность»</i>	<i>6 неделя</i>	<i>5</i>
2	<i>Реферат на тему «Классификация, систематика и терминология бокса»</i>	<i>12 неделя</i>	<i>15</i>
3	<i>Реферат на тему: «Техника бокса»</i>	<i>14 неделя</i>	<i>15</i>
4	<i>Реферат на тему: «Тактика бокса».</i>	<i>16неделя</i>	<i>15</i>
5	<i>Выступление на семинаре «Бокс в отечественной системе физического воспитания»</i>	<i>8 неделя</i>	<i>10</i>
6	<i>Контрольная работа по теме: «Техника, тактика бокса»</i>	<i>18 неделя</i>	<i>10</i>
7	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>10</i>
	Зачет		<i>20</i>
2 семестр			
1	<i>Опрос по теме: «Психические качества боксера</i>	<i>26</i>	<i>15</i>
2	<i>Подготовка конспекта занятия (1) Структура тренировочного занятия</i>	<i>26</i>	<i>15</i>
3	<i>Подготовка конспекта занятия (2) Типы и организация занятий</i>	<i>28</i>	<i>10</i>
4	<i>Составление сценария варианта спортивно-массового мероприятия</i>	<i>34</i>	<i>10</i>

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

5	Оценка самостоятельно проведенного тестирования	39	10
6	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
	Контрольная работа «Физические и психические качества боксера»	10
	Контрольная работа «Организация и проведение соревнований.	10
	Контрольная работа по разделу (модулю) «Правила соревнований»	10
	Выступление на семинаре «Психические качества боксера»	10
3	Подготовка доклада по разделу, пропущенному студентом	10
4	Написание реферата по тем, пропущенной студентом	10
5	Дополнительное тестирование по теме, пропущенной студентом	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (бокс) для обучающихся института ИСиФВ 2 курса, 12 группы направления подготовки/ специальности 49.03.00 – Физическая культура направленности (профилю) – Спортивная подготовка очной, заочной формы (м) обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3, 4 семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: зачет, экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ²	Максимальное кол-во баллов
3 семестр			
1	<i>Написание реферата по теме «Характеристика бокса в различных возрастных и квалификационных группах»</i>	5	10
2	<i>Контрольная работа по разделу «Этапы формирования и совершенствования двигательных навыков при обучении боксера-новичка»</i>	14	10
3	<i>Опрос по теме: «Основы обучения. Цели, задачи, методы обучения и воспитания боксеров-новичков»</i>	10	10
4	<i>Опрос по теме: «Специфика тренировочных нагрузок в подготовке боксеров-юношей»</i>	24	10
5	<i>Выступление на семинаре «Анатомо-физиологические и психические особенности представителей различных возрастных групп»</i>	8	10
6	<i>Анализ видеоматериалов. Демонстрация (оценка) по теме: Особенности методики обучения технике и тактике бокса</i>	21	10
7	<i>Просмотр и анализ видеоматериалов, опрос по теме: Методика проведения занятий физкультурно-оздоровительного и прикладного характера средствами бокса в подростковой и юношеской возрастных группах</i>	23	10
8	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	10
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов
4 семестр			
1	<i>Опрос по теме: «Особенности работы секций бокса в вузах и колледжах»</i>	32	5
2	<i>Опрос по теме: «Бокс в системе фитнес-центров. Клубы</i>	33	5

² Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	профессионального бокса»		
3	Контрольное судейство (к теме «Правила соревнований для боксеров-юношей»)	35	10
4	Составление сценария: «Спортивно-массовая и пропагандистская работа по боксу»	36	15
5	Опрос по теме: «Научно-практические проблемы и перспективы НИР в технике и методике обучения и тренировки в боксе»	37	5
6	Составление плана-проспекта научного исследования: Планирование и организация исследований в боксе	39	10
7	Самостоятельное проведение контрольного тестирования в группе (выборочно) по теме: Методы и методики исследований в боксе	40	10
8	Посещение занятий	<i>В течение семестра</i>	10
	Экзамен:		30
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу «Организация работы секции бокса»</i>	10
2	<i>Контрольная работа по теме «Особенности работы секций бокса в вузах и колледжах»</i>	10
3	<i>Контрольная работа по теме «Бокс в системе фитнес-центров. Клубы профессионального бокса»</i>	10
4	<i>Выступление на семинаре</i>	10
5	<i>Подготовка доклада по теме, пропущенной студентом</i>	10
6	<i>Дополнительное тестирование по теме, пропущенной студентом)</i>	10
7	<i>Написание реферата по теме, пропущенной студентом</i>	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
-----------------	-----	-------	-------	-------	-------	--------

Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (бокс) для обучающихся института ИСиФВ 3 курса, 12 группы направления подготовки/ специальности 49.03.00 – Физическая культура направленности (профилю) – Спортивная подготовка очной, заочной формы (м) обучения

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5, 6 семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: зачет, экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ³	Максимальное кол-во баллов
5 семестр			
1	<i>Контрольная работа по разделу «Интегральная подготовка боксеров-юношей и юниоров»</i>	4	15
2	<i>Реферат на тему: Основные средства и методы спортивной тренировки»</i>	8	15
3	<i>Выступление на семинаре «Моральная и специальная психическая подготовка боксеров-юношей и юниоров»</i>	10	15
4	<i>Выступление на семинаре «Физическая подготовка боксеров-юношей и юниоров»</i>	13	15
5	<i>Опрос по теме: Техническая и тактическая подготовка боксеров-юношей и юниоров»</i>	15	10
6	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	10
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов
6 семестр			
1	<i>Опрос по теме: « Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера»</i>		5
2	<i>Опрос по теме: «Секундирование в боксе»</i>		5
3	<i>Опрос по теме: «Основы профилактики травм в боксе»</i>		5
4	<i>Контрольная работа «Анализ видеозаписей тренировок»</i>		15
5	<i>Составление конспектов для проведения занятий по ОФП и СФП</i>		10
6	<i>Анализ и оценка действий в качестве рефери</i>		10
7	<i>Тест по теме: Совершенствование навыков и умений</i>		10

³ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	<i>тестирования</i>		
8	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	10
	Экзамен		30
	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, пропущенному студентом</i>	5
3	<i>Выступление на семинаре по теме, пропущенной студентом</i>	10
4	<i>Подготовка доклада по разделу, пропущенному студентом</i>	5
5	<i>Дополнительное тестирование по теме/модулю «Система спортивной тренировки юношей и юниоров»</i>	5
6	<i>Написание реферата по теме «Научно-исследовательская работа»</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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (бокс) для обучающихся института ИСиФВ 4 курса, 12 группы направления подготовки/ специальности 49.03.00 – Физическая культура направленности (профилю) – Спортивная подготовка очной, заочной формы (м) обучения

1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7, 8 семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ⁴	Максимальное кол-во баллов
7 семестр			
1	<i>Реферат по разделу «Характеристика системы подготовки квалифицированных спортсменов и направление ее совершенствования»</i>	6 неделя	15
3	<i>Выступление на семинаре «Адаптация в спортивной тренировке»</i>	8	5
	<i>Выступление на семинаре «Методика технической подготовки»</i>	13	5
	<i>Опрос по теме: Структура тактической подготовленности»</i>	12	5
	<i>Письменный обзор по результатам самостоятельного изучения по теме: Совершенствование тактической подготовленности</i>	15	15
	<i>Опрос по разделу: «Физическая подготовка»</i>	16	5
6	<i>Тест по теме «Нагрузка в спортивной тренировке».</i>	9	5
7	<i>Написание реферата по теме «Структура и совершенствование психических возможностей»</i>	18	15
10	<i>Посещение занятий</i>	В течение семестра	10
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов
8 семестр			
1	<i>Опрос по теме: «Виды и структура микроциклов. Периодизация тренировки в отдельном макроцикле»</i>	24	5

⁴ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

2	Опрос по теме: «Структура многолетней подготовки»	26	5
3	Реферат по теме: «Направления интенсификации тренировочного процесса»	27	15
4	Контрольная работа: «Средства восстановления, стимуляция работоспособности и адаптационных процессов»	29	15
5	Конспект и оценка конспекта занятия по теме: «Методика построения занятий»	23	10
6	Оценка анализа дневников спортсменов по теме: «Суммарный объем и соотношение работы различной направленности в течение года и макроцикла»	25	5
7	Оценка анализа дневников ведущих спортсменов «Динамика нагрузок и соотношение работы различной направленности в многолетней подготовке»	28	5
10	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Техническая подготовка»	5
2	Контрольная работа по разделу «Тактическая подготовка»	5
3	Выступление на семинаре по теме занятия, пропущенного студентом	10
4	Подготовка доклада по теме пропущенного студентом занятия	5
5	Дополнительное тестирование по теме пропущенного студентом занятия	5
6	Написание реферата по теме «Структура многолетней подготовки»	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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			

Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A
----------------------	---	---	---	---	---	---

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (бокс) для обучающихся института ИСиФВ 1 курса, 12 группы направления подготовки / специальности 49.03.00 – Физическая культура направленности (профилю) – Спортивная подготовка очной, заочной формы (м) обучения

IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1, 2 семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: зачет, экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ⁵	Максимальное кол-во баллов
1 семестр			
1	<i>Опрос по теме: «Введение в специальность»</i>	<i>6 неделя</i>	<i>5</i>
2	<i>Реферат на тему «Классификация, систематика и терминология бокса»</i>	<i>12 неделя</i>	<i>15</i>
3	<i>Реферат на тему: «Техника бокса»</i>	<i>14 неделя</i>	<i>15</i>
4	<i>Реферат на тему: «Тактика бокса».</i>	<i>16неделя</i>	<i>15</i>
5	<i>Выступление на семинаре «Бокс в отечественной системе физического воспитания»</i>	<i>8 неделя</i>	<i>10</i>
6	<i>Контрольная работа по теме: «Техника, тактика бокса»</i>	<i>18 неделя</i>	<i>10</i>

⁵ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

7	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Зачет		20
2 семестр			
1	Опрос по теме: «Психические качества боксера	26	15
2	Подготовка конспекта занятия (1) Структура тренировочного занятия	26	15
3	Подготовка конспекта занятия (2) Типы и организация занятий	28	10
4	Составление сценария варианта спортивно-массового мероприятия	34	10
5	Оценка самостоятельно проведенного тестирования	39	10
6	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
	Контрольная работа «Физические и психические качества боксера»	10
	Контрольная работа «Организация и проведение соревнований.	10
	Контрольная работа по разделу (модулю) «Правила соревнований»	10
	Выступление на семинаре «Психические качества боксера»	10
3	Подготовка доклада по разделу, пропущенному студентом	10
4	Написание реферата по тем, пропущенной студентом	10
5	Дополнительное тестирование по теме, пропущенной студентом	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
-----------------	-----	-------	-------	-------	-------	--------

Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (бокс) для обучающихся института ИСиФВ 2 курса, 12 группы направления подготовки/ специальности 49.03.00 – Физическая культура направленности (профилю) – Спортивная подготовка очной, заочной формы (м) обучения

V. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3, 4 семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: зачет, экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ⁶	Максимальное кол-во баллов
3 семестр			
1	<i>Написание реферата по теме «Характеристика бокса в различных возрастных и квалификационных группах»</i>	5	10
2	<i>Контрольная работа по разделу «Этапы формирования и совершенствования двигательных навыков при обучении боксера-новичка»</i>	14	10
3	<i>Опрос по теме: «Основы обучения. Цели, задачи, методы обучения и воспитания боксеров-новичков»</i>	10	10
4	<i>Опрос по теме: «Специфика тренировочных нагрузок в подготовке боксеров-юношей»</i>	24	10
5	<i>Выступление на семинаре «Анатомо-физиологические и психические особенности представителей различных возрастных групп»</i>	8	10
6	<i>Анализ видеоматериалов. Демонстрация (оценка) по теме:</i>	21	10

⁶ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	Особенности методики обучения технике и тактике бокса		
7	Просмотр и анализ видеоматериалов, опрос по теме: Методика проведения занятий физкультурно-оздоровительного и прикладного характера средствами бокса в подростковой и юношеской возрастных группах	23	10
8	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов
4 семестр			
1	Опрос по теме: «Особенности работы секций бокса в вузах и колледжах»	32	5
2	Опрос по теме: «Бокс в системе фитнес-центров. Клубы профессионального бокса»	33	5
3	Контрольное судейство (к теме «Правила соревнований для боксеров-юношей»)	35	10
4	Составление сценария: «Спортивно-массовая и пропагандистская работа по боксу»	36	15
5	Опрос по теме: «Научно-практические проблемы и перспективы НИР в технике и методике обучения и тренировки в боксе»	37	5
6	Составление плана-проспекта научного исследования: Планирование и организация исследований в боксе	39	10
7	Самостоятельное проведение контрольного тестирования в группе (выборочно) по теме: Методы и методики исследований в боксе	40	10
8	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен:		30
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Организация работы секции бокса»	10
2	Контрольная работа по теме «Особенности работы секций бокса в вузах и колледжах»	10
3	Контрольная работа по теме «Бокс в системе фитнес-центров. Клубы профессионального бокса»	10
4	Выступление на семинаре	10
5	Подготовка доклада по теме, пропущенной студентом	10
6	Дополнительное тестирование по теме, пропущенной студентом)	10
7	Написание реферата по теме, пропущенной студентом	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (бокс) для обучающихся института ИСиФВ 3 курса, 12 группы направления подготовки/ специальности 49.03.00 – Физическая культура направленности (профилю) – Спортивная подготовка очной, заочной формы (м) обучения

VI. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5, 6 семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: зачет, экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ⁷	Максимальное кол-во баллов
5 семестр			
1	<i>Контрольная работа по разделу «Интегральная подготовка боксеров-юношей и juniоров»</i>	4	15
2	<i>Реферат на тему: Основные средства и методы спортивной тренировки»</i>	7	15
3	<i>Выступление на семинаре «Моральная и специальная психическая подготовка боксеров-юношей и juniоров»</i>	11	15
4	<i>Выступление на семинаре «Физическая подготовка боксеров-юношей и juniоров»</i>	13	15
5	<i>Опрос по теме: Техническая и тактическая подготовка боксеров-юношей и juniоров»</i>	15	10
6	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	10
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов
6 семестр			
1	<i>Опрос по теме: « Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера»</i>	22	5
2	<i>Опрос по теме: «Секундирование в боксе»</i>	24	5
3	<i>Опрос по теме: «Основы профилактики травм в боксе»</i>	29	5
4	<i>Контрольная работа «Анализ видеозаписей тренировок»</i>	30	15
5	<i>Составление конспектов для проведения занятий по ОФП и СФП</i>	32	10
6	<i>Анализ и оценка действий в качестве рефери</i>	34	10
7	<i>Тест по теме: Совершенствование навыков и умений</i>	36	10

⁷ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	<i>тестирования</i>		
8	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	10
	Экзамен		30
	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, пропущенному студентом</i>	5
3	<i>Выступление на семинаре по теме, пропущенной студентом</i>	10
4	<i>Подготовка доклада по разделу, пропущенному студентом</i>	5
5	<i>Дополнительное тестирование по теме/модулю «Система спортивной тренировки юношей и juniоров»</i>	5
6	<i>Написание реферата по теме «Научно-исследовательская работа»</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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (бокс) для обучающихся института ИСиФВ 4 курса, 12 группы направления подготовки/ специальности 49.03.00 – Физическая культура направленности (профилю) – Спортивная подготовка очной, заочной формы (м) обучения

2. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7, 8 семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ⁸	Максимальное кол-во баллов
7 семестр			
1	<i>Реферат по разделу «Характеристика системы подготовки квалифицированных спортсменов и направление ее совершенствования»</i>	6 неделя	15
3	<i>Выступление на семинаре «Адаптация в спортивной тренировке»</i>	8	5
	<i>Выступление на семинаре «Методика технической подготовки»</i>	13	5
	<i>Опрос по теме: Структура тактической подготовленности»</i>	12	5
	<i>Письменный обзор по результатам самостоятельного изучения по теме: Совершенствование тактической подготовленности</i>	15	15
	<i>Опрос по разделу: «Физическая подготовка»</i>	16	5
6	<i>Тест по теме «Нагрузка в спортивной тренировке».</i>	9	5
7	<i>Написание реферата по теме «Структура и совершенствование психических возможностей»</i>	18	15
10	<i>Посещение занятий</i>	В течение семестра	10
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов
8 семестр			
1	<i>Опрос по теме: «Виды и структура микроциклов. Периодизация тренировки в отдельном макроцикле»</i>	24	5

⁸ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

2	Опрос по теме: «Структура многолетней подготовки»	26	5
3	Реферат по теме: «Направления интенсификации тренировочного процесса»	27	15
4	Контрольная работа: «Средства восстановления, стимуляция работоспособности и адаптационных процессов»	29	15
5	Конспект и оценка конспекта занятия по теме: «Методика построения занятий»	23	10
6	Оценка анализа дневников спортсменов по теме: «Суммарный объем и соотношение работы различной направленности в течение года и макроцикла»	25	5
7	Оценка анализа дневников ведущих спортсменов «Динамика нагрузок и соотношение работы различной направленности в многолетней подготовке»	28	5
10	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Техническая подготовка»	5
2	Контрольная работа по разделу «Тактическая подготовка»	5
3	Выступление на семинаре по теме занятия, пропущенного студентом	10
4	Подготовка доклада по теме пропущенного студентом занятия	5
5	Дополнительное тестирование по теме пропущенного студентом занятия	5
6	Написание реферата по теме «Структура многолетней подготовки»	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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			

Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A
----------------------	---	---	---	---	---	---

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (бокс) для обучающихся института ИСиФВ 5 курса, 12 группы направления подготовки/ специальности 49.03.00 – Физическая культура направленности (профилю) – Спортивная подготовка заочной формы (м) обучения

3. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 9, 10 семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
9 семестр			
1	<i>Реферат по разделу «Характеристика системы подготовки квалифицированных спортсменов и направления ее совершенствования»</i>		15
2	<i>Выступление на семинаре «Методика построения занятий»</i>		10
3	<i>Выступление на семинаре «Структура многолетней подготовки и факторы ее определяющие»</i>		10
4	<i>Опрос по теме: «Тренировка на различных этапах многолетней подготовки»</i>		5
5	<i>Опрос по разделу: «Методика построения тренировочного процесса в макроциклах»</i>		5
6	<i>Тест по теме «Нагрузка в спортивной тренировке».</i>		10
7	<i>Контрольная работа по теме «Структура многолетней подготовки»</i>		15
8	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	10
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов
10 семестр			
1	<i>Опрос по теме: «Основы управления и контроля»</i>		5
2	<i>Опрос по теме: «Моделирование в спортивной тренировке»</i>		5
3	<i>Реферат по теме: «Управление и контроль в спортивной тренировке»</i>		15
4	<i>Контрольная работа: «Дополнительные (внутриренировочные и внесоревновательные) факторы в</i>		15

	<i>системе спортивной тренировки»</i>		
5	<i>Конспект и оценка конспекта занятия по теме: «Научные исследования в боксе высших достижений»</i>		10
6	<i>Конспект и оценка конспекта занятия по теме: «Средства восстановления, стимуляция работоспособности и адаптационных процессов»</i>		10
7	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	10
8	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу «Техническая подготовка»</i>	5
2	<i>Контрольная работа по разделу «Тактическая подготовка»</i>	5
3	<i>Выступление на семинаре по теме занятия, пропущенного студентом</i>	10
4	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного студентом занятия</i>	5
5	<i>Дополнительное тестирование по теме пропущенного студентом занятия</i>	5
6	<i>Написание реферата по теме «Структура многолетней подготовки»</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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
-----------------	-----	-------	-------	-------	-------	--------

Словесно- цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

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



Институт Физической культуры и спорта

Кафедра Теории и методики бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова

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

Б1.Б.20 «Теория и методика избранного вида спорта (бокс)»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора – 2016 г.

Москва – 2017 г.

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 47 зачетных единиц.

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

2. Цель освоения дисциплины (модуля): «Теория и методика избранного вида спорта (бокс)»:

- изучение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 «Физическая культура» для работы в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва (СДЮСШОР), училищах олимпийского резерва (УОР), школах высшего спортивного мастерства (ШВСМ), сборных командах, высших 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), 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		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 боксе.	2		2
	<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 боксе с учетом особенностей занимающихся и требований	4		4

	стандартов спортивной подготовки			
	<i>Владеть:</i> - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в боксе с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.	4		4
	<i>Знать:</i> состав средств и методов бокса при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста.	1		1
	<i>Уметь:</i> применять средства и методы бокса для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при проведении занятий с лицами различного пола и возраста	4		4
ОПК-6	<i>Владеть:</i> - навыками формирования здорового образа жизни средствами бокса; построения тренировочных программ оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов.	5		5
	<i>Знать:</i> - правила соревнований по базовым видам спорта и боксу; - документы планирования и проведения соревнований; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - обязанности организаторов и судей соревнования; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.	1, 2		1, 2
	<i>Уметь:</i> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований	8		9
ОПК-8	<i>Владеть:</i> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований	8		9
	<i>Знать:</i> - основы научно-методической деятельности; - апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта; - методы научного анализа и обработки результатов исследований; - методы формулирования и представления обобщений и выводов.	2		2
	<i>Уметь:</i> - выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта - применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта; - интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности; - применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы	4		4
ОПК-11	<i>Владеть:</i> методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик	6		6

ПК-8	<p>Знать: - истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в боксе; - санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта 	2		2
	<p>Уметь: - использовать на занятиях боксом знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности 			
	<p>Владеть: - умениями осуществлять тренерскую деятельность в боксе с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - современными технологиями тренировки в боксе; - умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности 			
ПК-9	<p>Знать: - психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям боксом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции. 	2		2
	<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>	6		7
	<p>Владеть: - умением формировать мотивацию к занятиям боксом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции 			
ПК-10	<p>Знать: - теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики отбора и спортивной ориентации в боксе; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся 	2		2
	<p>Уметь: - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе;</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять предрасположенность к занятиям определенными видами спорта; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в боксе 	4		4
	<p>Владеть: умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в боксе с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся</p>			
ПК-11	<p>Знать: - федеральный стандарт спортивной подготовки по боксу, примерные программы подготовки по боксу;</p> <ul style="list-style-type: none"> - закономерности становления спортивного мастерства и формирования адаптационных процессов в ведущих функциональных системах; 	6		7

	<ul style="list-style-type: none"> - содержание тренировочного процесса на этапах детско-юношеского и массового спорта; - медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку на этапах детско-юношеского и массового спорта; - методы планирования тренировочного процесса 			
	<p><i>Уметь:</i> - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам;</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки) 	6		7
	<p><i>Владеть:</i> - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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> - виды и методы педагогического контроля и учета его результатов;</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и организацию педагогического контроля в боксе; - актуальные технологии управления состоянием спортсмена 	2		2
	<p><i>Уметь:</i> - разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение;</p> <ul style="list-style-type: none"> - пользоваться профессиональным инструментарием для сбора информации; - фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; - находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся 	8		9
	<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> - основы теории и методики спортивной тренировки в боксе;</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в боксе 	2		2
	<p><i>Уметь:</i> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - в соответствии с особенностями бокса демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности 	4		4
	<p><i>Владеть:</i> - в соответствии с особенностями бокса владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство 			
ПК-15	<p><i>Знать:</i> - средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки. 	4		4

	<p><i>Уметь:</i> - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности</p>	6		7
	<p><i>Владеть:</i> - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности; - средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности. - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия; - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия.</p>			
	<p><i>Знать:</i> - технологию составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем; - функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки; - методы составления финансовых документов.</p>	2		2
	<p><i>Уметь:</i> - составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивной экипировки, инвентаря, оборудования; - осуществлять качественный уход за применяемыми в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем; - выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги; - работать с нормативными документами, относящимися к профессиональной деятельности.</p>	8		8
	<p><i>Владеть:</i> - навыками безопасной и эффективной работы и качественного ухода за оборудованием и инвентарем. - навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки.</p>	8		8
<i>ПК-26</i>				
	<p><i>Знать:</i> - методы и средства сбора информации, а также основные источники информации о физической культуре и спорте; - основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; - принципы организации и проведения научно-исследовательских работ; - основы теории планирования эксперимента; - способы статистической обработки полученных результатов</p>	2		2
	<p><i>Уметь:</i> - планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик; - статистически обрабатывать и анализировать результаты; - осуществлять научный анализ, общение и оформление результатов исследований; - использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния занимающихся.</p>	4		5
	<p><i>Владеть:</i> - навыками получения и первичной обработки информации о достижениях в сфере ФКиС из различных источников; - основами организации и проведения научно-исследовательских работ;</p>	4		5
<i>ПК-28</i>				

	<ul style="list-style-type: none"> - навыками рационального использования учебно-лабораторного и управленческого оборудования, специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техникой. - использования информационных технологий для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности; - навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в профессиональной деятельности 			
ПК-30	<i>Знать:</i> - принципы организации научного исследования; - основы научного поиска, обработки и систематизации данных	2		2
	<i>Уметь:</i> - проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов; - использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся	2		2
	<i>Владеть:</i> опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности	4		5

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

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) Теория и методика избранного вида спорта (бокс) составляет 47 зачетных единиц, 1692 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	
Первый год обучения						
1.	Основы теории бокса	I				
1.1.	Введение в специальность. Компетенции		2	12	30	
1.2	Бокс в отечественной системе физического воспитания		2	14	30	
1.3	Классификация, систематика и терминология бокса		2	10	33	
2	Техника, тактика бокса.					
2.1	Техника бокса		4	14	35	
2.2.	Тактика бокса		4	16	35	

	Всего:	243	14	66	163		Зачет
3.	Физические и психические качества боксера	II					
3.1	Физические качества боксера		4	14	20		
3.2.	Психические качества боксера		4	14	20		
4.	Методика построения занятий в боксе (общие основы)						
4.1.	Структура тренировочного занятия (общие основы). Направленность занятий		2	10	30		
4.2.	Типы и организация занятий		2	10	30		
5.	Соревнования в боксе. Физкультурно-оздоровительная работа с населением.						
5.1.	Организация и проведение соревнований. Правила соревнований		4	10	30		
5.2.	Бокс как средство физкультурно-оздоровительной работы с населением. Спортивно-массовые мероприятия		4	10	20		
6	Научно- и учебно-исследовательская работа студентов						
6.1.	Цели, задачи и организация учебно-исследовательской работы студентов		2	10	20		
		279	22	78	170		Экзамен
Итого:		522	36	144	333	9	
Второй год обучения							
1.	Предпосылки рационального построения процесса обучения	III					
1.1.	Характеристика бокса в различных возрастных и квалификационных группах		2	10	6		
1.2.	Анатомо-физиологические и психические особенности		2	8	6		

	представителей различных возрастных групп						
1.3.	Материальные условия занятий боксом		2	8	6		
2.	Теория и методика обучения						
2.1.	Основы обучения. Цели, задачи, методы обучения и воспитания боксеров-новичков		2	10	6		
2.2.	Этапы формирования и совершенствования двигательных навыков при обучении боксера-новичка		4	8	6		
2.3.	Особенности методики обучения технике и тактике бокса		2	8	5		
2.4.	Методика проведения занятий физкультурно-оздоровительного и прикладного характера средствами бокса в подростковой и юношеской возрастных группах		2	10	5		
2.5.	Специфика тренировочных нагрузок в подготовке боксеров-юношей		2	10	5		
	Всего:	135	18	72	45		Зачет
3.	Организационные формы занятий боксом	IV					
3.1.	Организация работы секции бокса		2	10	10		
3.2.	Особенности работы секций бокса в вузах и колледжах		2	8	10		
3.3.	Бокс в системе фитнес-центров. Клубы профессионального бокса		2	8	10		
3.4.	Правила соревнований для боксеров-юношей		2	8	8		
3.5.	Спортивно-массовая и пропагандистская работа по боксу		2	10	8		
4.	Научно-исследовательская работа и УИРС						
4.1.	Научно-практические		2	8	10		

	проблемы и перспективы НИР в технике и методике обучения и тренировки в боксе						
4.2.	Планирование и организация исследований в боксе			10	10		
4.3.	Методы и методики исследований в боксе		2	10	10		
	Всего:	171	14	72	76		
	Итого:	306	32	144	121	9	Экзамен
Третий год обучения							
1.	Теория и методика тренировки боксеров-юношей и juniоров	V					
1.1.	Основные средства и методы спортивной тренировки		4	12	26		
2.	Виды подготовки боксеров-юношей и juniоров						
2.1.	Моральная и специальная психическая подготовка боксеров-юношей и juniоров		4	10	26		
2.2.	Физическая подготовка боксеров-юношей и juniоров		6	12	26		
2.3.	Техническая и тактическая подготовка боксеров-юношей и juniоров		6	12	26		
2.4.	Интегральная подготовка боксеров-юношей и juniоров		4	10	28		
3.	Система спортивной тренировки юношей и juniоров						
3.1.	Цели, задачи и содержание тренировки		4	8	28		
		252	28	64	160		
		VI					
4.	Педагогическое мастерство тренера		1	4	8		
4.1.	Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера		1	4	10		
4.2.	Совершенствование знаний, умений в			4	9		

	рассказе, показе и объяснении технико-тактических действий						
4.3.	Обучение и совершенствование технико-тактических действий на разных дистанциях		2	4	8		
4.4.	Проведение подготовительной, основной и заключительной частей занятий			6	10		
4.5.	Составление конспектов для проведения занятий по ОФП и СФП			6	8		
4.6.	Решение типовых задач подготовки как средство овладения профессионально-педагогическими навыками			4	6		
4.7.	Секундирование в боксе		1	4	6		
4.8.	Судейство соревнований		1	4	6		
4.9.	Основы профилактики травм в боксе		1	4	10		
5.	Научно-исследовательская работа и УИРС						
5.1.	Экспериментально-исследовательская работа		1	4	6		
5.2.	Совершенствование навыков и умений тестирования			4	6		
Всего		162	8	52	93		Экзамен
		414	36	116	253	9	
Четвертый год обучения							
		VII					
1.	Характеристика системы подготовки квалифицированных спортсменов и направления ее совершенствования						
1.1.	Основные понятия и общая характеристика системы подготовки спортсмена. Система спортивных соревнований		2	6	15		
1.2.	Структура		2	6	15		

	соревновательной деятельности. Направления совершенствования системы спортивной подготовки						
2.	Предпосылки рационального построения процесса спортивной тренировки						
2.1.	Адаптация в спортивной тренировке.		2	4	12		
2.2.	Нагрузка в спортивной тренировке		2	6	15		
3.	Техническая подготовка						
3.1.	Структура технической подготовленности		1	4	15		
3.2.	Методика технической подготовки		1	4	15		
4.	Тактическая подготовка						
4.1.	Структура тактической подготовленности		1	6	15		
4.2.	Совершенствование тактической подготовленности		1	6	10		
5.	Физическая подготовка						
5.1.	Скоростные и силовые способности		1	6	10		
5.2.	Выносливость, гибкость, координационные способности		1	6	10		
6.	Психологическая подготовка квалифицированных спортсменов						
6.1.	Структура и совершенствование моральных и волевых качеств		2	4	20		
6.2.	Структура и совершенствование психических возможностей		2	4	20		
	Всего:	252	18	62	172		
		VIII					
7	Интегральная подготовка						
7.1.	Преимущественные направления			4	6		

	интегральной подготовки						
8.	Структура тренировочного процесса квалифицированных спортсменов и методика построения его составляющих						
8.1.	Методика построения занятий		2	4	7		
8.2.	Методика построения микроциклов. Методика построения мезоциклов		1	4	6		
9.	Методика построения тренировочного процесса в макроциклах						
9.1.	Виды и структура макроциклов. Периодизация тренировки в отдельном макроцикле		1	2	6		
9.2.	Суммарный объем и соотношение работы различной направленности в течение года и макроцикла		1	2	6		
10.	Структура многолетней подготовки						
10.1.	Структура многолетней подготовки и факторы ее определяющие		1	4	6		
10.2.	Тренировка на различных этапах многолетней подготовки		1	4	6		
10.3.	Направления интенсификации тренировочного процесса в ходе многолетней подготовки боксера		2	4	4		
10.4.	Динамика нагрузок и соотношение работы различной направленности в многолетней подготовке		1	4	6		
11.	Управление и контроль в спортивной тренировке						
11.1.	Основы управления и контроля		1	4	6		
11.2.	Моделирование в спортивной тренировке		2	4	6		
12.	Научно-						

	исследовательская работа и УИРС						
12.1.	Научные исследования в боксе высших достижений		1	4	8		
12.2.	Структура ВКР, ее оформление		1	6	8		
13.	Дополнительные (внетренировочные и внесоревновательные) факторы в системе спортивной тренировки						
13.1.	Место соревнований, спортивный инвентарь и оборудование. Тренажеры, диагностическая и управляющая аппаратура		1	4	8		с
13.2.	Средства восстановления, стимуляция работоспособности и адаптационных процессов		2	4	10		
	Всего	198	18	58	113		Экзамен
	Итого:	450	36	120	285	9	

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) Теория и методика избранного вида спорта (бокс) составляет 47 зачетных единиц, 1692 академических часа.

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	
Первый год обучения							
1 семестр							
1	Раздел 1. Основы теории бокса						
1.1.	Введение в специальность Компетенции			2			

1.2.	Бокс в отечественной системе физического воспитания			2			
1.3.	Классификация, систематика и терминология бокса		2		36		
				2	37		
2	Раздел 2. Техника, тактика бокса. Физические и психические качества боксера						
2.1.	Техника бокса			8	36		
2.2.	Тактика бокса				39		
	Всего за 1 семестр	198	2	12	184		Зачет
2 семестр							
	Тактика бокса			2			
3	Раздел 3. Физические и психические качества боксера						
3.1.	Физические качества боксера			2	20		
3.2.	Психические качества боксера		2	2	20		
4	Раздел 4. Соревнования в боксе. Физкультурно-оздоровительная работа с населением.						
4.1.	Организация и проведение соревнований. Правила соревнований			2	20		
4.2.	Бокс как средство физкультурно-оздоровительной работы с населением. Спортивно-массовые мероприятия		2	2	20		
5	Раздел 5. Научно- и учебно-исследовательская работа студентов			4	19		
	Всего за 2 семестр	126	4	14	99		Экзамен
ИТОГО:		324	6	26	283	9	
Второй год обучения							
3 семестр							
1.	Предпосылки рационального построения процесса обучения						
1.1.	Характеристика бокса в различных возрастных и		1	1	18		

	квалификационных группах						
1.2.	Анатомо-физиологические и психические особенности представителей различных возрастных групп		1	2	20		
1.3.	Материальные условия занятий боксом			1	18		
2.	Теория и методика обучения						
2.1.	Основы обучения. Цели, задачи, методы обучения и воспитания боксеров-новичков		0,5	2	16		
2.2.	Этапы формирования и совершенствования двигательных навыков при обучении боксера-новичка		0,5	2	18		
2.3.	Особенности методики обучения технике и тактике бокса			2	18		
2.4.	Методика проведения занятий физкультурно-оздоровительного и прикладного характера средствами бокса в подростковой и юношеской возрастных группах		0,5	2	18		
2.5.	Специфика тренировочных нагрузок в подготовке боксеров-юношей		0,5	4	16		
	Всего за 3 семестр	162	4	16	142		Зачет
4 семестр							
3.	Организационные формы занятий боксом						
3.1.	Организация работы секции бокса			1	22		
3.2.	Особенности работы секций бокса в вузах и колледжах		1	2	23		
3.3.	Бокс в системе фитнес-центров. Клубы профессионального бокса		1	2	22		
3.4.	Правила соревнований для боксеров-юношей			2	20		
3.5.	Спортивно-массовая и пропагандистская работа по боксу			2	22		
4.	Научно-исследовательская работа и УИРС						
4.1.	Научно-практические проблемы и перспективы			2	20		

	НИР в технике и методике обучения и тренировки в боксе						
4.2.	Планирование и организация исследований в боксе			2	20		
4.3.	Методы и методики исследований в боксе			5	22		
	Всего за 4 семестр:	198	2	16	171		Экзамен
	Итого:	360	6	32	313	9	
Третий год обучения							
5 семестр							
1.	Теория и методика тренировки боксеров-юношей и juniоров						
1.1.	Основные средства и методы спортивной тренировки			2	18		
2.	Виды подготовки боксеров-юношей и juniоров						
2.1.	Моральная и специальная психическая подготовка боксеров-юношей и juniоров		1	2	14		
2.2.	Физическая подготовка боксеров-юношей и juniоров			2	14		
2.3.	Техническая и тактическая подготовка боксеров-юношей и juniоров			2	14		
2.4.	Интегральная подготовка боксеров-юношей и juniоров			2	14		
3.	Система спортивной тренировки юношей и juniоров						
3.1.	Цели, задачи и содержание тренировки				14		
4.	Педагогическое мастерство тренера				14		
4.1.	Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера			2	14		
4.2.	Совершенствование знаний, умений в рассказе, показе и объяснении технико-тактических действий		1	2	14		
4.3.	Обучение и совершенствование технико-тактических			2	14		

	действий на разных дистанциях						
	Всего за 5 семестр:	162	2	16	144		зачет
6 семестр							
4.4.	Проведение подготовительной, основной и заключительной частей занятий		1	2	13		
4.5.	Составление конспектов для проведения занятий по ОФП и СФП			2	14		
4.6.	Решение типовых задач подготовки как средство овладения профессионально-педагогическими навыками			2	12		
4.7.	Секундирование в боксе				8		
4.8.	Судейство соревнований		1	2	10		
4.9.	Основы профилактики травм в боксе		2		12		
5.	Научно-исследовательская работа и УИРС						
5.1.	Экспериментально-исследовательская работа			2	12		
5.2.	Совершенствование навыков и умений тестирования			4	18		
	Всего:	126	4	14	99		Экзамен
	Итого	288	6	30	243	9	
Четвертый год обучения							
7 семестр							
1.	Характеристика системы подготовки квалифицированных спортсменов и направления ее совершенствования						
1.1.	Основные понятия и общая характеристика системы подготовки спортсмена. Система спортивных соревнований		0,5	2	27		
1.2.	Структура соревновательной деятельности. Направления совершенствования системы спортивной подготовки		0,5	2	27		
2.	Предпосылки рационального						

	построения процесса спортивной тренировки						
2.1.	Адаптация в спортивной тренировке.		0,5	2	22		
2.2.	Нагрузка в спортивной тренировке		0,5	2	28		
3.	Техническая подготовка						
3.1.	Структура технической подготовленности			4	30		
3.2.	Методика технической подготовки			2	30		
	Всего за 7 семестр	180	2	14	164		зачет
8 семестр							
4.	Тактическая подготовка						
4.1.	Структура тактической подготовленности		1	2	19		
4.2.	Совершенствование тактической подготовленности		1	2	20		
5.	Физическая подготовка						
5.1.	Скоростные и силовые способности		1	2	18		
5.2.	Выносливость, гибкость, координационные способности			2	18		
6.	Психологическая подготовка квалифицированных спортсменов						
6.1.	Структура и совершенствование моральных и волевых качеств		1	2	20		
6.2.	Структура и совершенствование психических возможностей			2	18		
7.	Научно-исследовательская работа и УИРС			2	18		
	Структура ВКР, ее оформление			2	20		
	Всего за 8 семестр	180	4	16	151	9	экзамен
	Итого:	360	6	30	315	9	
Пятый год обучения							
9 семестр							
1	Интегральная подготовка						
1.1.	Преимущественные направления интегральной подготовки			2	20		
2.	Структура тренировочного процесса квалифицированных						

	спортсменов и методика построения его составляющих						
2.1	Методика построения занятий		1	2	20		
2.2.	Методика построения микроциклов. Методика построения мезоциклов			2	20		
3	Методика построения тренировочного процесса в макроциклах						
3.1.	Виды и структура макроциклов. Периодизация тренировки в отдельном макроцикле		1	2	20		
3.2.	Суммарный объем и соотношение работы различной направленности в течение года и макроцикла			2	20		
4.	Структура многолетней подготовки						
4.1.	Структура многолетней подготовки и факторы ее определяющие		1	2	18		
4.2.	Тренировка на различных этапах многолетней подготовки			2	16		
4.3.	Направления интенсификации тренировочного процесса в ходе многолетней подготовки боксера		1	2	12		
4.4.	Динамика нагрузок и соотношение работы различной направленности в многолетней подготовке			2	12		
	Всего за 9 семестр	180	4	18	158		зачет
10 семестр							
5.	Управление и контроль в спортивной тренировке						
5.1.	Основы управления и контроля		1	2	21		
5.2.	Моделирование в спортивной тренировке			2	20		
6	Научно-исследовательская работа и УИРС						
6.1.	Научные исследования в боксе высших достижений		1	2	20		
6.2.	Структура ВКР, ее			2	20		

	оформление						
7	Дополнительные (внетренировочные и внесоревновательные) факторы в системе спортивной тренировки						
7.1.	Место соревнований, спортивный инвентарь и оборудование. Тренажеры, диагностическая и управляющая аппаратура		2	2	20		
7.2.	Средства восстановления, стимуляция работоспособности и адаптационных процессов			2	20		
7.3.	Апробация ВКР			8	26		
	Всего за 10 семестр:	180	4	20	147		Экзамен
	Итого:	360	8	38	305	9	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Институт спорта и физической культуры

Кафедра теории и методика велосипедного спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

49.03.01 «Физическая культура»
(код и наименование)

Направленность (профиль):

«Спортивная подготовка в избранном виде спорта»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

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

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики велосипедного спорта
(наименование)
Протокол № 12 от «11» мая 2017 г.

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

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

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

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

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

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

Составитель:

Бариеников Евгений Михайлович – кандидат педагогических наук,
профессор, МСМК по велосипедному спорту.

Дышаков Алексей Сергеевич - преподаватель кафедры теории и методики
велосипедного спорта;

Залиханова Анастасия Александровна – старший преподаватель кафедры
теории и методики велосипедного спорта;

Кондратьев Игорь Сергеевич – заведующий лабораторией кафедры теории и
методики велосипедного спорта.

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (велосипедный спорт)» является изучение учебно-практического материала для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 «Физическая культура», необходимого для работы тренерами по велосипедному спорту, методистами в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), специализированных детско-юношеских школах олимпийского резерва (СДЮШОР), училищах олимпийского резерва, сборных командах страны, преподавателями по велосипедному спорту в дошкольных учреждениях, средних и высших учебных заведениях. Данная программа реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (велосипедный спорт)» в структуре основной образовательной программы (ОП) бакалавриата

Учебная дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (велосипедный спорт)» является системообразующей (сквозной) в едином междисциплинарном образовательном процессе, направленном на последовательное и закономерное формирование у студентов профессионально-педагогического мастерства (комплекса общекультурных и профессиональных компетенций).

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (велосипедный спорт)» относится к профессиональному циклу базовой части ФГОС ВПО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», по профилю «Спортивная подготовка».

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (велосипедный спорт)» входит в систему наук, ориентированную на запросы спорта и на оздоровительную физическую культуру. Как сквозная дисциплина её изучение наиболее тесно связано и опирается, прежде всего на дисциплины профессионального цикла «Велосипедный спорт» и «Спортивно-педагогическое совершенствование», базируется на логической и содержательно-методической взаимосвязи с дисциплинами: история физической культуры, анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, химия, физика, информатика, спортивная метрология, спортивная медицина, психология, педагогика, социология, экология, правовые основы профессиональной деятельности, безопасность жизнедеятельности и др. Данная дисциплина предшествует прохождению спортивно-педагогической, тренерской и организационно-тренерской практик.

Особенность изучаемой дисциплины состоит в том, что акцент сделан на развитие творческих способностей и обеспечение владением общекультурными и профессиональными компетенциями с целью достижения готовности к реальной профессиональной практической

деятельности, базирующейся на изучении биологических закономерностей адаптационных возможностей организма занимающихся велосипедным спортом, включая ветеранов и велосипедистов-инвалидов. Подчеркнута важность нравственно-духовного совершенствования человека в процессе велосипедной подготовки, которая социальна по своей сущности, характеризуется конкретным педагогическим содержанием и выраженной воспитательной направленностью. Освоение курса включает также подготовку к выполнению требований по профессиональной физической подготовке.

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

Для освоения данной дисциплины студент должен иметь базовую подготовку по велосипедному спорту и иметь как минимум второй спортивный разряд.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	наименование	заочная (ускоренное обучение на базе СПО)
1	3	7
ОПК-3	<i>Знать:</i> Теорию и методику спортивной подготовки в велосипедном спорте	1 – 8
	<i>Уметь:</i> учитывать возрастные и индивидуальные особенности занимающихся в учебно-тренировочном процессе	4 – 8
	<i>Владеть:</i> Методиками обучения и спортивного совершенствования в велосипедном с учетом возрастных, индивидуальных особенностей и уровня подготовленности	6 – 8
ОПК-6	<i>Знать:</i> Особенности использования средств велосипедного спорта при проведении занятий рекреационной направленности	2 – 8
	<i>Уметь:</i> проводить мероприятия рекреационной направленности с использованием средств велосипедного спорта с различным контингентом занимающихся	4 -8
	<i>Владеть:</i> методикой обучения велосипедного спорта и проведения занятий рекреационной направленности с использованием средств велосипедного спорта	6 – 8
ОПК-8	<i>Знать:</i> Правила проведения и судейства соревнований в различных дисциплинах велосипедного спорта	2 – 8
	<i>Уметь:</i> организовывать соревнования по велосипедному спорту и осуществлять судейство соревнований	2 – 8
	<i>Владеть:</i> навыками судейства в различных дисциплинах по велосипедному спорту (трек, шоссе, маунтинбайк, BMX)	2 – 4
ОПК-11	<i>Знать:</i> Основные направления научной работы в велосипедном спорте, апробированные методики исследования в велоспорте.	2 – 8
	<i>Уметь:</i> планировать экспериментальные исследования в велоспорте с использованием апробированных методик	2 -8
ПК-8	<i>Знать:</i> истоки и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта	4 – 6
	<i>Уметь:</i> использовать знания медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки в велосипедном спорте при совершенствовании учебно-тренировочного процесса с различным контингентом занимающихся	2 – 8
	<i>Владеть:</i> современными научно-обоснованными методиками спортивной подготовки занимающихся велосипедным спортом	4 – 8
ПК-9	<i>Знать:</i> индивидуальные личностные особенности занимающихся велосипедным спортом, психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям спортом; психологические особенности развития познавательных способностей и эмоционально-волевой сферы в процессе занятий ФКиС.	3

	<i>Уметь:</i> формировать мотивацию для занятий велосипедным спортом, организовывать и осуществлять воспитательный процесс в учебном и спортивном коллективах, применять полученные знания в области психологии ФК и практической работе со спортсменами. и учащимися в целях воспитания у них моральных принципов честной спортивной конкуренции.	6 -8
	<i>Владеть:</i> навыками управления мотивацией и эмоционально-волевой сферой занимающихся и отдельными спортсменами	4 – 8
ПК-10	<i>Знать:</i> теорию и методику спортивного отбора (в т.ч. в велосипедном спорте), модельные характеристики спортсменов, методы и методики спортивного отбора, этапы спортивного отбора, особенности спортивной ориентации, антропометрические, биохимические, физиологические, физические и психологические параметры спортивного отбора, основные методы и приемы спортивного отбора, возрастные особенности детей.	4
	<i>Уметь:</i> реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся, определять предрасположенность к занятиям определенными видами спорта.	5 – 7
	<i>Владеть:</i> методами и методиками исследования индивидуально-психологических особенностей занимающихся в целях спортивного отбора и ориентации	4 – 8
ПК-11	<i>Знать:</i> перспективное, оперативное планирование в велосипедном спорте, программы занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта	5 – 7
	<i>Уметь:</i> осуществлять перспективное, оперативное планирование тренировочного процесса, разрабатывать программы и конспекты тренировочных занятий	5 – 7
ПК-13	<i>Знать:</i> технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию	4
	<i>Уметь:</i> осуществлять педагогический контроль в тренировочном и соревновательном процессах, коррекцию эмоционального состояния спортсмена	5
	<i>Владеть:</i> методами педагогического и психологического восстановления спортсменов	5 – 7
ПК-14	<i>Знать:</i> структуру этапов совершенствования технических приемов в ИВС, задачи, средства и методы тактической подготовки, приемы объяснения и демонстрации основных и вспомогательных элементов техники и тактики ИВС.	2 – 4
	<i>Уметь:</i> выполнять основные технические приемы в процессе тренировочных занятий в ИВС. Владеть технико-тактическими приемами в ИВС, средствами выразительности.	2 – 4
	<i>Владеть:</i> методикой обучения технико-тактическим приемам в различных дисциплинах велосипедного спорта.	4 – 6
ПК 15	<i>Знать:</i> способы контроля и самоконтроля, методики оценивания используемые в процессе индивидуальной спортивной деятельности, закономерности достижения и сохранения спортивной формы.	5
	<i>Уметь:</i> осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму.	1-8
	<i>Владеть:</i> методами самооценки процесса и результатов спортивной деятельности	1-8
ПК 26	<i>Знать:</i> технологию составления плановых заказов для оснащения физкультурно-спортивных организаций оборудованием, функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки, методы составления финансовых документов	1
	<i>Уметь:</i> заказывать и приобретать физкультурно-спортивный инвентарь, работать с нормативными документами, относящимися к профессиональной деятельности.	1-2
	<i>Владеть:</i> навыками составления сметы по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки, методами разработки отчетной	5 – 8

	документации.	
ПК-28	<i>Знать:</i> актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта	2
	<i>Уметь:</i> выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта	4 – 6
	<i>Владеть:</i> способностью к анализу проблем сферы ФКиС	4 – 8
ПК-30	<i>Знать:</i> методы научного анализа результатов исследований	4
	<i>Уметь:</i> проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности	5
	<i>Владеть:</i> методами обобщения и интерпретации данных научных исследований,	4 – 6

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

4.1 Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 112 часов, самостоятельная работа студентов – 1544 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).

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1 Велосипедный спорт как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения	I	4				
1.1	1.1. Введение в специализацию	I		2	40		
1.2	1.2. История велосипедного спорта	I		2	40		
1.3	1.3. Спортивные достижения национальной команды велосипедистов-гонщиков	I		2	40		
1.4	1.4. Характеристика олимпийских дисциплин в велосипедном спорте	I		2	40		
2	Раздел 2 Обеспечение учебно-	I	2				

	тренировочного процесса и соревнований в велосипедном спорте						
2.1	2.1 Требования к спортивным сооружениям при проведении соревнований по велосипедному спорту	I		2	40		
2.2	2.2 Характеристика спортивного инвентаря в различных дисциплинах велосипедного спорта	I		2	40		
Итого за 1 семестр:258 часов (7.25 зачетных единиц)				6	12	240	зачёт
3	Раздел 3 Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	II					
3.1	3.1. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	II		2	34		
3.2	3.2. Требования к участникам соревнований по велосипедному спорту	II		2	34		
3.3	3.3 Требования к судейской коллегии в различных дисциплинах велосипедного спорта	II		2	34		
4	Раздел 4 Обучение технике передвижения на велосипеде, требования к технике безопасности при проведении занятий велосипедным спортом.	II					
4.1	4.1. Теоретические основы обучения двигательным действиям	II		2	37		
4.2	4.2. Специфика обучения в естественных природных условиях. Обеспечение безопасности занимающихся	II		2	34		
4.3	4.3. Начальное обучение способам передвижения на велосипеде. Организация и формы проведения занятий	II		2	34		
Итого за 2 семестр: 228 часов (6.25 зачетных единиц)				12	207	9	Экзамен
Всего за 1 курс: 486 часов (13.5 зачетных единиц)				6	24	447	9 Экзамен
5	Раздел 5 Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте	III	2				
5.1	5.1. Эксплуатационные характеристики велосипеда	III		1	25		
5.2	5.2. Инновации в изготовлении обуви и одежды велосипедиста	III		1	25		

5.3	5.3. Общие требования к подготовке велосипеда, необходимые приспособления	III		1	25		
6	Раздел 6. Велосипедный спорт как средство укрепления здоровья населения	III	2				
6.1	6.1. Велосипедный спорт в России – национальное средство укрепления здоровья населения	III		2	25		
6.2	6.2. Организация и содержание подготовки с использованием велосипеда дошкольников, школьников, студенческой молодежи и военнослужащих	III		2	25		
6.3	6.3. Использование занятий велосипедным спортом для оздоровления взрослого населения	III		1	25		
6.4	6.4. Оздоровительная работа с использованием велосипеда среди инвалидов по слуху, зрению, опорно-двигательному аппарату, умственному развитию	III		1	25		
6.5	6.5. Общее руководство и финансирование физкультурно-спортивной отрасли в сфере велосипедного спорта	III		1	25		
Итого за 3 семестр 214 часов (6 зачетных единицы)			4	10	200		зачёт
7	Раздел 7. Техническая подготовка велосипедиста-гонщика	IV	1				
7.1	7.1. Техника езды в гонках на шоссе	IV		1	29		
7.2	7.2. Техника езды в гонках на треке	IV		1	29		
7.3	7.3. Техника езды в маунтинбайке	IV		1	29		
7.4	7.4 Техника езды в BMX - гонках	IV		1	29		
7.5	7.5 Методика закрепления техники передвижения на велосипеде, способов подъемов, спусков, поворотов, торможений, преодоления неровностей	IV		1	27		
	7.6 Игры и игровые упражнения на велосипеде	IV		1	27		
8	Раздел 8. Тактическая подготовка велосипедиста-гонщика	IV	1				
8.1	8.1. Общая характеристика процесса тактической подготовки велосипедиста. Контроль тактической подготовленности	IV		2	27		
8.2	8.2. Тактика в гонках на треке	IV		1	27		

8.3	8.3 Тактика в гонках на шоссе	IV		1	27		
Итого за 4 семестр: 272 часа (7,5 зачетных единиц)			2	10	251	9	Экзамен
Всего за 2 курс: 486 часов (13,5 зачетных единиц)			6	20	451	9	Экзамен
9	Раздел 9. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	V	2				
9.1	9.1. Динамика состава главной судейской коллегии и различных судейских бригад в зависимости от категории соревнований	V		1	10		
9.2	9.2. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велосипедному туризму	V		1	10		
9.3	12.3. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований на треке	V		1	10		
9.4	12.4. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по шоссе	V		1	10		
9.5	12.5. Принципы разработки классификационных нормативов по велосипедному спорту	V		1	10		
9.6	12.6. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований в гонках по пересеченной местности	V		1	10		
10	Раздел 10. Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте	V	2				
10.1	10.1. Тренажеры в велосипедном спорте	V		1	9		
10.2	10.2. Технология подготовки велосипеда к соревнованиям	V		1	10		
10.3	10.3. Простейшие спортивные сооружения – велосипедные базы	V		1	9		
10.4	10.4. Техническое обслуживание и ремонт велосипеда	V		1	9		
Итого за 5 семестр: 111 часов (3 зачетных единицы)			4	10	97		зачёт
11	Раздел 11. Обучение технике передвижения на велосипеде, совершенствование технического мастерства	VI					
11.1	11.1. Совершенствование технического мастерства велосипедиста-гонщика	VI		2	18		
11.2	11.2. Взаимосвязь кинематических и динамических характеристик техники	VI		1	17		

	велосипедиста-гонщика с экономичностью						
12	Раздел 12. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	VI					
12.1	12.1. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велоспорту - BMX	VI		1	17		
12.2	12.2. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велоспорту маунтинбайк	VI		1	17		
13	Раздел 13. Основы тренировки велосипедиста-гонщика	VI					
13.1	13.1. Основные закономерности построения спортивной тренировки	VI	2	1	17		
13.2	13.2. Единство педагогических и биологических основ содержания тренировки	VI		1	17		
13.3	13.3. Функционально-двигательное обоснование классификации средств тренировки	VI		1	17		
13.4	13.4. Характеристика методов тренировки, направленность их воздействия на организм	VI		1	17		
13.5	13.5. Тренировочная нагрузка и характеризующие ее показатели	VI		1	17		
Итого за 6 семестр: 177 часов (5 зачетных единицы)			4	10	154	9	Экзамен
Всего за 3 курс: 288 часов (8 зачетных единиц)			8	20	251	9	Экзамен
14	Раздел 14. Основы тренировки велосипедиста-гонщика	VII	2				
14.1	14.1. Разновидности тренировочного эффекта: срочный, отставленный, кумулятивный	VII		2	30		
14.2	14.2. Понятие об оперативном, текущем и этапном видах контроля	VII		1	28		
14.3	14.3. Спортивный дневник – основа учета и контроля тренировочной нагрузки, анализа спортивных результатов	VII		1	28		
14.4	14.4. Структура годичного тренировочного цикла в велосипедном спорте	VII		1	28		
14.5	14.5. Овладение планированием тренировки начинающего	VII		1	28		

	велосипедиста-гонщика						
15	Раздел 15. Основы научно-исследовательской деятельности	VII	2				
15.1	15.1. Зарождение и развитие прикладных научных исследований в велосипедном спорте	VII		2	30		
15.2	15.2. Требования к выпускной квалификационной работе и методика выполнения	VII		2	30		
Итого за 7 семестр: 216 часа (6 зачетных единиц)			4	10	202		зачёт
16	Раздел 16. Обучение технике передвижения на велосипеде, совершенствование технического мастерства	VIII	1				
16.1	16.1. Экономичность движений – высшая цель технического совершенствования в велосипедном спорте	VIII		2	41		
17	Раздел 17. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	VIII	1				
17.1	17.1. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велосипедному кроссу	VIII		2	38		
17.2	17.2. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велотриалу	VIII		2	38		
18	Раздел 18. Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте	VIII	2				
18.1	18.1. Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования	VIII		2	38		
18.2	18.2. Стационарные спортивные сооружения для велосипедистов-гонщиков	VIII		2	38		
Итого за 8 семестр: 216 часов (6 зачетных единиц)			4	10	193	9	экзамен
Всего за 4 курс: 432 часа (12 зачетных единиц)			8	20	395	9	Экзамен
Итого: 47 зачетных единиц			30	84	1544	36	

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

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

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

5.2.1. Содержание зачетных требований для студентов заочного обучения в 1 семестре:

Вопросы для устного ответа:

1. Назовите и охарактеризуйте периоды развития велосипедного спорта?
2. Назовите основные даты и дайте характеристику развития велосипедного спорта в России до 1917 года?
3. Характеристика сильнейших русских велосипедистов в дореволюционной России и их участие в международных соревнованиях.
4. Хронология включения в олимпийскую программу дисциплин велосипедного спорта.
5. Хронология выступления российских и советских велосипедистов на Олимпийских играх современности.
6. Перспективы дальнейшего развития велосипедного спорта в России и мире.
7. Специфика соревновательной деятельности в новых олимпийских дисциплинах велосипедного спорта, особенности организации и проведения этих состязаний.
8. Итоги летних Олимпийских игр и чемпионатов мира по велосипедному спорту, сильнейшие в мире державы современности, развивающие велосипедный спорт.

9. Требования к спортивным сооружениям для проведения соревнований в различных дисциплинах велосипедного спорта.

10. Дайте характеристику велосипедов и экипировки для занятий в различных дисциплинах велосипедного спорта?

11. Перечислите дисциплины велосипедного спорта включенные в программу Олимпийских игр?

12. Перечислите дисциплины велосипедного спорта включенные в программу чемпионатов Мира и Европы?

13. Перечислите категории участников в различных дисциплинах велосипедного спорта?

14. Перечислите требования UCI необходимые для участия в соревнованиях по велосипедному спорту?

15. Перечислите состав судейской коллегии необходимый для проведения соревнований на треке?

16. Перечислите состав судейской коллегии необходимый для проведения соревнований на шоссе?

17. Перечислите состав судейской коллегии необходимый для проведения соревнований по велоспорту маунтинбайк?

18. Перечислите состав судейской коллегии необходимый для проведения соревнований по велоспорту BMX?

19. Охарактеризуйте классификацию соревнований по велосипедному спорту?

20. Перечислите и дайте характеристику документам регламентирующих проведение соревнований по велосипедному спорту?

21. Перечислите требования предъявляемые к участникам соревнований по велосипедному спорту?

22. Определите по представленным предварительным протоколам тройку призеров и победителей соревнований в гонках на шоссе?

23. Определите по представленным предварительным протоколам тройку призеров и победителей соревнований в гонках на треке?

24. Определите по представленным протоколам мото заездов участников четверть финальных заездов по велосипедному спорту BMX?

25. Определите по представленным протоколам призеров по велосипедному спорту маунтинбайк?

26. Дайте характеристику велосипедного инвентаря в различных дисциплинах велосипедного спорта?

27. Перечислите требования предъявляемые к велосипедному инвентарю при проведении тренировочных занятий, назовите приспособления и инструменты необходимые для ремонта и обслуживания инвентаря.

28. Используя протоколы соревнований необходимо проанализировать динамику прохождения дистанции индивидуальной гонки на время у различных гонщиков.

29. Перечислите основные узлы и дайте характеристику спортивного инвентаря в различных дисциплинах велосипедного спорта.

30. Требования к экипировке спортсменов в различных дисциплинах велосипедного спорта?

5.2.2. Содержание экзаменационных требований для студентов заочной формы обучения во 2 семестре:

Вопросы для устного ответа:

1. Первые изобретатели самокатов в России.
2. Обзор русских привилегий на изобретения самокатов-велосипедов.
3. Велосипедное производство и распространение велосипедов в России.
4. Возникновение велосипедных обществ, клубов, кружков и их деятельность.
5. Сильнейшие русские велосипедисты и их участие в международных соревнованиях.
6. Эволюция методики обучения езде на велосипеде.
7. Эволюция становления методики тренировки в велосипедном спорте.
8. Программа современных Олимпийских игр по велосипедному спорту.

9. Характеристика современных дисциплин велосипедного спорта, входящих в программу Олимпийских игр и чемпионатов Мира.

10. Характеристика спортивных достижений национальной команды велосипедистов до 1992 года.

11. Основы обучения двигательному действию, закономерности образования двигательного навыка.

12. Характерные признаки первого, второго и третьего этапов обучения, их взаимосвязь.

13. Методы и принципы воспитывающего обучения технике передвижения на велосипеде.

14. Специфика подготовки мест занятий в естественных природных условиях на различных этапах обучения.

15. Требования к обеспечению безопасности занимающихся.

16. Последовательность начального обучения технике передвижения на велосипеде.

17. Методика комплексного использования словесных, наглядных и практических методов обучения.

18. Формы организации и проведения занятий по велосипедному спорту.

19. Методика коррекции содержания занятий на велосипеде при неблагоприятных погодных условиях.

20. Структура урока, занятия по велосипедному спорту, характеристика его частей.

21. Конспект урока, занятия как форма непосредственной подготовки к его проведению.

22. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту.

23. Классификация международных и всероссийских соревнований.

24. Основные документы планирования и проведения соревнований.

25. Требования к подготовке стартовых протоколов и результатов соревнований в различных дисциплинах велосипедного спорта.

26. Возрастные категории участников соревнований по велосипедному спорту.

27. Определение результатов в соревнованиях с отдельным и общим стартом на шоссе. Методика подведения итогов многодневных велосипедных гонок и проводимых в один день.

28. Эволюция технического совершенствования всех узлов и деталей велосипеда и основные этапы их совершенствования.

29. Конструктивные характеристики велосипедов (трек, шоссе, маунтинбайк, ВМХ, велотриал).

30. Совершенствование конструкции «контактных» педалей и «торпедного» руля для повышения эффективности посадки и педалирования велосипедиста.

31. Основные требования к велосипедной раме – обеспечение прочности, легкости (по весу). Эволюция изготовления велосипедных рам по разновидностям применяемых в изготовлении материалов.

32. Инновации в изготовлении обуви и одежды велосипедиста.

33. Особенности экипировки для занятий на треке, шоссе, маунтинбайке, ВМХ, велотриале.

34. Требования к одежде велосипедиста при занятиях в различных природно-климатических условиях.

35. Назовите примерный комплект одежды для тренировочной и соревновательной деятельности велосипедиста в различных природно-климатических условиях и по разновидностям дисциплин в велосипедном спорте.

36. Специфика подготовки велосипеда к соревнованиям на треке: разборка велосипеда, подготовка основных узлов и деталей и сборка велосипеда.

37. Специфика подготовки велосипеда к соревнованиям по шоссе: разборка велосипеда, подготовка основных узлов и деталей и сборка велосипеда.

38. Специфика подготовки велосипеда к соревнованиям по пересеченной местности: разборка велосипеда, подготовка основных узлов и деталей и сборка велосипеда.

39. Специфика подготовки велосипеда в гонках ВМХ: разборка велосипеда, подготовка основных узлов и деталей и сборка велосипеда.

40. Демонстрация технических приемов. Объяснение. Опробование. Разучивание. Методы контроля и коррекции.

41. Этапы, методы и принципы обучения технике передвижения на велосипеде.

42. Общая характеристика первого, второго и третьего этапов обучения.

43. Овладение навыками выбора местности и подготовки мест занятий на разных этапах обучения.

44. Причины травм и меры обеспечения безопасности велосипедистов, занимающихся в естественных природных условиях.

45. Структура урока, занятия по велосипедному спорту.

46. Подготовка к проведению части урока, занятия и затем урока, занятия в целом с разработкой соответствующих планов-конспектов.

47. Основные разделы правил соревнований по велосипедному спорту.

48. Документы планирования и проведения соревнований.

49. Овладение методикой разработки календаря соревнований, положения о соревнованиях, оформления заявок и карточек участников.

50. Усвоить требования к оформлению протоколов старта, финиша, результатов соревнований.

51. Выполнить практические задания по определению результатов соревнований на треке:

а) гит на 1 км, 500 м и 200 м;

б) спринт;

в) командная гонка преследования;

г) индивидуальная гонка преследования;

д) групповая гонка по очкам;

- е) кейрин;
- ж) командный спринт;
- з) мэдисон;
- и) скрэтч;
- к) гонка с выбыванием;
- л) омниум.

52. Защитить отчеты по определению результатов в различных соревновательных дисциплинах.

53. Ознакомление с компьютерной технологией подсчета результатов соревнований в различных дисциплинах велосипедного спорта.

54. Подготовка велосипеда к различным видам гонок. Овладение навыками выбора велосипедных шин с учетом качества поверхности соревновательной дистанции и для различных погодных условий.

55. Владеть техническими элементами владения велосипедом в различных дисциплинах велосипедного спорта.

56. Проводить часть урока, занятия, затем урок, занятие в целом с разработкой соответствующих планов-конспектов.

57. Овладение навыками выбора необходимого комплекта одежды, в различных погодных условиях включая неблагоприятные и по разновидностям дисциплин в велосипедном спорте.

58. Подобрать, оценить конструктивные характеристики и подготовить велосипед к соревнованиям, включая тестирование качества основных узлов и деталей велосипеда.

59. Перечислить и назвать основные документы планирования и проведения соревнований?

60. Перечислить и охарактеризовать тренажерные средства, используемые в велосипедном спорте?

61. Дать характеристику основным узлам велосипеда в различных дисциплинах и назвать приспособления для регулировки и ремонта велосипедов.

62. Перечислите современные технологические решения в изготовлении спортивного инвентаря и экипировки, используемые в велосипедном спорте?

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

Вопросы для устного ответа:

1. Эффективность занятий с использованием велосипеда как национальным средством укрепления здоровья россиян.
2. Внеклассная, внешкольная, секционная работа с использованием велосипеда.
3. Условия организации и содержание работы самодеятельных клубов велосипедистов – любителей старшего возраста.
4. Использование занятий на велосипеде в оздоровлении и социальной адаптации инвалидов.
5. Разработка комплекса простейших упражнений на велосипеде для дошкольников
6. Подготовка планов-конспектов к проведению уроков, занятий с использованием велосипеда для школьников младших, средних и старших классов.
7. Подготовка планов-конспектов к проведению занятий с использованием велосипеда для студентов различных отделений.
8. Разработка примерной программы оздоровительных занятий с использованием велосипеда для населения старшего возраста.
9. Овладение специфичными методическими приемами подготовки мест занятий, их организации и проведения, дозирования специальной нагрузки для инвалидов с учетом характера заболевания.
10. Деятельность государственных, общественных, общественно-государственных органов управления в сфере велосипедного спорта, их взаимодействие с международными спортивными организациями.

11. Источники финансового обеспечения велосипедного спорта как олимпийского вида спорта и национального средства оздоровления всех групп населения.

12. Дайте определение понятий «тактика велосипедного спорта», «тактическая подготовка велосипедиста», «тактический прием (элемент)»

13. Приведите примеры постановки стратегических задач перед гонщиком, командой в конкретных соревнованиях.

14. В чем заключается особенность информационного обмена между соперниками в ходе соревнований по различным дисциплинам велосипедного спорта.

15. Как классифицируется тактика по характеру взаимодействия гонщиков и степени их активности в ходе соревнований.

16. Какими факторами определяется эффективность распределения усилий гонщика на дистанции индивидуальной гонки по шоссе на время.

17. Используя протоколы соревнований, проанализируйте динамику прохождения дистанции индивидуальной гонки по шоссе на время у различных гонщиков.

18. Назовите основные элементы тактики групповых гонок на шоссе.

19. Какие варианты группового и индивидуального блокирования применяются в условиях соревновательной деятельности в групповых гонках по шоссе.

20. Как реализуется тактика отрыва с учетом условий соревновательной борьбы в групповых гонках по шоссе.

21. В чем проявляются особенности командного взаимодействия гонщиков на финише в групповых гонках на шоссе.

22. В чем заключаются особенности выработки технико-тактического плана ведения гонки по пересеченной местности.

23. Чем определяется тактика старта и преодоления стартового участка трассы в гонках по пересеченной местности.

24. В каких условиях соревновательной деятельности тактика лидирования в гонках по пересеченной местности может быть предпочтительна для гонщика.

25. Составьте перечень задач, которые должен включать в себя тактический план ведения гонки в велоспорте - ВМХ.

26. Охарактеризуйте тактику финиширования с первой позиции в велоспорте - ВМХ.

27. Назовите критерии оптимальной тактики в велоспорте - ВМХ.

28. Дайте определение понятия «посадка велосипедиста». Назовите особенности анатомо-антропометрических аспектов посадки велосипедиста и характеристики видов посадки: низкая, средняя и высокая.

29. Дайте определение понятия «техника педалирования». Назовите особенности биодинамических основ педалирования и механического аспекта процесса педалирования.

30. Дайте определение понятия «техника велосипедного спорта» и «техническая подготовка велосипедиста»

31. Дайте характеристику основных элементов техники езды в шоссейных гонках.

32. Дайте характеристику основных элементов техники езды в велоспорте - ВМХ.

33. Провести регистрацию (стенографию) и анализ структуры тактических действий в ходе соревнований по велосипедному спорту на треке.

34. Провести регистрацию (стенографию) и анализ структуры тактических действий в ходе соревнований по велосипедному спорту на шоссе.

35. Провести регистрацию (стенографию) и анализ структуры тактических действий в соревнованиях по велоспорту маунтинбайк.

36. Провести регистрацию (стенографию) и анализ структуры тактических действий в соревнованиях по велоспорту - ВМХ.

37. Составить перечень задач, которые должен включать в себя тактический план ведения гонки по очкам или парной гонки.

38. Выявить особенности тактики ведения гонки по очкам на «коротких» треках.

39. Охарактеризовать технико-тактические особенности выполнения смены в парной гонке.

40. Провести регистрацию скорости передвижения гонщика (команды) по дистанции в гонке преследования и построить график и вычислить линейное отклонение скорости на отрезках дистанции от средне дистанционной.

41. Что понимается под «тактикой рекорда» и «тактикой победы» в гонках преследования.

42. Какова структура взаимодействия гонщиков на финише командной гонки преследования.

43. Охарактеризовать тактику финиширования с первой позиции в спринтерской гонке.

44. Какое влияние на тактику гонщика спринтера оказывает геометрия трека и погодные условия. Назвать критерии оптимальности тактики гита на 1000 м с места.

45. Ознакомление с технологией обучения базовых элементов техники езды по пересеченной местности. Демонстрация технических приемов. Объяснение. Разучивание. Методы контроля и коррекции.

46. Ознакомление с технологией обучения базовых элементов техники езды по треку. Демонстрация технических приемов. Объяснение. Разучивание. Методы контроля и коррекции.

47. Овладение методическими приемами закрепления техники велосипедиста, подготовка к проведению и педагогическому анализу соответствующего зачетного занятия.

48. Характерные особенности организации, проведения и подведения итогов подвижных игр с использованием велосипеда, подготовка к самостоятельному проведению игрового занятия.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Биологические закономерности процесса оздоровления человека, занимающегося велосипедным спортом.
2. Использование при передвижении на велосипеде естественных целебных оздоровительных факторов природной среды.
3. Уникальность территориально-климатических условий нашей страны для повсеместных занятий велосипедным спортом как национальным средством оздоровления населения разного возраста и уровня подготовленности, включая инвалидов.
4. Методика обучения дошкольников простейшим упражнениям на велосипеде.
5. Содержание программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и школ высшего спортивного мастерства.
6. Внеклассная и внешкольная физическая подготовка с использованием велосипеда.
7. Организация и содержание работы секций по велосипедному спорту для школьников и студентов.
8. Условия организации и деятельность самодеятельных объединений велосипедистов-ветеранов.
9. Физиологические параметры и продолжительность оздоровительной нагрузки на велосипеде.
10. Эффективность использования занятий на велосипеде в оздоровлении и социальной адаптации инвалидов.
11. Методика дозирования оздоровительной нагрузки на велосипеде с учетом характера заболевания.

12. Государственное, общественное, государственно-общественное руководство в сфере велосипедного спорта, их взаимодействие.

13. Федерация велосипедного спорта России – ведущая организационная структура управления развитием велосипедного спорта как олимпийским видом спорта и национальным средством оздоровления населения.

14. Структура и основные направления деятельности Федерации велосипедного спорта России.

15. Взаимодействие национальных органов управления сферой велосипедного спорта с международными организациями в сфере ФКиС.

16. Бюджетные и внебюджетные источники финансового обеспечения всестороннего развития сферы велосипедного спорта.

17. Какие показатели применяются для контроля над уровнем тактической подготовленности.

18. Перечислите основные этапы процесса тактической подготовки велосипедиста.

19. Какой должна быть последовательность в применении методов овладения элементами тактики.

20. Какие факторы необходимо учитывать гонщику при разработке тактического плана на конкретные соревнования.

21. Составьте перечень задач, которые должен включать в себя тактический план ведения гонки по очкам или парной гонки.

22. В чем особенности тактики ведения гонки по очкам на «коротких» треках.

23. Охарактеризуйте технико-тактические особенности выполнения смены в парной гонке.

24. Что понимается под «тактикой рекорда» и «тактикой победы» в гонках преследования.

25. Какова структура взаимодействия гонщиков на финише командной гонки преследования.

26. Охарактеризуйте тактику финиширования с первой позиции в спринтерской гонке.

27. Какое влияние на тактику гонщика спринтера оказывает геометрия трека и погодные условия.

28. Назовите критерии оптимальности тактики гита на 200 м с хода.

29. Назовите специфические элементы техники в гите на 1 км, 500 м и 200 м.

30. Назовите специфические элементы техники в спринтерской гонке.

31. Назовите специфические элементы техники в командной гонке преследования.

32. Назовите специфические элементы техники в индивидуальной гонке преследования.

33. Назовите специфические элементы техники в групповой гонке по очкам.

34. Назовите специфические элементы техники в кейрине.

35. Назовите специфические элементы техники в командном спринте.

36. Назовите специфические элементы техники в мэдисоне.

37. Назовите специфические элементы техники в скрэтче.

38. Назовите специфические элементы техники в гонках на тандемах.

39. Назовите специфические элементы техники в гонках с лидерами.

40. Назовите специфические элементы техники в гонках с выбыванием.

41. Назовите специфические элементы техники в шестидневных гонках.

42. Назовите специфические элементы техники в омниуме.

43. Назовите специфические элементы техники в гонках по пересеченной местности (кросс-кантри «ХС»).

44. Назовите специфические элементы техники в велокроссе.

45. Методика обучения на этапе закрепления техники способов передвижения на велосипеде.

46. Практическая реализация принципов обучения на втором этапе формирования двигательного навыка.

47. Общая характеристика подвижных игр и игровых упражнений с использованием велосипеда.

48. Требования к организации, проведению и подведению итогов подвижных игр с использованием велосипеда.

49. Динамика численного состава главной судейской коллегии и судейских бригад в соревнованиях по велосипедному спорту.

50. Общая характеристика функциональных обязанностей различных судейских бригад.

51. Выполнение классификационных нормативов постепенно возрастающего уровня – как основной мотив и стимул для регулярных занятий и целенаправленного спортивного совершенствования в велосипедном спорте.

52. Значение ЕВСК в поиске одаренностей и спортивных талантов в велосипедном спорте.

53. Оптимальный возраст велосипедистов по выполнению разрядных норм и требований ЕВСК, временная продолжительность достижения различных ступеней.

54. Принципы разработки классификационных нормативов по велосипедному спорту.

55. Определение понятия «тренажер». Эволюция создания велосипедных тренажеров, с момента изобретения велосипеда до наших дней.

56. Классификация современных тренажеров используемых в подготовке велосипедистов и методика их применения.

57. Особенности техники безопасности при использовании в тренировке велосипедиста специально оборудованных мопедов, мотоциклов, автомобилей для лидирования велосипедистов.

58. Выбор велосипедных шин с учетом качества поверхности соревновательной дистанции и для различных погодных условий.

59. Подготовка технического состояния велосипеда и дополнительного велосипедного оборудования к соревнованиям различного уровня и ранга.

60. Требования к выбору местности для строительства велосипедной базы.

61. Оборудование велосипедной базы как простейшего спортивного сооружения для велосипедистов.

5.2.5. Содержание зачетных требований для студентов заочного обучения в 5 семестре:

Вопросы для устного ответа:

1. Техническое самосовершенствование при передвижении на велосипеде.

2. Взаимосвязь кинематических, динамических и функциональных показателей техники велосипедиста-гонщика.

3. Расчетно-графический анализ техники велосипедиста-гонщика международного класса.

4. Методические приемы технической подготовки на третьем этапе обучения.

5. Анализ динамики скорости и пульсовой стоимости передвижения на велосипеде при вариативности передач и частоты педалирования.

6. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велоспорту - ВМХ.

7. Овладение методикой технического обслуживания и ремонта следующих узлов и деталей велосипеда: рама, передняя вилка, руль, колеса, седло, каретка, педали, тормоза.

8. Овладение методикой технического обслуживания и ремонта следующих узлов и деталей велосипеда: переключатели передач, трещотка, цепной привод, велосипедные шины.

9. Основные закономерности построения спортивной тренировки.

10. Единство педагогических и биологических основ содержания тренировки, их органическая взаимосвязь.

11. Признаки систематизации упражнений, используемых в подготовке велосипедиста-гонщика.

12. Классификационные группы упражнений: основные, специально-подготовительные, общеподготовительные.

13. Группировка упражнений по принципу преимущественного воздействия на избранное развитие физических качеств.

14. Овладение навыками подбора комплексов упражнений заданного назначения.

15. Характеристика методов тренировки, их преимущественная направленность воздействий на организм.

16. Специфика проведения различных методов тренировки.

17. Классификация нагрузки по специализированности, направленности, величине.

18. Расчет показателей, характеризующих «внешнюю» и «внутреннюю» стороны физической нагрузки велосипедиста.

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

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

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

22. Оперативный, текущий и этапный виды контроля над состоянием велосипедиста-гонщика.

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

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

25. Основные направления творческой реализации дневниковых материалов.

26. Структура годичного тренировочного цикла в велосипедном спорте.

27. Овладение планированием тренировки начинающего велосипедиста-гонщика.

28. Основные направления прикладных научных исследований в велосипедном спорте.

29. Традиционная схема выпускной квалификационной работы, требования к содержанию каждого раздела.

30. Последовательность выполнения выпускной квалификационной работы, подготовка к защите

5.2.6. Содержание экзаменационных требований для студентов заочной формы обучения в 6 семестре:

Вопросы для устного ответа:

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

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

3. Степень соответствия фазовой структуры в специально-подготовительных средствах с передвижением на велосипеде.

4. Определения понятия «велосипед». Классификация велосипедов.

5. Спецификации велосипеда.
6. Требования международной федерации велосипедного спорта UCI к техническим характеристикам велосипеда в различных дисциплинах велосипедного спорта.
7. Основные закономерности построения и развертывания спортивно-тренировочного процесса.
8. Спортивная тренировка как педагогический процесс.
9. Биологическая сущность тренировки.
10. Взаимосвязь педагогических и биологических аспектов тренировки.
11. Формирование велосипедиста-гонщика как личности и повышение его работоспособности – основные критерии эффективности спортивной тренировки.
12. Биологические закономерности становления, развития и сохранения спортивного мастерства.
13. Признаки классификации упражнений, используемых в подготовке велосипедистов-гонщиков.
14. Характеристика основных, специально-подготовительных и общеподготовительных упражнений применяемых в велосипедном спорте.
15. Группировка упражнений по принципу преимущественного воздействия на развитие избранного физического качества.
16. Сочетание нагрузки и отдыха как структурная основа методов тренировки.
17. Содержание равномерного метода, специфика его воздействия на организм.
18. Характеристика двигательной-функциональной деятельности велосипедиста-гонщика в переменной тренировке.
19. Направленность воздействий на организм и специфика выполнения упражнений повторным и интервальным методами.
20. Наивысший по специфичности тренирующий эффект контрольного и соревновательного методов.

21. Содержание и организация игровых и круговых тренировок.
22. Показатели, характеризующие «внешнюю» сторону физической нагрузки.
23. «Внутренняя» физическая нагрузка как проявление функциональных изменений в организме велосипедиста-гонщика.
24. Признаки классификации нагрузки по специализированности, направленности и величине.
25. Характерные для велосипедного спорта сложности в оценке интенсивности физической нагрузки по скорости.
26. Распределение нагрузки по зонам интенсивности.
27. Признаки восстанавливающих, поддерживающих, развивающих физических нагрузок в велосипедном спорте.
28. Методика анализа физических нагрузок по пульсограммам, оценка ее биоэнергетической направленности.
29. Характер и глубина изменений в организме как проявление тренировочного эффекта нагрузки.
30. Разновидности тренировочного эффекта: срочный, отставленный, кумулятивный.
31. Факторы и условия, определяющие срочный тренировочный эффект одного занятия.
32. Состояние организма после нескольких занятий как проявление отставленного тренировочного эффекта.
33. Кумулятивный тренировочный эффект – это реакция организма на относительно законченный блок тренировочных занятий.
34. Виды контроля над состоянием велосипедиста-гонщика.
35. Оперативный контроль как проявление срочного тренировочного эффекта.
36. Задачи текущего контроля над состоянием велосипедиста-гонщика.
37. Этапный контроль над процессами долговременной адаптации организма.

38. Педагогические методы контроля.
39. Медико-биологические методы контроля над функциональным состоянием организма, уровнем физической работоспособности и состоянием здоровья велосипедиста-гонщика.
40. Психологические методы контроля формирования личности велосипедиста-гонщика.
41. Лабораторные методы контроля над подготовленностью велосипедиста-гонщика.
42. Назначение и содержание спортивного дневника у велосипедистов-гонщиков разной квалификации.
43. Методика анализа материалов спортивного дневника.
44. Использование данных учета и контроля выполненной тренировочной нагрузки, анализа спортивных результатов в планировании дальнейшей подготовки.
45. Реализация материалов самоконтроля как проявление срочного тренировочного эффекта и оперативного контроля над состоянием велосипедиста-гонщика.
46. Анализ регистрируемых в дневнике основных критериев подготовки.
47. Сезонность как главная специфика велосипедного спорта.
48. Структура годичного тренировочного цикла в велосипедном спорте.
49. Продолжительность подготовительного, соревновательного и переходного периодов у велосипедистов-гонщиков разной квалификации.
50. Задачи, средства и методы общеподготовительного и специально-подготовительного этапов в годичном цикле тренировки.
51. Задачи, средства и методы соревновательного периода тренировки.
52. Характеристика переходного периода тренировки велосипедистов-гонщиков.
53. Основные задачи и направления работы с начинающими велосипедистами-гонщиками.

54. Примерные показатели физической нагрузки в годичном цикле подготовки для начинающих велосипедистов-гонщиков.

55. Планирование тренировки начинающего велосипедиста-гонщика.

56. Отличительные признаки фундаментальной и прикладной науки.

57. Зарождение и развитие прикладных научных исследований в велосипедном спорте.

58. Основные направления научных исследований в велосипедном спорте.

59. Назовите и охарактеризуйте последовательность этапов выполнения научно-исследовательских работ в области ФКиС.

60. Педагогические, биомеханические, биохимические, физиологические, психологические, математические методы исследования в велосипедном спорте.

5.2.7. Содержание зачетных требований для студентов заочной формы обучения в 7 семестре:

Вопросы для устного ответа:

1. Техническое самосовершенствование в специально-подготовительных средствах и способах передвижения на велосипеде.

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

3. Технология эксплуатации электронно-компьютерного оборудования велосипедных треков и соревновательных трасс.

4. Выполнение заданий по овладению методикой ручного хронометрирования промежуточных результатов и проигрыша лидеру по ходу соревнований с интервальным стартом.

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

6. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велосипедному спорту в дисциплине велосипедного кросса и велотриала.

7. Выполнение практических заданий по тестированию упругих свойств основных узлов и деталей велосипеда, разработка рекомендаций по их эксплуатации с учетом весоростовых данных велосипедиста.

8. Ознакомление с оборудованием закрытого и открытого велосипедного трека, открытого и закрытого велодрома для ВМХ, стационарной шоссейной трассы, трассы для велокросса, закрытых и открытых велопарков для велотриала (в том числе по проспектам, материалам в Интернете, другим публикациям).

9. Этапы многолетней подготовки велосипедистов-гонщиков в спортивных школах. Указать возраст занимающихся на каждом этапе.

10. Критерии оценки деятельности спортивных школ по этапам многолетней подготовки.

11. Возрастные закономерности биологического развития как основа построения многолетней подготовки велосипедистов-гонщиков.

12. Генетическая предрасположенность к занятиям велосипедным спортом.

13. Фазы биологического развития в процессе многолетней подготовки велосипедистов-гонщиков.

14. Овладение методикой примерной оценки биологического возраста юных велосипедистов-гонщиков.

15. Сенситивные (благоприятные) возрастные периоды развития приоритетных физических качеств велосипедиста-гонщика.

16. Вариативность возрастного развития двигательных функций – основа овладения техникой передвижения на велосипеде.

17. Особенности подбора физической нагрузки для велосипедисток-гонщиц с учетом ОМЦ.

18. Динамика соотношения средств и методов тренировки в процессе многолетней подготовки.

19. Виды подготовки велосипедиста-гонщика: физическая, техническая, тактическая, психологическая.

20. Воспитательная работа в процессе многолетней подготовки.

21. Общая характеристика видов планирования тренировки: оперативное, текущее, перспективное.

22. Овладение навыками оперативного, текущего и перспективного планирования тренировки велосипедистов-гонщиков на учебно-тренировочном этапе (начальной и углубленной специализации) многолетней подготовки.

23. Методика практической реализации мероприятий по предупреждению травм в течение всего периода многолетней подготовки.

24. Требования к выпускной квалификационной работе и методика ее выполнения.

25. Деятельность официальных лиц всероссийских и международных соревнований: технического делегата, членов жюри, директора гонки, главного судьи.

26. Овладение навыками проведения собрания представителей команд, требования к оформлению протокола собрания.

27. Порядок прохождения гомологации трасс, условия присвоения гомологационного номера.

28. Методические приемы подготовки и оформления документов для сертификации трасс.

29. Наиболее распространенные причины дисквалификации велосипедистов-гонщиков, приемы профилактики.

30. Овладение компьютерной программой тестового контроля знаний «Правил соревнований по велосипедному спорту» с целью повышения судейской квалификации.

5.2.8. Содержание экзаменационных требований для студентов заочной формы обучения в 8 семестре:

Вопросы для устного ответа:

1. Современные инновационные технологии совершенствования технического мастерства велосипедистов-гонщиков.
2. Динамика экономичности двигательной деятельности велосипедистов-гонщиков разной квалификации.
3. Электронно-компьютерное обеспечение судейства соревнований в велосипедном спорте.
4. Методика оперативного расчета промежуточных и итоговых результатов соревнований велосипедистов-гонщиков.
5. Примерный состав главной судейской коллегии и судейских бригад в соревнованиях по велосипедному спорту.
6. Специфика организации и проведения массовых соревнований по велосипедному спорту, деятельность различных служб.
7. Финансовое обеспечение соревнований по велосипедному спорту, основные статьи расходов.
8. Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования велосипедиста-гонщика.
9. Основные спортивные сооружения в велосипедном спорте.
10. Требования к оборудованию велосипедного трека.
11. Архитектурно-строительные особенности велосипедных треков.
12. Оборудование открытого велодрома по велоспорту - ВМХ и велопарка для велотриала в условиях мегаполиса.
13. Система многолетней подготовки юных велосипедистов-гонщиков в спортивных школах.
14. Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность спортивных школ.

15. Современные возрастные зоны высших спортивных достижений в велосипедном спорте.

16. Динамика наполняемости учебных групп и объема учебно-тренировочных занятий в процессе многолетней подготовки велосипедистов-гонщиков в спортивных школах.

17. Этапы многолетней подготовки и возраст занимающихся на каждом из них.

18. Содержание примерной программы «Велосипедный спорт» для спортивных школ.

19. Преимущественная направленность учебно-тренировочных занятий, примерные показатели объема циклической нагрузки и количества соревнований на разных этапах многолетней подготовки.

20. Содержание теоретических занятий, требования по инструкторской практике для велосипедистов-гонщиков, занимающихся в спортивных школах.

21. Критерии оценки деятельности спортивных школ на разных этапах многолетней подготовки велосипедистов-гонщиков.

22. Возрастные закономерности биологического развития – основа построения многолетней тренировки велосипедистов-гонщиков.

23. Достижение биологической зрелости с вступлением велосипедистов-гонщиков на заключительный этап подготовки – высшего спортивного мастерства.

24. Возрастная динамика работоспособности внутренних органов, развития двигательных качеств, формирования мышечной массы велосипедистов-гонщиков.

25. Генетическая обусловленность исходного энергетического потенциала и перспективы дальнейшего совершенствования метаболических процессов у велосипедистов-гонщиков.

26. Влияние биологического возраста на функционально-двигательную подготовленность юных велосипедистов-гонщиков.

27. Фазы биологического развития в процессе многолетних занятий велосипедным спортом.

28. Индивидуальная вариативность темпов биологического созревания велосипедистов-гонщиков.

29. Влияние биологического возраста на функционально-структурные изменения в организме, динамику показателей физического развития велосипедистов-гонщиков.

30. Характерные признаки проявления степени биологической зрелости велосипедистов-гонщиков.

31. Оптимальные зоны биологической зрелости для направленного развития приоритетных для велосипедистов-гонщиков двигательных качеств.

32. Вариативность возрастного развития двигательной функции как основа овладения техникой передвижения на велосипеде в процессе многолетней подготовки.

33. Генетическая предрасположенность к высшим спортивным достижениям в велосипедном спорте.

34. Реализация генетического потенциала велосипедистов-гонщиков на основе индивидуализации подготовки.

35. Фазовая структура естественного биологического цикла организма велосипедисток-гонщиц.

36. Учет характера протекания биологического цикла в подготовке велосипедисток-гонщиц.

37. Методика коррекции тренировочной нагрузки велосипедисток-гонщиц при отклонениях в физиологичности биологического цикла.

38. Использование анкетирования и дневника тренировок для получения первичных сведений о характере течения биологического цикла у велосипедисток-гонщиц.

39. Общая характеристика оперативного, текущего и перспективного планирования спортивной тренировки в велосипедном спорте.

40. Характерные особенности развивающего, поддерживающего, восстанавливающего типов микроциклов в тренировке велосипедистов-гонщиков.

41. Разновидности текущего планирования тренировки в велосипедном спорте.

42. Восстановительно-втягивающий, общеподготовительный, специально-подготовительный, предсоревновательный и соревновательный типы микроциклов в подготовке велосипедистов-гонщиков.

43. Варианты перспективного планирования тренировки в велосипедном спорте.

44. Динамика соотношения основных, специально-подготовительных, общеподготовительных средств в процессе многолетней подготовки.

45. Специфика практической реализации многочисленных разновидностей методов тренировки на разных этапах многолетней подготовки.

46. Общая и специальная физическая подготовка велосипедистов-гонщиков разной квалификации.

47. Задачи технической подготовки, ее вклад в становление спортивного мастерства велосипедиста-гонщика.

48. Тактика соревновательной деятельности велосипедистов-гонщиков с учетом длины дистанции и стиля передвижения.

49. Тактические механизмы распределения усилий на дистанции в гите на 1000 метров с места.

50. Тактические механизмы распределения усилий на дистанции в командной гонке преследования.

51. Психологическая подготовка велосипедиста-гонщика как воспитательный процесс.

52. Характерные психологические состояния велосипедиста-гонщика, способы настройки, мобилизации, снятия напряжения.

53. Взаимосвязь физической, технической, тактической, психологической видов подготовленности велосипедистов-гонщиков.

54. Методические приемы обеспечения различных видов подготовки в многолетнем тренировочном процессе.

55. Воспитательная работа на разных этапах многолетней подготовки.

56. Значение личности тренера в формировании нравственности велосипедиста-гонщика.

57. Приемы формирования гармонично развитой личности велосипедиста-гонщика в процессе многолетней подготовки.

58. Преимущественная направленность тренировок, преобладающие физические нагрузки у велосипедистов-гонщиков на этапах начальной и углубленной специализации.

59. Основные причины возникновения травм в велосипедном спорте, меры их предупреждения.

60. Основные направления современных исследований в области теории и методики велосипедного спорта.

61. Специфика обеспечения соревновательной деятельности велосипедистов-гонщиков высокой квалификации.

62. Апробация выпускной квалификационной работы.

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

а) Основная литература:

1. Архипов, Е.М. Велосипедный спорт / Архипов Евгений Михайлович, Седов Аркадий Васильевич. - М.: ФиС, 1990. - 142 с.: ил. - (Спорт для всех).

2. Захаров, А.А. Тактическая подготовка велосипедиста : учеб. пособие для вузов физ. культуры / Захаров А.А.; РГАФК. - М.: ФОН, 2001. - 62 с.: ил.

3. Ковылин, М.М. Велоподготовка в системе всеобщего непрерывного физического воспитания - механизм формирования

психофизического здоровья личности : монография / М.М. Ковылин, А.А. Передельский. - Смоленск: [Изд-во Смол. гор. тип.], 2012. - 300 с.

4. Ковылин, М.М. Велосипедный спорт и системные основы оптимального управления: монография / М.М. Ковылин, А.А. Передельский. - Смоленск: [Изд-во Смол. гор. тип.], 2012. - 188 с.

5. Ковылин, М.М. Совершенствование конструкций велосипеда в России (1800-1917) : метод. рекомендации федер. компонента цикла СД ГОС по специальности 032101.65 / [М.М. Ковылин, Г.М. Мартынов] ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2010. - 186 с.: ил.

6. Ковылин, М.М. Формирование методики обучения и тренировки в велосипедном спорте (1883-1917) : учеб. пособие для вузов физ. культуры : доп. Умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / М.М. Ковылин, Г.М. Мартынов ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2009. - 49 с.: ил.

7. Совндаль, Ш. Анатомия велосипедиста / Шеннон Совндаль ; предисл. Кристина Ванде Вельде. - Минск: Поппури, [2011]. - 199 с.: ил.

б) Дополнительная литература:

1. Полищук, Д.А. Велосипедный спорт. - Киев: Олимпийская лит., 1997. - 343 с.: ил.

2. Попков, В.Н. Отбор и контроль в юношеском велоспорте : [монография] / В.Н. Попков ; Гос. Ком. РФ по физ. культуре и туризму, Сиб. гос. акад. физ. культуры. - Омск, 2001. - 195 с.

3. Селуянов, В.Н. Биомеханические основы совершенствования эффективности техники педалирования : учеб. пособие для студентов и слушателей фак. повышения квалификации ГЦОЛИФКа / Селуянов В.Н., Яковлев Б.А.; ГЦОЛИФК. - М., 1985. - 60 с.

4. Стромов, А.П. Особенности подготовки велосипедистов 10-12 лет : метод. рекомендации / [А.П. Стромов, В.А. Зырянов] ; Сиб. гос. акад. физ. культуры. - Омск: [Изд-во СибГАФК], 2003. - 24 с.

5. Стромов, А.П. Подготовка спортсменов в ДЮСШ и СДЮШОР по велосипедному спорту в гонках на шоссе и треке : [учеб.-метод. пособие] / А.П. Стромов ; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - М.: [Изд-во СибГУФК], 2008. - 99 с.: табл.
6. Суслов, Ф.П. Подготовка спортсменов в горных условиях / Моск. регион. Центр развития легкой атлетики ИААФ. - М.: Терра-спорт: Олимпия пресс, 2000. - 175 с.: ил.
7. Фрил Дж. Библия велосипедиста = The cyclist's training bible / Джо Фрил ; пер. с англ. Павла Миронова. - М.: Манн, Иванов и Фербер, 2011. - 418 с.: ил.
8. Агаджанян Н.А., Катков А.Ю. Резервы нашего организма. - М.: Знание, 1982. - 176 с.
9. Анохин П.К. Очерки физиологии функциональных систем. - М.: Медицина, 1975. - 402 с.
10. Баландин В.И., Блудов Ю.М., Плахтиенко В.А. Прогнозирование в спорте. - М.: Физкультура и спорт, 1986. - 192 с.
11. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. - М.: Медицина, 1986.- 349 с.
12. Булатова М.М., Платонов В.Н. Спортсмен в различных климато-географических и погодных условиях - Киев.: Олимпийская литература, 1996.- 176 с.
13. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. - М.: Физкультура и спорт, 1988. - 331 с.
14. Верхошанский Ю.В. Новые подходы к организации тренировки спортсменов высокого класса: Всероссийскому научно-исследовательскому институту физической культуры и спорта - 60 лет. - М.: ВНИИФК, 1993. - С.205-216.
15. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. - М.: Физкультура и спорт, 1980.- 135 с.

16. Бальсевич В.К. Методологические принципы исследований проблеме отбора и спортивной ориентации // Теория и практика физ. культуры.- 1980.- №1.- С.31-33.

17. Бахвалов В.А. Роль тренера в организации выступления велосипедистов в соревнованиях по треку // Велосипедный спорт. - М.: Физкультура и спорт, 1977. - С.35 - 40.

18. Братковский В.К. Управление процессом совершенствования техники педалирования квалифицированных велосипедистов в период преодолеваемого утомления в занятиях различной направленности: Автореф. дис. канд. пед. наук. - К., 1983. - 24 с.

19. Булатова М.М. Оптимизация тренировочного процесса на основе изучения мощности и экономичности системы энергообеспечения спортсменов (на материале велосипедного спорта): Автореф. дис. канд. пед. наук. - К., 1984. - 24 с.

20. Голец В.И. Комплексное использование физических средств восстановления с целью управления параметрами тренировочных и соревновательных нагрузок высококвалифицированных спортсменов (на примере плавания и велоспорта): Автореф. дис. канд. пед. наук. К., 1987.- 22 с.

21. Гужаловский А.А. Этапность развития физических (двигательных) качеств и проблема оптимизации физической подготовки детей школьного возраста: Дис. д-ра пед. наук. - М., 1980, -285 с.

22. Блауберг, И. В. Философский принцип системности и системный подход / И. В. Блауберг В. Н. Садовский, Э. Г. Юдин // Вопросы философии, 1978. – № 8. – С. 14 - 21.

23. Илюхин А.А. Школа велокросса : учеб. пособие / А.А. Илюхин ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2009. - 125 с.

24. Матвеев, Л.П. Основы спортивной тренировки / Л.П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1997.- 280с.

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

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru
4. <https://fvsr.ru/>

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

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

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

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

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

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

1. Велосипеды трековые – 8 шт;
2. Велосипеды шоссейные – 10 шт;

5. Велосипеды МТБ – 20 шт;
6. Велостанок роллерный 10 шт;
7. Велостанок под заднее колесо – 2 шт;
8. Стойки для ремонта велосипеда – 1 шт;
9. Набор инструментов для ремонта велосипеда – 1 шт;
10. Стенд для проведения лабораторных и практических заданий по теме: «Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте» - 1 шт;
11. Принтер HP LaserJet 1320;
Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок);

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики велосипедного спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестры
Форма промежуточной аттестации: *зачет, экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1 семестр			
1	Презентация по теме «Характеристика олимпийских дисциплин в велосипедном спорте»	14 неделя	10
2	Написание и защита реферата по теме: «Спортивные достижения национальной сборной команды по велосипедному спорту»	14 неделя	10
3	Контрольная работа по теме «История велосипедного спорта»	15 неделя	15
4	Выступление на семинаре по теме: «Требования к спортивным сооружениям при проведении соревнований по велосипедному спорту»	15 неделя	10
5	Выступление с презентацией по теме: «Характеристика спортивного инвентаря в различных дисциплинах велосипедного спорта»	16 неделя	10
6	Контрольная работа по разделу №2 «Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в велосипедном спорте»	16 неделя	15
	Посещение занятий	В течение сессии	10
	Зачет		20
	Итого за 1 семестр		100
2 семестр			
1	Написание и защита реферата по теме: «Основные положения правил по велосипедному спорту»	32неделя	5
2	Написание реферата по теме «Требования к участникам при проведении соревнований по велосипедному спорту»	32 неделя	5

3	Выступление на семинарском занятии по теме: «Требования к судейской коллегии в различных дисциплинах велосипедного спорта»	33 неделя	5
4	Контрольная работа по разделу №3 «Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту»	33 неделя	15
5	Написание и защита реферата на тему: «Теоретические основы обучения двигательным действиям»	34 неделя	5
6	Выступление с презентацией по теме: «Специфика обучения в естественных природных условиях, обеспечение безопасности занимающихся велосипедным спортом»	34 неделя	5
7	Выполнение практического задания по теме: «Начальное обучение способам передвижения на велосипеде»	35 неделя	5
8	Контрольная работа по разделу №4 «Обучение технике передвижения на велосипеде, требования к технике безопасности при проведении занятий велосипедным спортом»	35 неделя	15
	Посещение занятий	в течение семестра	10
	Экзамен		30
	Итого за 2 семестр		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу №1 «Велосипедный спорт как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения»	10
2	Написание и защита реферата по темам: «Спортивные достижения национальной команды велосипедистов-гонщиков»; «Характеристика олимпийских дисциплин в велосипедном спорте»; «Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту».	20
3	Тестирование по теме «История велосипедного спорта»;	10
4	Выступление с презентацией на тему: «Эксплуатационные характеристики велосипеда в различных дисциплинах велосипедного спорта и требования техники безопасности»	5
5	Контрольная работа на тему: «Основы обучения двигательным действиям, начальное обучение технике езды на велосипеде»	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) теория и методика избранного вида спорта для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления 49.03.01 «Физическая культура» подготовки/ специальности «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» направленности (профилю) заочной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики велосипедного спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестры
Форма промежуточной аттестации: *зачет, экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
3 семестр			
1	Выступление с презентацией на тему: «Эксплуатационные характеристики велосипеда в различных дисциплинах велосипедного спорта и требования техники безопасности»	12 неделя	10
2	Написание реферата и его защите на тему: «Инновации в изготовлении спортивной экипировки и инвентаря в велосипедном спорте»	12 неделя	5
3	Выполнение практического задания по теме: «Общие требования к подготовке велосипеда, необходимые приспособления»	12 неделя	10
4	Контрольная работа по разделу №5 «Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте»	13неделя	10
5	Написание и защита реферата на тему: «Велосипедный спорт как средство укрепления здоровья населения»	13 неделя	5
6	Выступление на семинаре по теме: «Организация и содержание подготовки с использованием велосипеда дошкольников, школьников, студенческой молодежи и военнослужащих»	13 неделя	10
7	Выступление с презентацией на тему: «Общее руководство и финансирование физкультурно-спортивной отрасли»	14 неделя	10
8	Контрольная работа по разделу №6 «Велосипедный спорт как средство укрепления здоровья населения»	14 неделя	10
	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Зачет		20

	Итого за 3 семестр		100
	4 семестр		5
1	Написание и защита реферата на тему: «Техника езды в гонках на шоссе»	29 неделя	5
2	Написание и защита реферата на тему: «Техника езды в гонках на треке»	29 неделя	5
3	Написание и защита реферата на тему: «Техника езды в маунтинбайке»	29 неделя	5
4	Написание и защита реферата на тему: «Техника езды в ВМХ – гонках»	30 неделя	5
5	Контрольная работа по разделу №8 «Техническая подготовка велосипедиста гонщика»	30 неделя	10
6	Практическое занятие на тему: «Методика закрепления техники передвижения на велосипеде, преодоление спусков, подъемов, препятствий»	30 неделя	5
7	Написание и защита реферата по теме «Тактика в избранной дисциплине велосипедного спорта»	31 неделя	5
8	Контрольная работа на тему: «Тактическая подготовка велосипедиста гонщика»	31 неделя	5
9	Презентация «Классификация современных тренажеров используемых в подготовке велосипедистов и методика их применения».	31 неделя	5
10	Контрольная работа по разделу № 13 «Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте»	31 неделя	10
	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен		30
	Итого за 4 семестр		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу №5: «Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту»	10
2	Контрольная работа по разделу №6: «Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте»	10
3	Контрольная работа по разделу №7. Велосипедный спорт как средство укрепления здоровья населения	10
4	Написание и защита реферата по темам: «Тактика в различных дисциплинах велосипедного спорта»; «Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту»	10
5	Контрольная работа на тему: «Тактическая подготовка велосипедиста гонщика»	10
6	Презентация по теме: «Игры и игровые упражнения на велосипеде»	10
7	Презентация «Классификация современных тренажеров используемых в подготовке велосипедистов и методика их применения».	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики велосипедного спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестры
Форма промежуточной аттестации: *зачет, экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
5 семестр			
1	Контрольная работа на тему: «Требования международной федерации велосипедного спорта UCI к составу судейской коллегии»	6 неделя	10
2	Контрольная работа на тему: «Требования международной федерации велосипедного спорта UCI к проведению соревнований по велосипедному спорту»	7 неделя	10
3	Выполнение практического задания по теме: «Овладение навыками организации и проведения в избранной дисциплине велосипедного спорта»	7 неделя	5
4	Контрольная работа по разделу № 9 «Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту»	8 неделя	10
5	Презентация «Классификация современных тренажеров используемых в подготовке велосипедистов и методика их применения».	8 неделя	5
6	Практическое задание на тему: «Технология подготовки велосипеда к соревнованиям»	8 неделя	5
7	Выступление на семинаре по теме: «Простейшие спортивные сооружения – велосипедные базы»	9 неделя	5
8	Практическое задание по теме: «Техническое обслуживание и ремонт велосипеда»	9 неделя	10
9	Контрольная работа по разделу № 13 «Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте»	9 неделя	10
	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Зачет		20
	Итого за 5 семестр		100
6 семестр			
1	Выполнение теста по теме: «Взаимосвязь кинематических и динамических характеристик техники велосипедиста-	22 неделя	10

	гонщика с экономичностью»		
2	Выполнение теста по теме: «Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велоспорту - ВМХ»	22 неделя	10
3	Выполнение практического задания по теме: «Техническое обслуживание и ремонт велосипеда»	23 неделя	5
4	Контрольная работа по теме: «Основные закономерности построения спортивной тренировки»	23 неделя	5
5	Написание и защита реферата на тему: «Классификация средств тренировочного воздействия»	24 неделя	10
6	Выступление с презентацией на тему: «Характеристика методов тренировки и их воздействие на организм»	24 неделя	5
7	Подготовка и защита реферата на тему: «Тренировочная нагрузка и характеризующие ее показатели»	25 неделя	5
8	Тестирование по разделу №13 «Основы тренировки велосипедиста гонщика»	25 неделя	10
	Посещение занятий	Во время семестра	10
	Экзамен		30
	Итого за 6 семестр		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение теста по теме: «Взаимосвязь кинематических и динамических характеристик техники велосипедиста-гонщика с экономичностью»	10
2	Написание реферата по темам: «Взаимосвязь кинематических и динамических характеристик техники велосипедиста-гонщика с экономичностью»; «Разновидности тренировочного эффекта: срочный, отставленный, кумулятивный»; «Понятие об оперативном, текущем и этапном видах контроля »	20
4	Выполнение теста по теме: «Зарождение и развитие прикладных научных исследований в велосипедном спорте»	10
5	Выполнение теста по теме: «Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велоспорту - ВМХ»	10
6	Выполнение практического задания по теме: «Техническое обслуживание и ремонт велосипеда»	10
7	Контрольная работа по разделу №19 «Основы научно-исследовательской деятельности»	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) теория и методика избранного вида спорта для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, направления 49.03.01 «Физическая культура» подготовки/ специальности «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» направленности (профилю) заочной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики велосипедного спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестры
Форма промежуточной аттестации: *зачет, экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
	7 семестр		
1	Выступление с презентацией на тему: «Разновидности тренировочного эффекта: срочный, отставленный, кумулятивный»	11 неделя	5
2	Написание и защита реферата: «Понятие об оперативном, текущем и этапном видах контроля»	11 неделя	5
3	Написание и защита реферата на тему: «Спортивный дневник – основа учета и контроля тренировочной нагрузки, анализ спортивных результатов»	12 неделя	5
	Контрольная работа на тему: «Контроль – основа управления многолетней тренировкой велосипедистов»	12 неделя	10
4	Выступление с презентацией на тему: «Структура годичного тренировочного цикла в велосипедном спорте»	12 неделя	5
5	Написание и защита реферата на тему: «Планирование – основа управления тренировочным процессом в спорте»	13 неделя	5
6	Тестирование по разделу №14 «Основы тренировки велосипедиста гонщика»	13 неделя	10
7	Написание и защита реферата на тему: «Зарождение и развитие прикладных научных исследований в велосипедном спорте»	13 неделя	5
8	Выступление с презентацией на тему: «Основные этапы научного исследования и их характеристика»	14 неделя	5
9	Написание и защита реферата на тему: «Основные этапы написания выпускной квалификационной работы и их характеристика»	14 неделя	5
10	Контрольная работа по разделу №15 «Основы научно-исследовательской деятельности»	14 неделя	10
	Посещение занятий	В течение семестра	10

	Зачет		20
	Итого за 7 семестр		100
	8 семестр		
1	Выполнение практического задания по теме: «Экономичность движений – высшая цель технического совершенствования в велосипедном спорте»	24 неделя	5
2	Контрольная работа по разделу №16 «Обучение технике передвижения на велосипеде, совершенствование технического мастерства»	24 неделя	10
3	Выполнение практического задания по разделу №17 «Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту»	25 неделя	5
4	Контрольная работа на тему: «Организация и проведение соревнований по велотриалу»	25 неделя	10
5	Контрольная работа на тему: «Организация и проведение соревнований по велокроссу»	25 неделя	10
6	Презентация по теме: «Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования»	26 неделя	5
7	Написание и защита реферата по теме: «Стационарные спортивные сооружения для велосипедистов-гонщиков»	26 неделя	5
8	Контрольная работа по разделу №18 «Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте»	26 неделя	10
	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен		30
	Итого за 8 семестр		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение теста по теме: «Взаимосвязь кинематических и динамических характеристик техники велосипедиста-гонщика с экономичностью»	10
2	Написание и защита рефератов по темам: «Профилактика травм при занятиях велосипедным спортом»; «Система дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности велосипедистов-гонщиков» «Модельные характеристики велосипедистов-гонщиков»	20
4	Выполнение теста по теме: «Зарождение и развитие прикладных научных исследований в велосипедном спорте»	10
5	Выполнение теста по теме: «Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велоспорту - ВМХ»	10
6	Выполнение практического задания по теме: «Техническое обслуживание и ремонт велосипеда»	10
7	Контрольная работа по разделу №19 «Основы научно-исследовательской деятельности»	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

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

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теории и методик велосипедного спорта

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

«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

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

Год набора 2016 г.

Москва – 2017г.

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

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

3. Цель освоения дисциплины (модуля): является изучение учебно-практического материала для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 «Физическая культура», необходимого для работы тренерами по велосипедному спорту, методистами в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), специализированных детско-юношеских школах олимпийского резерва (СДЮШОР), училищах олимпийского резерва, сборных командах страны, преподавателями по велосипедному спорту в дошкольных учреждениях, средних и высших учебных заведениях. Данная программа реализуется на русском языке.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

- способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта (ПК-11);
- способность использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию (ПК-13);
- способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (ПК-14);
- способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15)
- способность планировать оснащение физкультурно-спортивной организации соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем (ПК-26);
- способность выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта (ПК-28);
- способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПК-30).

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1 Велосипедный спорт как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения	I					
1.1	1.1. Введение в специализацию	I	2	2	40		
1.2	1.2. История велосипедного спорта	I	2	4	40		
1.3	1.3. Спортивные достижения национальной команды	I		4	40		

	велосипедистов-гонщиков						
1.4	1.4. Характеристика олимпийских дисциплин в велосипедном спорте	I		2	40		
2	Раздел 2 Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в велосипедном спорте	I					
2.1	2.1 Требования к спортивным сооружениям при проведении соревнований по велосипедному спорту	I	2	2	40		
2.2	2.2 Характеристика спортивного инвентаря в различных дисциплинах велосипедного спорта	I		2	40		
Итого за 1 семестр:258 часов (7 зачетных единиц)			6	12	240		зачёт
3	Раздел 3 Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	II					
3.1	3.1. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	II		2	34		
3.2	3.2. Требования к участникам соревнований по велосипедному спорту	II		2	34		
3.3	3.3 Требования к судейской коллегии в различных дисциплинах велосипедного спорта	II		2	34		
4	Раздел 4 Обучение технике передвижения на велосипеде, требования к технике безопасности при проведении занятий велосипедным спортом.	II					
4.1	4.1. Теоретические основы обучения двигательным действиям	II		2	37		
4.2	4.2. Специфика обучения в естественных природных условиях. Обеспечение безопасности занимающихся	II		2	34		
4.3	4.3. Начальное обучение способам передвижения на велосипеде. Организация и формы проведения занятий	II		2	34		
Итого за 2 семестр: 228 часов (6.25 зачетных единиц)				12	207	9	Экзамен
Всего за 1 курс: 486 часов (14 зачетных единиц)			6	24	447	9	Экзамен
5	Раздел 5 Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте	III	2				

5.1	5.1. Эксплуатационные характеристики велосипеда	III		1	25		
5.2	5.2. Инновации в изготовлении обуви и одежды велосипедиста	III		1	25		
5.3	5.3. Общие требования к подготовке велосипеда, необходимые приспособления	III		1	25		
6	Раздел 6. Велосипедный спорт как средство укрепления здоровья населения	III	2				
6.1	6.1. Велосипедный спорт в России – национальное средство укрепления здоровья населения	III		2	25		
6.2	6.2. Организация и содержание подготовки с использованием велосипеда дошкольников, школьников, студенческой молодежи и военнослужащих	III		2	25		
6.3	6.3. Использование занятий велосипедным спортом для оздоровления взрослого населения	III		1	25		
6.4	6.4. Оздоровительная работа с использованием велосипеда среди инвалидов по слуху, зрению, опорно-двигательному аппарату, умственному развитию	III		1	25		
6.5	6.5. Общее руководство и финансирование физкультурно-спортивной отрасли в сфере велосипедного спорта	III		1	25		
Итого за 3 семестр 214 часов (6 зачетных единицы)			4	10	200		зачёт
7	Раздел 7. Техническая подготовка велосипедиста-гонщика	IV	1				
7.1	7.1. Техника езды в гонках на шоссе	IV		1	29		
7.2	7.2. Техника езды в гонках на треке	IV		1	29		
7.3	7.3. Техника езды в маунтинбайке	IV		1	29		
7.4	7.4 Техника езды в BMX - гонках	IV		1	29		
7.5	7.5 Методика закрепления техники передвижения на велосипеде, способов подъемов, спусков, поворотов, торможений, преодоления неровностей	IV		1	27		
	7.6 Игры и игровые упражнения на велосипеде	IV		1	27		
8	Раздел 8. Тактическая подготовка велосипедиста-гонщика	IV	1				
8.1	8.1. Общая характеристика	IV		2	27		

	процесса тактической подготовки велосипедиста. Контроль тактической подготовленности						
8.2	8.2. Тактика в гонках на треке	IV		1	27		
8.3	8.3 Тактика в гонках на шоссе	IV		1	27		
Итого за 4 семестр: 272 часа (7,5 зачетных единиц)				2	10	251	9 Экзамен
Всего за 2 курс: 486 часов (13,5 зачетных единиц)				6	20	451	9 Экзамен
9	Раздел 9. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	V	2				
9.1	9.1. Динамика состава главной судейской коллегии и различных судейских бригад в зависимости от категории соревнований	V		1	10		
9.2	9.2. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велосипедному туризму	V		1	10		
9.3	12.3. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований на треке	V		1	10		
9.4	12.4. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по шоссе	V		1	10		
9.5	12.5. Принципы разработки классификационных нормативов по велосипедному спорту	V		1	10		
9.6	12.6. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований в гонках по пересеченной местности	V		1	10		
10	Раздел 10. Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте	V	2				
10.1	10.1. Тренажеры в велосипедном спорте	V		1	9		
10.2	10.2. Технология подготовки велосипеда к соревнованиям	V		1	10		
10.3	10.3. Простейшие спортивные сооружения – велосипедные базы	V		1	9		
10.4	10.4. Техническое обслуживание и ремонт велосипеда	V		1	9		
Итого за 5 семестр: 111 часов (3 зачетных единицы)				4	10	97	зачёт
11	Раздел 11. Обучение технике передвижения на велосипеде, совершенствование технического мастерства	VI					
11.1	11.1. Совершенствование технического мастерства	VI		2	18		

	велосипедиста-гонщика						
11.2	11.2. Взаимосвязь кинематических и динамических характеристик техники велосипедиста-гонщика с экономичностью	VI		1	17		
12	Раздел 12. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	VI					
12.1	12.1. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велоспорту - BMX	VI		1	17		
12.2	12.2 Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велоспорту маунтинбайк	VI		1	17		
13	Раздел 13. Основы тренировки велосипедиста-гонщика	VI					
13.1	13.1. Основные закономерности построения спортивной тренировки	VI	2	1	17		
13.2	13.2. Единство педагогических и биологических основ содержания тренировки	VI		1	17		
13.3	13.3. Функционально-двигательное обоснование классификации средств тренировки	VI		1	17		
13.4	13.4. Характеристика методов тренировки, направленность их воздействия на организм	VI		1	17		
13.5	13.5. Тренировочная нагрузка и характеризующие ее показатели	VI		1	17		
Итого за 6 семестр: 177 часов (5 зачетных единицы)			4	10	154	9	Экзамен
Всего за 3 курс: 288 часов (8 зачетных единиц)			8	20	251	9	Экзамен
14	Раздел 14. Основы тренировки велосипедиста-гонщика	VII	2				
14.1	14.1.Разновидности тренировочного эффекта: срочный, отставленный, кумулятивный	VII		2	30		
14.2	14.2. Понятие об оперативном, текущем и этапном видах контроля	VII		1	28		
14.3	14.3. Спортивный дневник – основа учета и контроля тренировочной нагрузки, анализа спортивных результатов	VII		1	28		
14.4	14.4. Структура годовичного	VII		1	28		

	тренировочного цикла в велосипедном спорте						
14.5	14.5. Овладение планированием тренировки начинающего велосипедиста-гонщика	VII		1	28		
15	Раздел 15. Основы научно-исследовательской деятельности	VII	2				
15.1	15.1. Зарождение и развитие прикладных научных исследований в велосипедном спорте	VII		2	30		
15.2	15.2. Требования к выпускной квалификационной работе и методика выполнения	VII		2	30		
Итого за 7 семестр: 216 часа (6 зачетных единиц)				4	10	202	зачёт
16	Раздел 16. Обучение технике передвижения на велосипеде, совершенствование технического мастерства	VIII	1				
16.1	16.1. Экономичность движений – высшая цель технического совершенствования в велосипедном спорте	VIII		2	41		
17	Раздел 17. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	VIII	1				
17.1	17.1. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велосипедному кроссу	VIII		2	38		
17.2	17.2. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велотриалу	VIII		2	38		
18	Раздел 18. Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте	VIII	2				
18.1	18.1. Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования	VIII		2	38		
18.2	18.2. Стационарные спортивные сооружения для велосипедистов-гонщиков	VIII		2	38		
Итого за 8 семестр: 216 часов (6 зачетных единиц)				4	10	193	9
Всего за 4 курс: 432 часа (12 зачетных единиц)				8	20	395	9
Итого: 47 зачетных единиц				30	84	1544	36

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Институт спорта и физической культуры

Кафедра теории и методики велосипедного спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

49.03.01 «Физическая культура»
(код и наименование)

Направленность (профиль):

«Спортивная подготовка в избранном виде спорта»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная / заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Институт спорта и физической культуры

Кафедра теории и методика велосипедного спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

49.03.01 «Физическая культура»
(код и наименование)

Направленность (профиль):

«Спортивная подготовка в избранном виде спорта»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная / заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики велосипедного спорта
(наименование)
Протокол № 12 от «11» мая 2017 г.

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

(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:

Бариеников Евгений Михайлович – кандидат педагогических наук,
профессор, МСМК по велосипедному спорту.

Дышаков Алексей Сергеевич - преподаватель кафедры теории и методики
велосипедного спорта;

Залиханова Анастасия Александровна – старший преподаватель кафедры
теории и методики велосипедного спорта;

Кондратьев Игорь Сергеевич – заведующий лабораторией кафедры теории и
методики велосипедного спорта.

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (велосипедный спорт)» является изучение учебно-практического материала для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 «Физическая культура», необходимого для работы тренерами по велосипедному спорту, методистами в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), специализированных детско-юношеских школах олимпийского резерва (СДЮШОР), училищах олимпийского резерва, сборных командах страны, преподавателями по велосипедному спорту в дошкольных учреждениях, средних и высших учебных заведениях. Данная программа реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (велосипедный спорт)» в структуре основной образовательной программы (ОП) бакалавриата

Учебная дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (велосипедный спорт)» является системообразующей (сквозной) в едином междисциплинарном образовательном процессе, направленном на последовательное и закономерное формирование у студентов профессионально-педагогического мастерства (комплекса общекультурных и профессиональных компетенций).

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (велосипедный спорт)» относится к профессиональному циклу базовой части ФГОС ВПО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», по профилю «Спортивная подготовка».

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (велосипедный спорт)» входит в систему наук, ориентированную на запросы спорта и на оздоровительную физическую культуру. Как сквозная дисциплина её изучение наиболее тесно связано и опирается, прежде всего на дисциплины профессионального цикла «Велосипедный спорт» и «Спортивно-педагогическое совершенствование», базируется на логической и содержательно-методической взаимосвязи с дисциплинами: история физической культуры, анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, химия, физика, информатика, спортивная метрология, спортивная медицина, психология, педагогика, социология, экология, правовые основы профессиональной деятельности, безопасность жизнедеятельности и др. Данная дисциплина предшествует прохождению спортивно-педагогической, тренерской и организационно-тренерской практик.

Особенность изучаемой дисциплины состоит в том, что акцент сделан на развитие творческих способностей и обеспечение владением общекультурными и профессиональными компетенциями с целью достижения готовности к реальной профессиональной практической деятельности, базирующейся на изучении биологических закономерностей

адаптационных возможностей организма занимающихся велосипедным спортом, включая ветеранов и велосипедистов-инвалидов. Подчеркнута важность нравственно-духовного совершенствования человека в процессе велосипедной подготовки, которая социальна по своей сущности, характеризуется конкретным педагогическим содержанием и выраженной воспитательной направленностью. Освоение курса включает также подготовку к выполнению требований по профессиональной физической подготовке.

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

Для освоения данной дисциплины студент должен иметь базовую подготовку по велосипедному спорту и иметь как минимум второй спортивный разряд.

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> Теорию и методiku спортивной подготовки в велосипедном спорте	1- 8		1 – 9
	<i>Уметь:</i> учитывать возрастные и индивидуальные особенности занимающихся в учебно-тренировочном процессе	2 – 8		3 – 9
	<i>Владеть:</i> Методиками обучения и спортивного совершенствования в велосипедном с учетом возрастных, индивидуальных особенностей и уровня подготовленности	4 - 8		6 - 9
ОПК-6	<i>Знать:</i> Особенности использования средств велосипедного спорта при проведении занятий рекреационной направленности	2 -4		4 -5
	<i>Уметь:</i> проводить мероприятия рекреационной направленности с использованием средств велосипедного спорта с различным контингентом занимающихся	4 -6		6 -7
	<i>Владеть:</i> методикой обучения велосипедного спорта и проведения занятий рекреационной направленности с использованием средств велосипедного спорта	6 - 8		7 - 9
ОПК-8	<i>Знать:</i> Правила проведения и судейства соревнований в различных дисциплинах велосипедного спорта	2 - 8		3 - 10
	<i>Уметь:</i> организовывать соревнования по велосипедному спорту и осуществлять судейство соревнований	3- 8		4 – 10
	<i>Владеть:</i> навыками судейства в различных дисциплинах по велосипедному спорту (трек, шоссе, маунтинбайк, ВМХ)	4 - 8		4 -6
ОПК-11	<i>Знать:</i> Основные направления научной работы в велосипедном спорте, апробированные методики исследования в велоспорте.	3-8		5 - 10
	<i>Уметь:</i> планировать экспериментальные исследования в велоспорте с использованием апробированных методик	5 - 8		6 -10
ПК-8	<i>Знать:</i> истоки и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта	3 - 6		5 - 7
	<i>Уметь:</i> использовать знания медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки в велосипедном спорте при совершенствовании учебно-тренировочного процесса с различным контингентом занимающихся	4 - 8		5 - 9
	<i>Владеть:</i> современными научно-обоснованными методиками спортивной подготовки занимающихся велосипедным спортом	6 - 8		7 - 10
ПК-9	<i>Знать:</i> индивидуальные личностные особенности занимающихся велосипедным спортом, психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям спортом; психологические особенности развития познавательных способностей и эмоционально-волевой сферы в процессе занятий ФКиС.	4		5
	<i>Уметь:</i> формировать мотивацию для занятий велосипедным спортом, организовывать и осуществлять воспитательный процесс в учебном и	5 - 7		6 -8

	спортивном коллективах, применять полученные знания в области психологии ФК и практической работе со спортсменами. и учащимися в целях воспитания у них моральных принципов честной спортивной конкуренции.			
	<i>Владеть:</i> навыками управления мотивацией и эмоционально-волевой сферой занимающихся и отдельными спортсменами	6 - 8		7 – 10
ПК-10	<i>Знать:</i> теорию и методику спортивного отбора (в т.ч. в велосипедном спорте), модельные характеристики спортсменов, методы и методики спортивного отбора, этапы спортивного отбора, особенности спортивной ориентации, антропометрические, биохимические, физиологические, физические и психологические параметры спортивного отбора, основные методы и приемы спортивного отбора, возрастные особенности детей.	5		6
	<i>Уметь:</i> реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся, определять предрасположенность к занятиям определенными видами спорта.	5 - 7		6 – 8
	<i>Владеть:</i> методами и методиками исследования индивидуально-психологических особенностей занимающихся в целях спортивного отбора и ориентации	6 - 8		7 – 10
ПК-11	<i>Знать:</i> перспективное, оперативное планирование в велосипедном спорте, программы занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта	5 - 7		6 - 9
	<i>Уметь:</i> осуществлять перспективное, оперативное планирование тренировочного процесса, разрабатывать программы и конспекты тренировочных занятий	5 - 8		6 – 9
ПК-13	<i>Знать:</i> технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию	5		6
	<i>Уметь:</i> осуществлять педагогический контроль в тренировочном и соревновательном процессах, коррекцию эмоционального состояния спортсмена	6		7
	<i>Владеть:</i> методами педагогического и психологического восстановления спортсменов	6 - 8		7 – 9
ПК-14	<i>Знать:</i> структуру этапов совершенствования технических приемов в ИВС, задачи, средства и методы тактической подготовки, приемы объяснения и демонстрации основных и вспомогательных элементов техники и тактики ИВС.	2 - 4		3 – 5
	<i>Уметь:</i> выполнять основные технические приемы в процессе тренировочных занятий в ИВС. Владеть технико-тактическими приемами в ИВС, средствами выразительности.	3 – 4		5 - 6
	<i>Владеть:</i> методикой обучения технико-тактическим приемам в различных дисциплинах велосипедного спорта.	4 - 8		6 – 9
ПК 15	<i>Знать:</i> способы контроля и самоконтроля, методики оценивания используемые в процессе индивидуальной спортивной деятельности, закономерности достижения и сохранения спортивной формы.	5		7
	<i>Уметь:</i> осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму.	1-8		1-10
	<i>Владеть:</i> методами самооценки процесса и результатов спортивной деятельности	1-8		1-10
ПК 26	<i>Знать:</i> технологию составления плановых заказов для оснащения физкультурно-спортивных организаций оборудованием, функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки, методы составления финансовых документов	1		1
	<i>Уметь:</i> заказывать и приобретать физкультурно-спортивный инвентарь, работать с нормативными документами, относящимися к профессиональной деятельности.	1		1-2
	<i>Владеть:</i> навыками составления сметы по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки, методами разработки отчетной документации.	5-8		6-9

ПК-28	<i>Знать:</i> актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта	2		3
	<i>Уметь:</i> выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта	3 -4		4 – 5
	<i>Владеть:</i> способностью к анализу проблем сферы ФКиС	5 -8		6 – 9
ПК-30	<i>Знать:</i> методы научного анализа результатов исследований	5		6
	<i>Уметь:</i> проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности	6		7
	<i>Владеть:</i> методами обобщения и интерпретации данных научных исследований,	7 - 8		7 – 9

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

4.1 Очная форма обучения

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

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1 Велосипедный спорт как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения	I					
1.1	1.1. Введение в специализацию	I	4	8	22		
1.2	1.2. История велосипедного спорта	I	4	10	21		
1.3	1.3. Спортивные достижения национальной команды велосипедистов-гонщиков	I		8	20		
1.4	1.4. Характеристика олимпийских дисциплин в велосипедном спорте	I		8	20		
2	Раздел 2 Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в велосипедном спорте	I					
2.1	2.1 Требования к спортивным сооружениям при проведении соревнований по велосипедному	I	2	8	20		

	спорту						
2.2	2.2 Характеристика спортивного инвентаря в различных дисциплинах велосипедного спорта	I	2	8	20		
3	Раздел 3 Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	I					
3.1	3.1. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	I	2	8	20		
3.2	3.2. Требования к участникам соревнований по велосипедному спорту	I		8	20		
Итого за 1 семестр:243 часа (6.75 зачетных единицы)			14	66	163		Зачет
4	Раздел 4 Обучение технике передвижения на велосипеде, требования к технике безопасности при проведении занятий велосипедным спортом.	II					
4.1	4.1. Теоретические основы обучения двигательным действиям	II	4	8	18		
4.2	4.2. Специфика обучения в естественных природных условиях. Обеспечение безопасности занимающихся	II	4	8	18		
4.3	4.3. Начальное обучение способам передвижения на велосипеде. Организация и формы проведения занятий	II	4	8	18		
5	Раздел 5 Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	II					
5.1	5.1. Классификация соревнований	II	2	8	18		
5.2	5.2. Документы планирования и проведения соревнований	II	2	8	18		
5.3	5.3. Требования к участникам соревнований	II		8	16		
5.4	5.4. Определение результатов в различных соревновательных дисциплинах	II		8	16		
6	Раздел 6 Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте	II					
6.1	6.1. Эксплуатационные характеристики велосипеда	II	2	8	16		
6.2	6.2. Инновации в изготовлении обуви и одежды велосипедиста	II	2	8	16		
6.3	6.3. Общие требования к подготовке велосипеда, необходимые приспособления	II	2	6	16		

Итого за 2 семестр: 270 часов (7,75 зачетных единиц)			22	78	170	9	Экзамен
Всего за 1 курс: 522 часов (14.5 зачетных единиц)			36	144	333	9	Зачет, экзамен
7	Раздел 7. Велосипедный спорт как средство укрепления здоровья населения	III					
7.1	7.1. Велосипедный спорт в России – национальное средство укрепления здоровья населения	III	2	5	4		
7.2	7.2. Организация и содержание подготовки с использованием велосипеда дошкольников, школьников, студенческой молодежи и военнослужащих	III	2	6	4		
7.3	7.3. Использование занятий велосипедным спортом для оздоровления взрослого населения	III	2	5	4		
7.4	7.4. Оздоровительная работа с использованием велосипеда среди инвалидов по слуху, зрению, опорно-двигательному аппарату, умственному развитию	III		5	4		
7.5	7.5. Общее руководство и финансирование физкультурно- спортивной отрасли в сфере велосипедного спорта	III	2	5	4		
8	Раздел 8. Техническая подготовка велосипедиста- гонщика	III					
8.1	8.1. Техника езды в гонках на шоссе	III	2	6	4		
8.2	8.2. Техника езды в гонках на треке	III		6	4		
8.3	8.3. Техника езды в маунтинбайке	III	2	6	4		
8.4	8.4 Техника езды в ВМХ - гонках	III		6	3		
9	Раздел 9. Тактическая подготовка велосипедиста- гонщика	III					
9.1	9.1. Общая характеристика процесса тактической подготовки велосипедиста. Контроль тактической подготовленности	III	2	5	3		
9.2	9.2. Тактика в гонках на треке	III	2	6	3		
9.3	9.3 Тактика в гонках на шоссе	III	2	6	2		
10	Раздел 10. Обучение технике передвижения на велосипеде, совершенствование технического мастерства	III					
10.1	10.1. Методика закрепления техники передвижения на	III		5	2		

	велосипеде, способов подъемов, спусков, поворотов, торможений, преодоления неровностей						
Итого за 3 семестр 135 час (3.75 зачетных единицы)			18	72	45		Зачет
11	Раздел 11. Обучение технике передвижения на велосипеде, совершенствование технического мастерства	IV					
11.1	11.1. Игры и игровые упражнения на велосипеде	IV	2	7	8		
12	Раздел 12. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	IV					
12.1	12.1. Динамика состава главной судейской коллегии и различных судейских бригад в зависимости от категории соревнований	IV	2	8	8		
12.2	12.2. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велосипедному туризму	IV		7	8		
12.3	12.3. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований на треке	IV	2	8	8		
12.4	12.4. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по шоссе	IV	2	7	8		
12.5	12.5. Принципы разработки классификационных нормативов по велосипедному спорту	IV	2	7	8		
12.6	12.6. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований в гонках по пересеченной местности	IV		7	8		
13	Раздел 13. Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте	IV					
13.1	13.1. Тренажеры в велосипедном спорте	IV	2	7	8		
13.2	13.2. Технология подготовки велосипеда к соревнованиям	IV		7	6		
13.3	13.3. Простейшие спортивные сооружения – велосипедные базы	IV	2	7	6		
Итого за 4 семестр: 162 час (4.75 зачетных единицы)			14	72	76	9	Экзамен
Всего за 2 курс: 297 часа (8.5 зачетных единицы)			32	144	121	9	Зачет, экзамен
14	Раздел 14. Обучение технике передвижения на велосипеде, совершенствование технического мастерства	V					

14.1	14.1. Совершенствование технического мастерства велосипедиста-гонщика	V	4	8	18		
14.2	14.2. Взаимосвязь кинематических и динамических характеристик техники велосипедиста-гонщика с экономичностью	V	4	8	18		
15	Раздел 15. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	V					
15.1	15.1. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велоспорту - BMX	V	4	8	18		
16	Раздел 16 Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте	V					
16.1	16.1. Техническое обслуживание и ремонт велосипеда	V	4	8	18		
17	Раздел 17. Основы тренировки велосипедиста-гонщика	V					
17.1	17.1. Основные закономерности построения спортивной тренировки	V	4	8	18		
17.2	17.2. Единство педагогических и биологических основ содержания тренировки	V	2	8	18		
17.3	17.3. Функционально-двигательное обоснование классификации средств тренировки	V	2	8	18		
17.4	17.4. Характеристика методов тренировки, направленность их воздействия на организм	V	2	4	18		
17.5	17.5. Тренировочная нагрузка и характеризующие ее показатели	V	2	4	16		
Итого за 5 семестр: 252 часа (7 зачетных единицы)			28	64	160		зачет
	Раздел 18. Основы тренировки велосипедиста-гонщика	VI					
	18.1.Разновидности тренировочного эффекта: срочный, отставленный, кумулятивный	VI	2	8	14		
	18.2. Понятие об оперативном, текущем и этапном видах контроля	VI	2	8	14		
	18.3. Спортивный дневник – основа учета и контроля тренировочной нагрузки, анализа спортивных результатов	VI		8	14		
	18.4. Структура годичного	VI		8	14		

	тренировочного цикла в велосипедном спорте						
	18.5. Овладение планированием тренировки начинающего велосипедиста-гонщика	VI	2	8	14		
	Раздел 19. Основы научно-исследовательской деятельности	VI					
	19.1. Зарождение и развитие прикладных научных исследований в велосипедном спорте	VI	2	6	12		
	19.2. Требования к выпускной квалификационной работе и методика выполнения	VI		6	11		
Итого за 6 семестр: 153 часов (4.5 зачетных единиц)				8	52	93	9
Всего за 3 курс: 405 часа (11.5 зачетных единиц)				36	116	253	9
20	Раздел 20. Обучение технике передвижения на велосипеде, совершенствование технического мастерства	VII					
20.1	20.1. Экономичность движений – высшая цель технического совершенствования в велосипедном спорте	VII		4	10		
21	Раздел 21. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	VII					
21.1	21.1. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велосипедному кроссу	VII		4	12		
21.2	21.2. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велотриалу	VII		4	10		
22	Раздел 22. Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте	VII					
22.1	22.1. Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования	VII	2	4	10		
22.2	22.2. Стационарные спортивные сооружения для велосипедистов-гонщиков	VII		4	10		
23	Раздел 23. Спортивная тренировка как многолетний процесс	VII					
23.1	23.1. Система многолетней подготовки юных велосипедистов	VII	2	4	10		

	в спортивных школах						
23.2	23.2. Возрастные закономерности биологического развития – основа построения многолетней подготовки велосипедистов-гонщиков	VII	2	4	10		
23.3	23.3. Влияние биологического возраста на функционально-двигательную подготовленность юных велосипедистов	VII	2	4	10		
23.4	23.4. Оптимальные зоны биологической зрелости для направленного развития приоритетных для велосипедистов-гонщиков двигательных навыков	VII	2	4	10		
23.5	23.5. Последовательность развития специфичных для велосипедистов-гонщиков биоэнергетических режимов в процессе многолетней тренировки	VII	2	4	10		
23.6	23.6. Генетическая предрасположенность к высшим спортивным достижениям в велосипедном спорте	VII	2	4	10		
23.7	23.7. Учет биологических особенностей женского организма в построении тренировки велосипедисток-гонщиц	VII	2	4	10		
23.8	23.8. Оперативное, текущее и перспективное планирование спортивной тренировки в велосипедном спорте	VII	2	4	10		
23.9	23.9. Динамика соотношения средств и методов тренировки на разных этапах многолетней подготовки	VII	2	4	10		
23.10	23.10. Физическая, техническая, тактическая, психологическая подготовленность велосипедиста-гонщика, их взаимосвязь	VII		2	10		
23.11	23.11. Воспитательная работа в процессе многолетней подготовки	VII		2	10		
23.12	23.12. Овладение планированием тренировки велосипедистов-гонщиков на этапе начальной и углубленной специализации	VII		2	10		
Итого за 7 семестр: 252 часа (7 зачетных единиц)			18	62	172		зачет
Раздел 24. Спортивная тренировка как многолетний процесс							

	24.1. Профилактика травм при занятиях велосипедным спортом	VIII	2	10	22		
	24.2. Система дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности велосипедистов-гонщиков	VIII	4	10	18		
	24.3. Модельные характеристики велосипедистов-гонщиков	VIII	2	10	19		
	24.4. Профессионально-педагогическая деятельность тренера по велосипедному спорту	VIII	2	10	18		
	Раздел 25. Основы научно-исследовательской деятельности	VIII					
	25.1 Основные направления современных исследований в области теории и методики велосипедного спорта	VIII	2	10	18		
	25.2. Этапы выполнения выпускной квалификационной работы, апробация, защита	VIII	4	8	18		
	Итого за 8 семестр: 189 часов (5.5 зачетных единиц)		18	58	113	9	экзамен
	Всего за 4 курс: 450 часа (12.5 зачетных единицы)		36	120	285	9	Зачет, экзамен
	Итого: 47 зачетных единиц		140	524	992	36	

4.2. Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, 1692 академических часа.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1 Велосипедный спорт как олимпийский вид спорта и	I					

	эффективное средство оздоровления населения						
1.1	1.1. Введение в специализацию	I		2	30		
1.2	1.2. История велосипедного спорта	I	2	2	32		
1.3	1.3. Спортивные достижения национальной команды велосипедистов-гонщиков	I		2	31		
1.4	1.4. Характеристика олимпийских дисциплин в велосипедном спорте	I		2	31		
2	Раздел 2 Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в велосипедном спорте	I					
2.1	2.1 Требования к спортивным сооружениям при проведении соревнований по велосипедному спорту	I		2	30		
2.2	2.2 Характеристика спортивного инвентаря в различных дисциплинах велосипедного спорта	I		2	30		
Итого за 1 семестр:198 часа (5.5 зачетных единиц)			2	12	184	зачет	
3	Раздел 3 Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	II					
3.1	3.1. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	II	2	2	17		
3.2	3.2. Требования к участникам соревнований по велосипедному спорту	II		2	17		
3.3	3.3 Требования к судейской коллегии в различных дисциплинах велосипедного спорта	II		2	17		
4	Раздел 4 Обучение технике передвижения на велосипеде, требования к технике безопасности при проведении занятий велосипедным спортом.	II					
4.1	4.1. Теоретические основы обучения двигательным действиям	II	2	3	16		
4.2	4.2. Специфика обучения в естественных природных условиях. Обеспечение безопасности занимающихся	II		2	16		
4.3	4.3. Начальное обучение способам передвижения на велосипеде. Организация и формы проведения занятий	II		2	17		

Итого за 2 семестр: 126 часов (3.5 зачетных единицы)			4	14	99	9	Экзамен
Всего за 1 курс: 324 часа (9 зачетных единицы)			6	26	283	9	Зачет, экзамен
5	Раздел 5 Материально- техническое обеспечение в велосипедном спорте	III	2				
5.1	5.1. Эксплуатационные характеристики велосипеда	III		2	18		
5.2	5.2. Инновации в изготовлении обуви и одежды велосипедиста	III		2	18		
5.3	5.3. Общие требования к подготовке велосипеда, необходимые приспособления	III		2	18		
6	Раздел 6. Велосипедный спорт как средство укрепления здоровья населения	III	2				
6.1	6.1. Велосипедный спорт в России – национальное средство укрепления здоровья населения	III		2	18		
6.2	6.2. Организация и содержание подготовки с использованием велосипеда дошкольников, школьников, студенческой молодежи и военнослужащих	III		2	18		
6.3	6.3. Использование занятий велосипедным спортом для оздоровления взрослого населения	III		2	18		
6.4	6.4. Оздоровительная работа с использованием велосипеда среди инвалидов по слуху, зрению, опорно-двигательному аппарату, умственному развитию	III		2	18		
6.5	6.5. Общее руководство и финансирование физкультурно- спортивной отрасли в сфере велосипедного спорта	III		2	16		
Итого за 3 семестр 162 часов (4.5 зачетных единиц)			4	16	142		Зачет
7	Раздел 7. Техническая подготовка велосипедиста- гонщика	IV	1				
7.1	7.1. Техника езды в гонках на шоссе	IV		2	18		
7.2	7.2. Техника езды в гонках на треке	IV		2	18		
7.3	7.3. Техника езды в маунтинбайке	IV		2	18		
7.4	7.4 Техника езды в ВМХ - гонках	IV		2	18		
7.5	7.5 Методика закрепления техники передвижения на велосипеде, способов подъемов, спусков, поворотов, торможений,	IV		1	18		

	преодоления неровностей						
	7.6 Игры и игровые упражнения на велосипеде	IV		1	18		
8	Раздел 8. Тактическая подготовка велосипедиста-гонщика	IV	1		16		
8.1	8.1. Общая характеристика процесса тактической подготовки велосипедиста. Контроль тактической подготовленности	IV		2	16		
8.2	8.2. Тактика в гонках на треке	IV		2	16		
8.3	8.3 Тактика в гонках на шоссе	IV		2	15		
Итого за 4 семестр: 198 часов (5.5 зачетных единиц)				2	16	171	9 Экзамен
Всего за 2 курс: 360 часа (10 зачетных единиц)				6	32	313	9 Зачет, экзамен
9	Раздел 9. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	V	2				
9.1	9.1. Динамика состава главной судейской коллегии и различных судейских бригад в зависимости от категории соревнований	V		2	14		
9.2	9.2. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велосипедному туризму	V		2	14		
9.3	12.3. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований на треке	V		2	14		
9.4	12.4. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по шоссе	V		2	14		
9.5	12.5. Принципы разработки классификационных нормативов по велосипедному спорту	V		2	14		
9.6	12.6. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований в гонках по пересеченной местности	V		2	14		
10	Раздел 10. Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте	V					
10.1	10.1. Тренажеры в велосипедном спорте	V		1	15		
10.2	10.2. Технология подготовки велосипеда к соревнованиям	V		1	15		
10.3	10.3. Простейшие спортивные сооружения – велосипедные базы	V		1	15		
10.4	10.4. Техническое обслуживание и ремонт велосипеда	V		1	15		

Итого за 5 семестр: 162 час (4.5 зачетных единицы)			2	16	144		Зачет
11	Раздел 11. Обучение технике передвижения на велосипеде, совершенствование технического мастерства	VI					
11.1	11.1. Совершенствование технического мастерства велосипедиста-гонщика	VI		1	11		
11.2	11.2. Взаимосвязь кинематических и динамических характеристик техники велосипедиста-гонщика с экономичностью	VI	2	1	11		
12	Раздел 12. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	VI					
12.1	12.1. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велоспорту - BMX	VI		1	11		
12.2	12.2 Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велоспорту маунтинбайк	VI		1	11		
13	Раздел 13. Основы тренировки велосипедиста-гонщика	VI					
13.1	13.1. Основные закономерности построения спортивной тренировки	VI	2	2	11		
13.2	13.2. Единство педагогических и биологических основ содержания тренировки	VI		2	11		
13.3	13.3. Функционально-двигательное обоснование классификации средств тренировки	VI		2	11		
13.4	13.4. Характеристика методов тренировки, направленность их воздействия на организм	VI		2	11		
13.5	13.5. Тренировочная нагрузка и характеризующие ее показатели	VI		2	11		
Итого за 6 семестр: 126 часов (3.5 зачетных единицы)			4	14	99	9	экзамен
Всего за 3 курс: 288 часов (8 зачетных единиц)			6	30	243	9	Зачет, экзамен
14	Раздел 14. Основы тренировки велосипедиста-гонщика	VII					
14.1	14.1.Разновидности тренировочного эффекта: срочный, отставленный, кумулятивный	VII		2	24		

14.2	14.2. Понятие об оперативном, текущем и этапном видах контроля	VII		2	24		
14.3	14.3. Спортивный дневник – основа учета и контроля тренировочной нагрузки, анализа спортивных результатов	VII		2	24		
14.4	14.4. Структура годичного тренировочного цикла в велосипедном спорте	VII		2	24		
14.5	14.5. Овладение планированием тренировки начинающего велосипедиста-гонщика	VII		2	24		
15	Раздел 15. Основы научно-исследовательской деятельности	VII	2				
15.1	15.1. Зарождение и развитие прикладных научных исследований в велосипедном спорте	VII		2	22		
15.2	15.2. Требования к выпускной квалификационной работе и методика выполнения	VII		2	22		
Итого за 7 семестр: 180 часа (5 зачетных единиц)			2	14	164		зачет
16	Раздел 16. Обучение технике передвижения на велосипеде, совершенствование технического мастерства	VIII	2				
16.1	16.1. Экономичность движений – высшая цель технического совершенствования в велосипедном спорте	VIII		3	32		
17	Раздел 17. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	VIII					
17.1	17.1. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велосипедному кроссу	VIII		3	30		
17.2	17.2. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велотриалу	VIII		3	30		
18	Раздел 18. Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте	VIII					
18.1	18.1. Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования	VIII	2	4	30		
18.2	18.2. Стационарные спортивные сооружения для велосипедистов-	VIII		3	29		

	ГОНЩИКОВ						
Итого за 8 семестр: 189 часа (5 зачетных единиц)			4	16	151	9	экзамен
Всего за 4 курс:360 часов (10 зачетных единиц)			6	30	315	9	Зачет, К.Р., Экзамен
19	Раздел 19. Спортивная тренировка как многолетний процесс	IX	2				
19.1	19.1. Система многолетней подготовки юных велосипедистов в спортивных школах	IX		2	14		
19.2	19.2. Возрастные закономерности биологического развития – основа построения многолетней подготовки велосипедистов-гонщиков	IX		2	14		
19.3	19.3. Влияние биологического возраста на функционально-двигательную подготовленность юных велосипедистов	IX		2	14		
19.4	19.4. Оптимальные зоны биологической зрелости для направленного развития приоритетных для велосипедистов-гонщиков двигательных навыков	IX		2	14		
19.5	19.5. Последовательность развития специфичных для велосипедистов-гонщиков биоэнергетических режимов в процессе многолетней тренировки	IX		1	12		
19.6	19.6. Генетическая предрасположенность к высшим спортивным достижениям в велосипедном спорте	IX		1	12		
19.7	19.7. Учет биологических особенностей женского организма в построении тренировки велосипедисток-гонщиц	IX		1	12		
19.8	19.8. Оперативное, текущее и перспективное планирование спортивной тренировки в велосипедном спорте	IX		2	14		
19.9	19.9. Динамика соотношения средств и методов тренировки на разных этапах многолетней подготовки	IX		1	12		
19.10	19.10. Физическая, техническая, тактическая, психологическая подготовленность велосипедиста-гонщика, их взаимосвязь	IX		2	14		
19.11	19.11. Воспитательная работа в	IX		1	13		

	процессе многолетней подготовки						
19.12	19.12. Овладение планированием тренировки велосипедистов-гонщиков на этапе начальной и углубленной специализации	IX		1	13		
Итого за 9 семестр: 180 часов (5 зачетных единиц)			4	18	158		Зачет
20	Раздел 20. Спортивная тренировка как многолетний процесс		2				
20.1	20.1. Профилактика травм при занятиях велосипедным спортом	X		4	26		
20.2	20.2. Система дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности велосипедистов-гонщиков	X		4	24		
20.3	20.3. Модельные характеристики велосипедистов-гонщиков	X		4	24		
20.4	20.4. Профессионально-педагогическая деятельность тренера по велосипедному спорту	X		4	25		
21	Раздел 21. Основы научно-исследовательской деятельности	X	2				
21.1	21.1 Основные направления современных исследований в области теории и методики велосипедного спорта	X		2	24		
21.2	21.2. Этапы выполнения выпускной квалификационной работы, апробация, защита	X		2	24		
Итого за 10 семестр: 180 часа (5 зачетных единиц)			4	20	147	9	Экзамен
Всего за 5 курс: 360 часов (10 зачетных единиц)			8	38	305	9	Зачет, экзамен
Итого: 47 зачетных единиц			32	156	1459	45	

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

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

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

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

5.2.1. Содержание зачетных требований для студентов очно/заочного обучения в 1 семестре:

Вопросы для устного ответа:

1. Назовите и охарактеризуйте периоды развития велосипедного спорта?
2. Назовите основные даты и дайте характеристику развития велосипедного спорта в России до 1917 года?
3. Характеристика сильнейших русских велосипедистов в дореволюционной России и их участие в международных соревнованиях.
4. Хронология включения в олимпийскую программу дисциплин велосипедного спорта.
5. Хронология выступления российских и советских велосипедистов на Олимпийских играх современности.
6. Перспективы дальнейшего развития велосипедного спорта в России и мире.
7. Специфика соревновательной деятельности в новых олимпийских дисциплинах велосипедного спорта, особенности организации и проведения этих состязаний.
8. Итоги летних Олимпийских игр и чемпионатов мира по велосипедному спорту, сильнейшие в мире державы современности, развивающие велосипедный спорт.

9. Требования к спортивным сооружениям для проведения соревнований в различных дисциплинах велосипедного спорта.

10. Дайте характеристику велосипедов и экипировки для занятий в различных дисциплинах велосипедного спорта?

11. Перечислите дисциплины велосипедного спорта включенные в программу Олимпийских игр?

12. Перечислите дисциплины велосипедного спорта включенные в программу чемпионатов Мира и Европы?

13. Перечислите категории участников в различных дисциплинах велосипедного спорта?

14. Перечислите требования UCI необходимые для участия в соревнованиях по велосипедному спорту?

15. Перечислите состав судейской коллегии необходимый для проведения соревнований на треке?

16. Перечислите состав судейской коллегии необходимый для проведения соревнований на шоссе?

17. Перечислите состав судейской коллегии необходимый для проведения соревнований по велоспорту маунтинбайк?

18. Перечислите состав судейской коллегии необходимый для проведения соревнований по велоспорту BMX?

19. Охарактеризуйте классификацию соревнований по велосипедному спорту?

20. Перечислите и дайте характеристику документам регламентирующих проведение соревнований по велосипедному спорту?

21. Перечислите требования предъявляемые к участникам соревнований по велосипедному спорту?

22. Определите по представленным предварительным протоколам тройку призеров и победителей соревнований в гонках на шоссе?

23. Определите по представленным предварительным протоколам тройку призеров и победителей соревнований в гонках на треке?

24. Определите по представленным протоколам мото заездов участников четверть финальных заездов по велосипедному спорту BMX?

25. Определите по представленным протоколам призеров по велосипедному спорту маунтинбайк?

26. Дайте характеристику велосипедного инвентаря в различных дисциплинах велосипедного спорта?

27. Перечислите требования предъявляемые к велосипедному инвентарю при проведении тренировочных занятий, назовите приспособления и инструменты необходимые для ремонта и обслуживания инвентаря.

28. Используя протоколы соревнований необходимо проанализировать динамику прохождения дистанции индивидуальной гонки на время у различных гонщиков.

29. Перечислите основные узлы и дайте характеристику спортивного инвентаря в различных дисциплинах велосипедного спорта.

30. Требования к экипировке спортсменов в различных дисциплинах велосипедного спорта?

5.2.2. Содержание экзаменационных требований для студентов очно/заочной формы обучения во 2 семестре:

Вопросы для устного ответа:

1. Первые изобретатели самокатов в России.
2. Обзор русских привилегий на изобретения самокатов-велосипедов.
3. Велосипедное производство и распространение велосипедов в России.
4. Возникновение велосипедных обществ, клубов, кружков и их деятельность.
5. Сильнейшие русские велосипедисты и их участие в международных соревнованиях.
6. Эволюция методики обучения езде на велосипеде.
7. Эволюция становления методики тренировки в велосипедном спорте.
8. Программа современных Олимпийских игр по велосипедному спорту.

9. Характеристика современных дисциплин велосипедного спорта, входящих в программу Олимпийских игр и чемпионатов Мира.
10. Характеристика спортивных достижений национальной команды велосипедистов до 1992 года.
11. Основы обучения двигательному действию, закономерности образования двигательного навыка.
12. Характерные признаки первого, второго и третьего этапов обучения, их взаимосвязь.
13. Методы и принципы воспитывающего обучения технике передвижения на велосипеде.
14. Специфика подготовки мест занятий в естественных природных условиях на различных этапах обучения.
15. Требования к обеспечению безопасности занимающихся.
16. Последовательность начального обучения технике передвижения на велосипеде.
17. Методика комплексного использования словесных, наглядных и практических методов обучения.
18. Формы организации и проведения занятий по велосипедному спорту.
19. Методика коррекции содержания занятий на велосипеде при неблагоприятных погодных условиях.
20. Структура урока, занятия по велосипедному спорту, характеристика его частей.
21. Конспект урока, занятия как форма непосредственной подготовки к его проведению.
22. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту.
23. Классификация международных и всероссийских соревнований.
24. Основные документы планирования и проведения соревнований.
25. Требования к подготовке стартовых протоколов и результатов соревнований в различных дисциплинах велосипедного спорта.

26. Возрастные категории участников соревнований по велосипедному спорту.

27. Определение результатов в соревнованиях с отдельным и общим стартом на шоссе. Методика подведения итогов многодневных велосипедных гонок и проводимых в один день.

28. Эволюция технического совершенствования всех узлов и деталей велосипеда и основные этапы их совершенствования.

29. Конструктивные характеристики велосипедов (трек, шоссе, маунтинбайк, ВМХ, велотриал).

30. Совершенствование конструкции «контактных» педалей и «торпедного» руля для повышения эффективности посадки и педалирования велосипедиста.

31. Основные требования к велосипедной раме – обеспечение прочности, легкости (по весу). Эволюция изготовления велосипедных рам по разновидностям применяемых в изготовлении материалов.

32. Инновации в изготовлении обуви и одежды велосипедиста.

33. Особенности экипировки для занятий на треке, шоссе, маунтинбайке, ВМХ, велотриале.

34. Требования к одежде велосипедиста при занятиях в различных природно-климатических условиях.

35. Назовите примерный комплект одежды для тренировочной и соревновательной деятельности велосипедиста в различных природно-климатических условиях и по разновидностям дисциплин в велосипедном спорте.

36. Специфика подготовки велосипеда к соревнованиям на треке: разборка велосипеда, подготовка основных узлов и деталей и сборка велосипеда.

37. Специфика подготовки велосипеда к соревнованиям по шоссе: разборка велосипеда, подготовка основных узлов и деталей и сборка велосипеда.

38. Специфика подготовки велосипеда к соревнованиям по пересеченной местности: разборка велосипеда, подготовка основных узлов и деталей и сборка велосипеда.

39. Специфика подготовки велосипеда в гонках ВМХ: разборка велосипеда, подготовка основных узлов и деталей и сборка велосипеда.

40. Демонстрация технических приемов. Объяснение. Опробование. Разучивание. Методы контроля и коррекции.

41. Этапы, методы и принципы обучения технике передвижения на велосипеде.

42. Общая характеристика первого, второго и третьего этапов обучения.

43. Овладение навыками выбора местности и подготовки мест занятий на разных этапах обучения.

44. Причины травм и меры обеспечения безопасности велосипедистов, занимающихся в естественных природных условиях.

45. Структура урока, занятия по велосипедному спорту.

46. Подготовка к проведению части урока, занятия и затем урока, занятия в целом с разработкой соответствующих планов-конспектов.

47. Основные разделы правил соревнований по велосипедному спорту.

48. Документы планирования и проведения соревнований.

49. Овладение методикой разработки календаря соревнований, положения о соревнованиях, оформления заявок и карточек участников.

50. Усвоить требования к оформлению протоколов старта, финиша, результатов соревнований.

51. Выполнить практические задания по определению результатов соревнований на треке:

а) гит на 1 км, 500 м и 200 м;

б) спринт;

в) командная гонка преследования;

г) индивидуальная гонка преследования;

д) групповая гонка по очкам;

- е) кейрин;
- ж) командный спринт;
- з) мэдисон;
- и) скрэтч;
- к) гонка с выбыванием;
- л) омниум.

52. Защитить отчеты по определению результатов в различных соревновательных дисциплинах.

53. Ознакомление с компьютерной технологией подсчета результатов соревнований в различных дисциплинах велосипедного спорта.

54. Подготовка велосипеда к различным видам гонок. Овладение навыками выбора велосипедных шин с учетом качества поверхности соревновательной дистанции и для различных погодных условий.

55. Владеть техническими элементами владения велосипедом в различных дисциплинах велосипедного спорта.

56. Проводить часть урока, занятия, затем урок, занятие в целом с разработкой соответствующих планов-конспектов.

57. Овладение навыками выбора необходимого комплекта одежды, в различных погодных условиях включая неблагоприятные и по разновидностям дисциплин в велосипедном спорте.

58. Подобрать, оценить конструктивные характеристики и подготовить велосипед к соревнованиям, включая тестирование качества основных узлов и деталей велосипеда.

59. Перечислить и назвать основные документы планирования и проведения соревнований?

60. Перечислить и охарактеризовать тренажерные средства, используемые в велосипедном спорте?

61. Дать характеристику основным узлам велосипеда в различных дисциплинах и назвать приспособления для регулировки и ремонта велосипедов.

62. Перечислите современные технологические решения в изготовлении спортивного инвентаря и экипировки, используемые в велосипедном спорте?

5.2.3. Содержание зачетных требований для студентов очно/заочной формы обучения в 3 семестре:

Вопросы для устного ответа:

1. Эффективность занятий с использованием велосипеда как национальным средством укрепления здоровья россиян.
2. Внеклассная, внешкольная, секционная работа с использованием велосипеда.
3. Условия организации и содержание работы самодеятельных клубов велосипедистов – любителей старшего возраста.
4. Использование занятий на велосипеде в оздоровлении и социальной адаптации инвалидов.
5. Разработка комплекса простейших упражнений на велосипеде для дошкольников
6. Подготовка планов-конспектов к проведению уроков, занятий с использованием велосипеда для школьников младших, средних и старших классов.
7. Подготовка планов-конспектов к проведению занятий с использованием велосипеда для студентов различных отделений.
8. Разработка примерной программы оздоровительных занятий с использованием велосипеда для населения старшего возраста.
9. Овладение специфичными методическими приемами подготовки мест занятий, их организации и проведения, дозирования специальной нагрузки для инвалидов с учетом характера заболевания.
10. Деятельность государственных, общественных, общественно-государственных органов управления в сфере велосипедного спорта, их взаимодействие с международными спортивными организациями.

11. Источники финансового обеспечения велосипедного спорта как олимпийского вида спорта и национального средства оздоровления всех групп населения.

12. Дайте определение понятий «тактика велосипедного спорта», «тактическая подготовка велосипедиста», «тактический прием (элемент)»

13. Приведите примеры постановки стратегических задач перед гонщиком, командой в конкретных соревнованиях.

14. В чем заключается особенность информационного обмена между соперниками в ходе соревнований по различным дисциплинам велосипедного спорта.

15. Как классифицируется тактика по характеру взаимодействия гонщиков и степени их активности в ходе соревнований.

16. Какими факторами определяется эффективность распределения усилий гонщика на дистанции индивидуальной гонки по шоссе на время.

17. Используя протоколы соревнований, проанализируйте динамику прохождения дистанции индивидуальной гонки по шоссе на время у различных гонщиков.

18. Назовите основные элементы тактики групповых гонок на шоссе.

19. Какие варианты группового и индивидуального блокирования применяются в условиях соревновательной деятельности в групповых гонках по шоссе.

20. Как реализуется тактика отрыва с учетом условий соревновательной борьбы в групповых гонках по шоссе.

21. В чем проявляются особенности командного взаимодействия гонщиков на финише в групповых гонках на шоссе.

22. В чем заключаются особенности выработки технико-тактического плана ведения гонки по пересеченной местности.

23. Чем определяется тактика старта и преодоления стартового участка трассы в гонках по пересеченной местности.

24. В каких условиях соревновательной деятельности тактика лидирования в гонках по пересеченной местности может быть предпочтительна для гонщика.

25. Составьте перечень задач, которые должен включать в себя тактический план ведения гонки в велоспорте - ВМХ.

26. Охарактеризуйте тактику финиширования с первой позиции в велоспорте - ВМХ.

27. Назовите критерии оптимальной тактики в велоспорте - ВМХ.

28. Дайте определение понятия «посадка велосипедиста». Назовите особенности анатомо-антропометрических аспектов посадки велосипедиста и характеристики видов посадки: низкая, средняя и высокая.

29. Дайте определение понятия «техника педалирования». Назовите особенности биодинамических основ педалирования и механического аспекта процесса педалирования.

30. Дайте определение понятия «техника велосипедного спорта» и «техническая подготовка велосипедиста»

31. Дайте характеристику основных элементов техники езды в шоссейных гонках.

32. Дайте характеристику основных элементов техники езды в велоспорте - ВМХ.

33. Провести регистрацию (стенографию) и анализ структуры тактических действий в ходе соревнований по велосипедному спорту на треке.

34. Провести регистрацию (стенографию) и анализ структуры тактических действий в ходе соревнований по велосипедному спорту на шоссе.

35. Провести регистрацию (стенографию) и анализ структуры тактических действий в соревнованиях по велоспорту маунтинбайк.

36. Провести регистрацию (стенографию) и анализ структуры тактических действий в соревнованиях по велоспорту - ВМХ.

37. Составить перечень задач, которые должен включать в себя тактический план ведения гонки по очкам или парной гонки.

38. Выявить особенности тактики ведения гонки по очкам на «коротких» треках.

39. Охарактеризовать технико-тактические особенности выполнения смены в парной гонке.

40. Провести регистрацию скорости передвижения гонщика (команды) по дистанции в гонке преследования и построить график и вычислить линейное отклонение скорости на отрезках дистанции от средне дистанционной.

41. Что понимается под «тактикой рекорда» и «тактикой победы» в гонках преследования.

42. Какова структура взаимодействия гонщиков на финише командной гонки преследования.

43. Охарактеризовать тактику финиширования с первой позиции в спринтерской гонке.

44. Какое влияние на тактику гонщика спринтера оказывает геометрия трека и погодные условия. Назвать критерии оптимальности тактики гита на 1000 м с места.

45. Ознакомление с технологией обучения базовых элементов техники езды по пересеченной местности. Демонстрация технических приемов. Объяснение. Разучивание. Методы контроля и коррекции.

46. Ознакомление с технологией обучения базовых элементов техники езды по треку. Демонстрация технических приемов. Объяснение. Разучивание. Методы контроля и коррекции.

47. Овладение методическими приемами закрепления техники велосипедиста, подготовка к проведению и педагогическому анализу соответствующего зачетного занятия.

48. Характерные особенности организации, проведения и подведения итогов подвижных игр с использованием велосипеда, подготовка к самостоятельному проведению игрового занятия.

5.2.4. Содержание экзаменационных требований для студентов очно/заочной формы обучения в 4 семестре:

Вопросы для устного ответа:

1. Биологические закономерности процесса оздоровления человека, занимающегося велосипедным спортом.
2. Использование при передвижении на велосипеде естественных целебных оздоровительных факторов природной среды.
3. Уникальность территориально-климатических условий нашей страны для повсеместных занятий велосипедным спортом как национальным средством оздоровления населения разного возраста и уровня подготовленности, включая инвалидов.
4. Методика обучения дошкольников простейшим упражнениям на велосипеде.
5. Содержание программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и школ высшего спортивного мастерства.
6. Внеклассная и внешкольная физическая подготовка с использованием велосипеда.
7. Организация и содержание работы секций по велосипедному спорту для школьников и студентов.
8. Условия организации и деятельность самодеятельных объединений велосипедистов-ветеранов.
9. Физиологические параметры и продолжительность оздоровительной нагрузки на велосипеде.
10. Эффективность использования занятий на велосипеде в оздоровлении и социальной адаптации инвалидов.
11. Методика дозирования оздоровительной нагрузки на велосипеде с учетом характера заболевания.

12. Государственное, общественное, государственно-общественное руководство в сфере велосипедного спорта, их взаимодействие.

13. Федерация велосипедного спорта России – ведущая организационная структура управления развитием велосипедного спорта как олимпийским видом спорта и национальным средством оздоровления населения.

14. Структура и основные направления деятельности Федерации велосипедного спорта России.

15. Взаимодействие национальных органов управления сферой велосипедного спорта с международными организациями в сфере ФКиС.

16. Бюджетные и внебюджетные источники финансового обеспечения всестороннего развития сферы велосипедного спорта.

17. Какие показатели применяются для контроля над уровнем тактической подготовленности.

18. Перечислите основные этапы процесса тактической подготовки велосипедиста.

19. Какой должна быть последовательность в применении методов овладения элементами тактики.

20. Какие факторы необходимо учитывать гонщику при разработке тактического плана на конкретные соревнования.

21. Составьте перечень задач, которые должен включать в себя тактический план ведения гонки по очкам или парной гонки.

22. В чем особенности тактики ведения гонки по очкам на «коротких» треках.

23. Охарактеризуйте технико-тактические особенности выполнения смены в парной гонке.

24. Что понимается под «тактикой рекорда» и «тактикой победы» в гонках преследования.

25. Какова структура взаимодействия гонщиков на финише командной гонки преследования.

26. Охарактеризуйте тактику финиширования с первой позиции в спринтерской гонке.

27. Какое влияние на тактику гонщика спринтера оказывает геометрия трека и погодные условия.

28. Назовите критерии оптимальности тактики гита на 200 м с хода.

29. Назовите специфические элементы техники в гите на 1 км, 500 м и 200 м.

30. Назовите специфические элементы техники в спринтерской гонке.

31. Назовите специфические элементы техники в командной гонке преследования.

32. Назовите специфические элементы техники в индивидуальной гонке преследования.

33. Назовите специфические элементы техники в групповой гонке по очкам.

34. Назовите специфические элементы техники в кейрине.

35. Назовите специфические элементы техники в командном спринте.

36. Назовите специфические элементы техники в мэдисоне.

37. Назовите специфические элементы техники в скрэтче.

38. Назовите специфические элементы техники в гонках на тандемах.

39. Назовите специфические элементы техники в гонках с лидерами.

40. Назовите специфические элементы техники в гонках с выбыванием.

41. Назовите специфические элементы техники в шестидневных гонках.

42. Назовите специфические элементы техники в омниуме.

43. Назовите специфические элементы техники в гонках по пересеченной местности (кросс-кантри «ХС»).

44. Назовите специфические элементы техники в велокроссе.

45. Методика обучения на этапе закрепления техники способов передвижения на велосипеде.

46. Практическая реализация принципов обучения на втором этапе формирования двигательного навыка.

47. Общая характеристика подвижных игр и игровых упражнений с использованием велосипеда.

48. Требования к организации, проведению и подведению итогов подвижных игр с использованием велосипеда.

49. Динамика численного состава главной судейской коллегии и судейских бригад в соревнованиях по велосипедному спорту.

50. Общая характеристика функциональных обязанностей различных судейских бригад.

51. Выполнение классификационных нормативов постепенно возрастающего уровня – как основной мотив и стимул для регулярных занятий и целенаправленного спортивного совершенствования в велосипедном спорте.

52. Значение ЕВСК в поиске одаренностей и спортивных талантов в велосипедном спорте.

53. Оптимальный возраст велосипедистов по выполнению разрядных норм и требований ЕВСК, временная продолжительность достижения различных ступеней.

54. Принципы разработки классификационных нормативов по велосипедному спорту.

55. Определение понятия «тренажер». Эволюция создания велосипедных тренажеров, с момента изобретения велосипеда до наших дней.

56. Классификация современных тренажеров используемых в подготовке велосипедистов и методика их применения.

57. Особенности техники безопасности при использовании в тренировке велосипедиста специально оборудованных мопедов, мотоциклов, автомобилей для лидирования велосипедистов.

58. Выбор велосипедных шин с учетом качества поверхности соревновательной дистанции и для различных погодных условий.

59. Подготовка технического состояния велосипеда и дополнительного велосипедного оборудования к соревнованиям различного уровня и ранга.

60. Требования к выбору местности для строительства велосипедной базы.

61. Оборудование велосипедной базы как простейшего спортивного сооружения для велосипедистов.

5.2.5. Содержание зачетных требований для студентов очно/заочного обучения в 5 семестре:

Вопросы для устного ответа:

1. Техническое самосовершенствование при передвижении на велосипеде.

2. Взаимосвязь кинематических, динамических и функциональных показателей техники велосипедиста-гонщика.

3. Расчетно-графический анализ техники велосипедиста-гонщика международного класса.

4. Методические приемы технической подготовки на третьем этапе обучения.

5. Анализ динамики скорости и пульсовой стоимости передвижения на велосипеде при вариативности передач и частоты педалирования.

6. Владение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велоспорту - ВМХ.

7. Владение методикой технического обслуживания и ремонта следующих узлов и деталей велосипеда: рама, передняя вилка, руль, колеса, седло, каретка, педали, тормоза.

8. Владение методикой технического обслуживания и ремонта следующих узлов и деталей велосипеда: переключатели передач, трещотка, цепной привод, велосипедные шины.

9. Основные закономерности построения спортивной тренировки.

10. Единство педагогических и биологических основ содержания тренировки, их органическая взаимосвязь.

11. Признаки систематизации упражнений, используемых в подготовке велосипедиста-гонщика.

12. Классификационные группы упражнений: основные, специально-подготовительные, общеподготовительные.

13. Группировка упражнений по принципу преимущественного воздействия на избранное развитие физических качеств.

14. Овладение навыками подбора комплексов упражнений заданного назначения.

15. Характеристика методов тренировки, их преимущественная направленность воздействий на организм.

16. Специфика проведения различных методов тренировки.

17. Классификация нагрузки по специализированности, направленности, величине.

18. Расчет показателей, характеризующих «внешнюю» и «внутреннюю» стороны физической нагрузки велосипедиста.

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

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

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

22. Оперативный, текущий и этапный виды контроля над состоянием велосипедиста-гонщика.

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

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

25. Основные направления творческой реализации дневниковых материалов.

26. Структура годичного тренировочного цикла в велосипедном спорте.

27. Овладение планированием тренировки начинающего велосипедиста-гонщика.

28. Основные направления прикладных научных исследований в велосипедном спорте.

29. Традиционная схема выпускной квалификационной работы, требования к содержанию каждого раздела.

30. Последовательность выполнения выпускной квалификационной работы, подготовка к защите

5.2.6. Содержание экзаменационных требований для студентов очно/заочной формы обучения в 6 семестре:

Вопросы для устного ответа:

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

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

3. Степень соответствия фазовой структуры в специально-подготовительных средствах с передвижением на велосипеде.

4. Определения понятия «велосипед». Классификация велосипедов.

5. Спецификации велосипеда.
6. Требования международной федерации велосипедного спорта UCI к техническим характеристикам велосипеда в различных дисциплинах велосипедного спорта.
7. Основные закономерности построения и развертывания спортивно-тренировочного процесса.
8. Спортивная тренировка как педагогический процесс.
9. Биологическая сущность тренировки.
10. Взаимосвязь педагогических и биологических аспектов тренировки.
11. Формирование велосипедиста-гонщика как личности и повышение его работоспособности – основные критерии эффективности спортивной тренировки.
12. Биологические закономерности становления, развития и сохранения спортивного мастерства.
13. Признаки классификации упражнений, используемых в подготовке велосипедистов-гонщиков.
14. Характеристика основных, специально-подготовительных и общеподготовительных упражнений применяемых в велосипедном спорте.
15. Группировка упражнений по принципу преимущественного воздействия на развитие избранного физического качества.
16. Сочетание нагрузки и отдыха как структурная основа методов тренировки.
17. Содержание равномерного метода, специфика его воздействия на организм.
18. Характеристика двигательно-функциональной деятельности велосипедиста-гонщика в переменной тренировке.
19. Направленность воздействий на организм и специфика выполнения упражнений повторным и интервальным методами.
20. Наивысший по специфичности тренирующий эффект контрольного и соревновательного методов.

21. Содержание и организация игровых и круговых тренировок.
22. Показатели, характеризующие «внешнюю» сторону физической нагрузки.
23. «Внутренняя» физическая нагрузка как проявление функциональных изменений в организме велосипедиста-гонщика.
24. Признаки классификации нагрузки по специализированности, направленности и величине.
25. Характерные для велосипедного спорта сложности в оценке интенсивности физической нагрузки по скорости.
26. Распределение нагрузки по зонам интенсивности.
27. Признаки восстанавливающих, поддерживающих, развивающих физических нагрузок в велосипедном спорте.
28. Методика анализа физических нагрузок по пульсограммам, оценка ее биоэнергетической направленности.
29. Характер и глубина изменений в организме как проявление тренировочного эффекта нагрузки.
30. Разновидности тренировочного эффекта: срочный, отставленный, кумулятивный.
31. Факторы и условия, определяющие срочный тренировочный эффект одного занятия.
32. Состояние организма после нескольких занятий как проявление отставленного тренировочного эффекта.
33. Кумулятивный тренировочный эффект – это реакция организма на относительно законченный блок тренировочных занятий.
34. Виды контроля над состоянием велосипедиста-гонщика.
35. Оперативный контроль как проявление срочного тренировочного эффекта.
36. Задачи текущего контроля над состоянием велосипедиста-гонщика.
37. Этапный контроль над процессами долговременной адаптации организма.

38. Педагогические методы контроля.
39. Медико-биологические методы контроля над функциональным состоянием организма, уровнем физической работоспособности и состоянием здоровья велосипедиста-гонщика.
40. Психологические методы контроля формирования личности велосипедиста-гонщика.
41. Лабораторные методы контроля над подготовленностью велосипедиста-гонщика.
42. Назначение и содержание спортивного дневника у велосипедистов-гонщиков разной квалификации.
43. Методика анализа материалов спортивного дневника.
44. Использование данных учета и контроля выполненной тренировочной нагрузки, анализа спортивных результатов в планировании дальнейшей подготовки.
45. Реализация материалов самоконтроля как проявление срочного тренировочного эффекта и оперативного контроля над состоянием велосипедиста-гонщика.
46. Анализ регистрируемых в дневнике основных критериев подготовки.
47. Сезонность как главная специфика велосипедного спорта.
48. Структура годичного тренировочного цикла в велосипедном спорте.
49. Продолжительность подготовительного, соревновательного и переходного периодов у велосипедистов-гонщиков разной квалификации.
50. Задачи, средства и методы общеподготовительного и специально-подготовительного этапов в годичном цикле тренировки.
51. Задачи, средства и методы соревновательного периода тренировки.
52. Характеристика переходного периода тренировки велосипедистов-гонщиков.
53. Основные задачи и направления работы с начинающими велосипедистами-гонщиками.

54. Примерные показатели физической нагрузки в годичном цикле подготовки для начинающих велосипедистов-гонщиков.

55. Планирование тренировки начинающего велосипедиста-гонщика.

56. Отличительные признаки фундаментальной и прикладной науки.

57. Зарождение и развитие прикладных научных исследований в велосипедном спорте.

58. Основные направления научных исследований в велосипедном спорте.

59. Назовите и охарактеризуйте последовательность этапов выполнения научно-исследовательских работ в области ФКиС.

60. Педагогические, биомеханические, биохимические, физиологические, психологические, математические методы исследования в велосипедном спорте.

5.2.7. Примерная тематика курсовых работ для студентов III курса очной формы обучения и IV курса заочной формы обучения.

1. Зарождение и развитие велосипедного спорта в России.
2. Этапы развития велосипедного спорта как олимпийского вида спорта.
3. Сравнительный анализ высших спортивных достижений велосипедистов разных стран.
4. Велосипедный спорт – эффективное средство оздоровления человека.
5. Инновационные направления методики подготовки детей, подростков и молодежи, занимающихся велосипедным спортом.
6. Эффективность использования занятий с использованием велосипеда для оздоровления взрослого населения.
7. Подготовка с использованием велосипеда в реабилитации и социальной адаптации инвалидов по слуху и зрению.
8. Методика дозирования оздоровительной нагрузки с применением велосипеда с учетом характера заболевания опорно-двигательного аппарата.
9. Коррекция оздоровительной работы с применением велосипеда в зависимости от уровня отставания в умственном развитии.

10. Системно-структурный анализ способов передвижения на велосипеде как основа достижения технического мастерства.
11. Анализ техники педалирования в велосипедном спорте и ее методика обучения.
12. Анализ подготовки велосипедистов-профессионалов.
13. Тактика групповых гонок на шоссе.
14. Психорегуляция велосипедиста-спринтера в гонках на треке в различные периоды спортивной деятельности.
15. Исследование методики подготовки женщин к индивидуальной гонке преследования на 3 км.
16. Экономичность двигательной деятельности как основа технического мастерства велосипедиста-гонщика.
17. Динамика кинематических и динамических показателей техники езды на велосипеде по пересеченной местности.
18. Современные методические приемы обучения технике передвижения в различных дисциплинах велосипедного спорта.
19. Современные проблемы этапа непосредственной предсоревновательной подготовки.
20. Эффективность использования различных тренажеров в технической подготовке велосипедистов-гонщиков.
21. Специфика реализации закономерностей построения спортивной тренировки в велосипедном спорте.
22. Взаимосвязь педагогических и биологических основ тренировки велосипедиста-гонщика.
23. Эволюция формирования методики обучения и тренировки в велосипедном спорте (1883-1917).
24. Проблемы нормирования тренировочной нагрузки в велосипедном спорте.
25. Зарождение и развитие прикладных научных исследований в велосипедном спорте.

26. Совершенствование техники педалирования на «велостанке» и в тренировке на шоссе.

27. Экономичность как критерий технического мастерства велосипедистов-гонщиков.

28. Современная система подготовки велосипедистов.

29. Менеджмент федерации по виду спорта.

30. Современные возрастные зоны высших спортивных достижений в велосипедном спорте.

31. Инновационные направления совершенствования методики тренировки велосипедистов-гонщиков на разных этапах многолетней подготовки.

32. Построение многолетней тренировки велосипедистов-гонщиков на основе биологических закономерностей возрастного развития.

33. Возрастная динамика развития основных двигательных качеств велосипедиста-гонщика.

34. Генетическая обусловленность исходного энергетического потенциала и перспективы достижения высшего спортивного мастерства в велосипедном спорте.

35. Значение адекватных тренирующих воздействий для эффективной реализации природных способностей велосипедистов-гонщиков.

36. Совершенствование способов оценки спортивной одаренности и перспективности юных велосипедистов-гонщиков в процессе многолетней подготовки.

37. Учет характера протекания биологического цикла в подготовке велосипедисток-гонщиц.

38. Эффективные направления коррекции тренировочной нагрузки велосипедисток-гонщиц при различных отклонениях в физиологичности биологического цикла.

39. Динамика функционально-двигательной подготовленности велосипедистов-гонщиков в зависимости от биологического возраста.

40. Влияние индивидуальной вариативности темпов биологического созревания на спортивные достижения велосипедистов-гонщиков.

41. Совершенствование технической подготовленности юных велосипедистов-гонщиков с учетом естественного возрастного развития двигательной функции.

42. Индивидуализация подготовки квалифицированного велосипедиста-гонщика как основа реализации его генетического потенциала.

43. Генетическая обусловленность достижения высшего спортивного мастерства в велосипедном спорте.

44. Соотношение развивающих, поддерживающих, восстанавливающих микроциклов в тренировке велосипедистов-гонщиков разной квалификации.

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

46. Особенности реализации технико-тактической подготовленности велосипедистов-гонщиков в новых олимпийских дисциплинах велосипедного спорта.

47. Тактические механизмы распределения усилий на дистанции в гите на 1000 метров с места.

48. Дифференцированный подход к обеспечению психологической подготовленности велосипедистов-гонщиков к различным соревновательным дисциплинам.

49. Повышение психологической устойчивости велосипедистов-гонщиков к неблагоприятным внешним условиям соревновательной деятельности.

50. Методические приемы формирования гармонично развитой личности велосипедиста-гонщика в процессе многолетней подготовки.

51. Эффективные методики профилактики травм у велосипедистов-гонщиков.

5.2.8. Содержание зачетных требований для студентов очно/заочной формы обучения в 7 семестре:

Вопросы для устного ответа:

1. Техническое самосовершенствование в специально-подготовительных средствах и способах передвижения на велосипеде.
2. Выполнение проблемных практических заданий по сравнительной оценке экономичности двигательной деятельности в различных тренировочных средствах.
3. Технология эксплуатации электронно-компьютерного оборудования велосипедных треков и соревновательных трасс.
4. Выполнение заданий по овладению методикой ручного хронометрирования промежуточных результатов и проигрыша лидеру по ходу соревнований с интервальным стартом.
5. Разработка сметы расходов на проведение соревнований и обоснование каждой статьи расходов.
6. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велосипедному спорту в дисциплине велосипедного кросса и велотриала.
7. Выполнение практических заданий по тестированию упругих свойств основных узлов и деталей велосипеда, разработка рекомендаций по их эксплуатации с учетом весоростовых данных велосипедиста.
8. Ознакомление с оборудованием закрытого и открытого велосипедного трека, открытого и закрытого велодрома для ВМХ, стационарной шоссейной трассы, трассы для велокросса, закрытых и открытых велопарков для велотриала (в том числе по проспектам, материалам в Интернете, другим публикациям).
9. Этапы многолетней подготовки велосипедистов-гонщиков в спортивных школах. Указать возраст занимающихся на каждом этапе.

10. Критерии оценки деятельности спортивных школ по этапам многолетней подготовки.

11. Возрастные закономерности биологического развития как основа построения многолетней подготовки велосипедистов-гонщиков.

12. Генетическая предрасположенность к занятиям велосипедным спортом.

13. Фазы биологического развития в процессе многолетней подготовки велосипедистов-гонщиков.

14. Овладение методикой примерной оценки биологического возраста юных велосипедистов-гонщиков.

15. Сенситивные (благоприятные) возрастные периоды развития приоритетных физических качеств велосипедиста-гонщика.

16. Вариативность возрастного развития двигательных функций – основа овладения техникой передвижения на велосипеде.

17. Особенности подбора физической нагрузки для велосипедисток-гонщиц с учетом ОМЦ.

18. Динамика соотношения средств и методов тренировки в процессе многолетней подготовки.

19. Виды подготовки велосипедиста-гонщика: физическая, техническая, тактическая, психологическая.

20. Воспитательная работа в процессе многолетней подготовки.

21. Общая характеристика видов планирования тренировки: оперативное, текущее, перспективное.

22. Овладение навыками оперативного, текущего и перспективного планирования тренировки велосипедистов-гонщиков на учебно-тренировочном этапе (начальной и углубленной специализации) многолетней подготовки.

23. Методика практической реализации мероприятий по предупреждению травм в течение всего периода многолетней подготовки.

24. Требования к выпускной квалификационной работе и методика ее выполнения.

25. Деятельность официальных лиц всероссийских и международных соревнований: технического делегата, членов жюри, директора гонки, главного судьи.

26. Овладение навыками проведения собрания представителей команд, требования к оформлению протокола собрания.

27. Порядок прохождения гомологации трасс, условия присвоения гомологационного номера.

28. Методические приемы подготовки и оформления документов для сертификации трасс.

29. Наиболее распространенные причины дисквалификации велосипедистов-гонщиков, приемы профилактики.

30. Овладение компьютерной программой тестового контроля знаний «Правил соревнований по велосипедному спорту» с целью повышения судейской квалификации.

5.2.9. Содержание экзаменационных требований для студентов очно/заочной формы обучения в 8 семестре:

Вопросы для устного ответа:

1. Современные инновационные технологии совершенствования технического мастерства велосипедистов-гонщиков.

2. Динамика экономичности двигательной деятельности велосипедистов-гонщиков разной квалификации.

3. Электронно-компьютерное обеспечение судейства соревнований в велосипедном спорте.

4. Методика оперативного расчета промежуточных и итоговых результатов соревнований велосипедистов-гонщиков.

5. Примерный состав главной судейской коллегии и судейских бригад в соревнованиях по велосипедному спорту.

6. Специфика организации и проведения массовых соревнований по велосипедному спорту, деятельность различных служб.

7. Финансовое обеспечение соревнований по велосипедному спорту, основные статьи расходов.
8. Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования велосипедиста-гонщика.
9. Основные спортивные сооружения в велосипедном спорте.
10. Требования к оборудованию велосипедного трека.
11. Архитектурно-строительные особенности велосипедных треков.
12. Оборудование открытого велодрома по велоспорту - ВМХ и велопарка для велотриала в условиях мегаполиса.
13. Система многолетней подготовки юных велосипедистов-гонщиков в спортивных школах.
14. Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность спортивных школ.
15. Современные возрастные зоны высших спортивных достижений в велосипедном спорте.
16. Динамика наполняемости учебных групп и объема учебно-тренировочных занятий в процессе многолетней подготовки велосипедистов-гонщиков в спортивных школах.
17. Этапы многолетней подготовки и возраст занимающихся на каждом из них.
18. Содержание примерной программы «Велосипедный спорт» для спортивных школ.
19. Преимущественная направленность учебно-тренировочных занятий, примерные показатели объема циклической нагрузки и количества соревнований на разных этапах многолетней подготовки.
20. Содержание теоретических занятий, требования по инструкторской практике для велосипедистов-гонщиков, занимающихся в спортивных школах.
21. Критерии оценки деятельности спортивных школ на разных этапах многолетней подготовки велосипедистов-гонщиков.

22. Возрастные закономерности биологического развития – основа построения многолетней тренировки велосипедистов-гонщиков.

23. Достижение биологической зрелости с вступлением велосипедистов-гонщиков на заключительный этап подготовки – высшего спортивного мастерства.

24. Возрастная динамика работоспособности внутренних органов, развития двигательных качеств, формирования мышечной массы велосипедистов-гонщиков.

25. Генетическая обусловленность исходного энергетического потенциала и перспективы дальнейшего совершенствования метаболических процессов у велосипедистов-гонщиков.

26. Влияние биологического возраста на функционально-двигательную подготовленность юных велосипедистов-гонщиков.

27. Фазы биологического развития в процессе многолетних занятий велосипедным спортом.

28. Индивидуальная вариативность темпов биологического созревания велосипедистов-гонщиков.

29. Влияние биологического возраста на функционально-структурные изменения в организме, динамику показателей физического развития велосипедистов-гонщиков.

30. Характерные признаки проявления степени биологической зрелости велосипедистов-гонщиков.

31. Оптимальные зоны биологической зрелости для направленного развития приоритетных для велосипедистов-гонщиков двигательных качеств.

32. Вариативность возрастного развития двигательной функции как основа овладения техникой передвижения на велосипеде в процессе многолетней подготовки.

33. Генетическая предрасположенность к высшим спортивным достижениям в велосипедном спорте.

34. Реализация генетического потенциала велосипедистов-гонщиков на основе индивидуализации подготовки.

35. Фазовая структура естественного биологического цикла организма велосипедисток-гонщиц.

36. Учет характера протекания биологического цикла в подготовке велосипедисток-гонщиц.

37. Методика коррекции тренировочной нагрузки велосипедисток-гонщиц при отклонениях в физиологичности биологического цикла.

38. Использование анкетирования и дневника тренировок для получения первичных сведений о характере течения биологического цикла у велосипедисток-гонщиц.

39. Общая характеристика оперативного, текущего и перспективного планирования спортивной тренировки в велосипедном спорте.

40. Характерные особенности развивающего, поддерживающего, восстанавливающего типов микроциклов в тренировке велосипедистов-гонщиков.

41. Разновидности текущего планирования тренировки в велосипедном спорте.

42. Восстановительно-втягивающий, общеподготовительный, специально-подготовительный, предсоревновательный и соревновательный типы микроциклов в подготовке велосипедистов-гонщиков.

43. Варианты перспективного планирования тренировки в велосипедном спорте.

44. Динамика соотношения основных, специально-подготовительных, общеподготовительных средств в процессе многолетней подготовки.

45. Специфика практической реализации многочисленных разновидностей методов тренировки на разных этапах многолетней подготовки.

46. Общая и специальная физическая подготовка велосипедистов-гонщиков разной квалификации.

47. Задачи технической подготовки, ее вклад в становление спортивного мастерства велосипедиста-гонщика.

48. Тактика соревновательной деятельности велосипедистов-гонщиков с учетом длины дистанции и стиля передвижения.

49. Тактические механизмы распределения усилий на дистанции в гите на 1000 метров с места.

50. Тактические механизмы распределения усилий на дистанции в командной гонке преследования.

51. Психологическая подготовка велосипедиста-гонщика как воспитательный процесс.

52. Характерные психологические состояния велосипедиста-гонщика, способы настройки, мобилизации, снятия напряжения.

53. Взаимосвязь физической, технической, тактической, психологической видов подготовленности велосипедистов-гонщиков.

54. Методические приемы обеспечения различных видов подготовки в многолетнем тренировочном процессе.

55. Воспитательная работа на разных этапах многолетней подготовки.

56. Значение личности тренера в формировании нравственности велосипедиста-гонщика.

57. Приемы формирования гармонично развитой личности велосипедиста-гонщика в процессе многолетней подготовки.

58. Преимущественная направленность тренировок, преобладающие физические нагрузки у велосипедистов-гонщиков на этапах начальной и углубленной специализации.

59. Основные причины возникновения травм в велосипедном спорте, меры их предупреждения.

60. Основные направления современных исследований в области теории и методики велосипедного спорта.

61. Специфика обеспечения соревновательной деятельности велосипедистов-гонщиков высокой квалификации.

62. Апробация выпускной квалификационной работы.

5.2.10 Содержание зачетных требований для студентов заочной формы обучения в 9 семестре:

Вопросы для устного ответа:

1. Оптимальные зоны биологической зрелости для направленного развития приоритетных для велосипедистов-гонщиков двигательных качеств.
2. Вариативность возрастного развития двигательной функции как основа овладения техникой передвижения на велосипеде в процессе многолетней подготовки.
3. Генетическая предрасположенность к высшим спортивным достижениям в велосипедном спорте.
4. Реализация генетического потенциала велосипедистов-гонщиков на основе индивидуализации подготовки.
5. Фазовая структура естественного биологического цикла организма велосипедисток-гонщиц.
6. Учет характера протекания биологического цикла в подготовке велосипедисток-гонщиц.
7. Методика коррекции тренировочной нагрузки велосипедисток-гонщиц при отклонениях в физиологичности биологического цикла.
8. Использование анкетирования и дневника тренировок для получения первичных сведений о характере течения биологического цикла у велосипедисток-гонщиц.
9. Общая характеристика оперативного, текущего и перспективного планирования спортивной тренировки в велосипедном спорте.
10. Характерные особенности развивающего, поддерживающего, восстанавливающего типов микроциклов в тренировке велосипедистов-гонщиков.
11. Разновидности текущего планирования тренировки в велосипедном спорте.

12. Восстановительно-втягивающий, общеподготовительный, специально-подготовительный, предсоревновательный и соревновательный типы микроциклов в подготовке велосипедистов-гонщиков.

13. Варианты перспективного планирования тренировки в велосипедном спорте.

14. Динамика соотношения основных, специально-подготовительных, общеподготовительных средств в процессе многолетней подготовки.

15. Специфика практической реализации многочисленных разновидностей методов тренировки на разных этапах многолетней подготовки.

16. Общая и специальная физическая подготовка велосипедистов-гонщиков разной квалификации.

17. Задачи технической подготовки, ее вклад в становление спортивного мастерства велосипедиста-гонщика.

18. Тактика соревновательной деятельности велосипедистов-гонщиков с учетом длины дистанции и стиля передвижения.

19. Тактические механизмы распределения усилий на дистанции в гите на 1000 метров с места.

20. Тактические механизмы распределения усилий на дистанции в командной гонке преследования.

21. Психологическая подготовка велосипедиста-гонщика как воспитательный процесс.

22. Характерные психологические состояния велосипедиста-гонщика, способы настройки, мобилизации, снятия напряжения.

23. Взаимосвязь физической, технической, тактической, психологической видов подготовленности велосипедистов-гонщиков.

24. Методические приемы обеспечения различных видов подготовки в многолетнем тренировочном процессе.

25. Воспитательная работа на разных этапах многолетней подготовки.

26. Значение личности тренера в формировании нравственности велосипедиста-гонщика.

27. Приемы формирования гармонично развитой личности велосипедиста-гонщика в процессе многолетней подготовки.

28. Преимущественная направленность тренировок, преобладающие физические нагрузки у велосипедистов-гонщиков на этапах начальной и углубленной специализации.

29. Основные причины возникновения травм в велосипедном спорте, меры их предупреждения.

30. Основные направления современных исследований в области теории и методики велосипедного спорта.

31. Специфика обеспечения соревновательной деятельности велосипедистов-гонщиков высокой квалификации.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Современные инновационные технологии совершенствования технического мастерства велосипедистов-гонщиков.

2. Динамика экономичности двигательной деятельности велосипедистов-гонщиков разной квалификации.

3. Электронно-компьютерное обеспечение судейства соревнований в велосипедном спорте.

4. Методика оперативного расчета промежуточных и итоговых результатов соревнований велосипедистов-гонщиков.

5. Примерный состав главной судейской коллегии и судейских бригад в соревнованиях по велосипедному спорту.

6. Специфика организации и проведения массовых соревнований по велосипедному спорту, деятельность различных служб.

7. Финансовое обеспечение соревнований по велосипедному спорту, основные статьи расходов.

8. Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования велосипедиста-гонщика.
9. Основные спортивные сооружения в велосипедном спорте.
10. Требования к оборудованию велосипедного трека.
11. Архитектурно-строительные особенности велосипедных треков.
12. Оборудование открытого велодрома по велоспорту - ВМХ и велопарка для велотриала в условиях мегаполиса.
13. Система многолетней подготовки юных велосипедистов-гонщиков в спортивных школах.
14. Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность спортивных школ.
15. Современные возрастные зоны высших спортивных достижений в велосипедном спорте.
16. Динамика наполняемости учебных групп и объема учебно-тренировочных занятий в процессе многолетней подготовки велосипедистов-гонщиков в спортивных школах.
17. Этапы многолетней подготовки и возраст занимающихся на каждом из них.
18. Содержание примерной программы «Велосипедный спорт» для спортивных школ.
19. Преимущественная направленность учебно-тренировочных занятий, примерные показатели объема циклической нагрузки и количества соревнований на разных этапах многолетней подготовки.
20. Содержание теоретических занятий, требования по инструкторской практике для велосипедистов-гонщиков, занимающихся в спортивных школах.
21. Критерии оценки деятельности спортивных школ на разных этапах многолетней подготовки велосипедистов-гонщиков.
22. Возрастные закономерности биологического развития – основа построения многолетней тренировки велосипедистов-гонщиков.

23. Достижение биологической зрелости с вступлением велосипедистов-гонщиков на заключительный этап подготовки – высшего спортивного мастерства.

24. Возрастная динамика работоспособности внутренних органов, развития двигательных качеств, формирования мышечной массы велосипедистов-гонщиков.

25. Генетическая обусловленность исходного энергетического потенциала и перспективы дальнейшего совершенствования метаболических процессов у велосипедистов-гонщиков.

26. Влияние биологического возраста на функционально-двигательную подготовленность юных велосипедистов-гонщиков.

27. Фазы биологического развития в процессе многолетних занятий велосипедным спортом.

28. Индивидуальная вариативность темпов биологического созревания велосипедистов-гонщиков.

29. Влияние биологического возраста на функционально-структурные изменения в организме, динамику показателей физического развития велосипедистов-гонщиков.

30. Характерные признаки проявления степени биологической зрелости велосипедистов-гонщиков.

31. Оптимальные зоны биологической зрелости для направленного развития приоритетных для велосипедистов-гонщиков двигательных качеств.

32. Вариативность возрастного развития двигательной функции как основа овладения техникой передвижения на велосипеде в процессе многолетней подготовки.

33. Генетическая предрасположенность к высшим спортивным достижениям в велосипедном спорте.

34. Реализация генетического потенциала велосипедистов-гонщиков на основе индивидуализации подготовки.

35. Фазовая структура естественного биологического цикла организма велосипедисток-гонщиц.

36. Учет характера протекания биологического цикла в подготовке велосипедисток-гонщиц.

37. Методика коррекции тренировочной нагрузки велосипедисток-гонщиц при отклонениях в физиологичности биологического цикла.

38. Использование анкетирования и дневника тренировок для получения первичных сведений о характере течения биологического цикла у велосипедисток-гонщиц.

39. Общая характеристика оперативного, текущего и перспективного планирования спортивной тренировки в велосипедном спорте.

40. Характерные особенности развивающего, поддерживающего, восстанавливающего типов микроциклов в тренировке велосипедистов-гонщиков.

41. Разновидности текущего планирования тренировки в велосипедном спорте.

42. Восстановительно-втягивающий, общеподготовительный, специально-подготовительный, предсоревновательный и соревновательный типы микроциклов в подготовке велосипедистов-гонщиков.

43. Варианты перспективного планирования тренировки в велосипедном спорте.

44. Динамика соотношения основных, специально-подготовительных, общеподготовительных средств в процессе многолетней подготовки.

45. Специфика практической реализации многочисленных разновидностей методов тренировки на разных этапах многолетней подготовки.

46. Общая и специальная физическая подготовка велосипедистов-гонщиков разной квалификации.

47. Задачи технической подготовки, ее вклад в становление спортивного мастерства велосипедиста-гонщика.

48. Тактика соревновательной деятельности велосипедистов-гонщиков с учетом длины дистанции и стиля передвижения.

49. Тактические механизмы распределения усилий на дистанции в гите на 1000 метров с места.

50. Тактические механизмы распределения усилий на дистанции в командной гонке преследования.

51. Психологическая подготовка велосипедиста-гонщика как воспитательный процесс.

52. Характерные психологические состояния велосипедиста-гонщика, способы настройки, мобилизации, снятия напряжения.

53. Взаимосвязь физической, технической, тактической, психологической видов подготовленности велосипедистов-гонщиков.

54. Методические приемы обеспечения различных видов подготовки в многолетнем тренировочном процессе.

55. Воспитательная работа на разных этапах многолетней подготовки.

56. Значение личности тренера в формировании нравственности велосипедиста-гонщика.

57. Приемы формирования гармонично развитой личности велосипедиста-гонщика в процессе многолетней подготовки.

58. Преимущественная направленность тренировок, преобладающие физические нагрузки у велосипедистов-гонщиков на этапах начальной и углубленной специализации.

59. Основные причины возникновения травм в велосипедном спорте, меры их предупреждения.

60. Основные направления современных исследований в области теории и методики велосипедного спорта.

61. Специфика обеспечения соревновательной деятельности велосипедистов-гонщиков высокой квалификации.

62. Апробация выпускной квалификационной работы.

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

а) Основная литература:

1. Архипов, Е.М. Велосипедный спорт / Архипов Евгений Михайлович, Седов Аркадий Васильевич. - М.: ФиС, 1990. - 142 с.: ил. - (Спорт для всех).

2. Захаров, А.А. Тактическая подготовка велосипедиста : учеб. пособие для вузов физ. культуры / Захаров А.А.; РГАФК. - М.: ФОН, 2001. - 62 с.: ил.

3. Ковылин, М.М. Велоподготовка в системе всеобщего непрерывного физического воспитания - механизм формирования психофизического здоровья личности : монография / М.М. Ковылин, А.А. Передельский. - Смоленск: [Изд-во Смол. гор. тип.], 2012. - 300 с.

4. Ковылин, М.М. Велосипедный спорт и системные основы оптимального управления: монография / М.М. Ковылин, А.А. Передельский. - Смоленск: [Изд-во Смол. гор. тип.], 2012. - 188 с.

5. Ковылин, М.М. Совершенствование конструкций велосипеда в России (1800-1917) : метод. рекомендации федер. компонента цикла СД ГОС по специальности 032101.65 / [М.М. Ковылин, Г.М. Мартынов] ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2010. - 186 с.: ил.

6. Ковылин, М.М. Формирование методики обучения и тренировки в велосипедном спорте (1883-1917) : учеб. пособие для вузов физ. культуры : доп. Умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / М.М. Ковылин, Г.М. Мартынов ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2009. - 49 с.: ил.

7. Совндаль, Ш. Анатомия велосипедиста / Шеннон Совндаль ; предисл. Кристина Ванде Вельде. - Минск: Поппури, [2011]. - 199 с.: ил.

б) Дополнительная литература:

1. Полищук, Д.А. Велосипедный спорт. - Киев: Олимпийская лит., 1997. - 343 с.: ил.
2. Попков, В.Н. Отбор и контроль в юношеском велоспорте : [монография] / В.Н. Попков ; Гос. Ком. РФ по физ. культуре и туризму, Сиб. гос. акад. физ. культуры. - Омск, 2001. - 195 с.
3. Селуянов, В.Н. Биомеханические основы совершенствования эффективности техники педалирования : учеб. пособие для студентов и слушателей фак. повышения квалификации ГЦОЛИФКа / Селуянов В.Н., Яковлев Б.А.; ГЦОЛИФК. - М., 1985. - 60 с.
4. Стромов, А.П. Особенности подготовки велосипедистов 10-12 лет : метод. рекомендации / [А.П. Стромов, В.А. Зырянов] ; Сиб. гос. акад. физ. культуры. - Омск: [Изд-во СибГАФК], 2003. - 24 с.
5. Стромов, А.П. Подготовка спортсменов в ДЮСШ и СДЮШОР по велосипедному спорту в гонках на шоссе и треке : [учеб.-метод. пособие] / А.П. Стромов ; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - М.: [Изд-во СибГУФК], 2008. - 99 с.: табл.
6. Суслов, Ф.П. Подготовка спортсменов в горных условиях / Моск. регион. Центр развития легкой атлетики ИААФ. - М.: Терра-спорт: Олимпия пресс, 2000. - 175 с.: ил.
7. Фрил Дж. Библия велосипедиста = The cyclist's training bible / Джо Фрил ; пер. с англ. Павла Миронова. - М.: Манн, Иванов и Фербер, 2011. - 418 с.: ил.
8. Агаджанян Н.А., Катков А.Ю. Резервы нашего организма. - М.: Знание, 1982. - 176 с.
9. Анохин П.К. Очерки физиологии функциональных систем. - М.: Медицина, 1975. - 402 с.
10. Баландин В.И., Блудов Ю.М., Плахтиенко В.А. Прогнозирование в спорте. - М.: Физкультура и спорт, 1986. - 192 с.

11. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. - М.: Медицина, 1986.- 349 с.

12. Булатова М.М., Платонов В.Н. Спортсмен в различных климато-географических и погодных условиях - Киев.: Олимпийская литература, 1996.- 176 с.

13. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. - М.: Физкультура и спорт, 1988. - 331 с.

14. Верхошанский Ю.В. Новые подходы к организации тренировки спортсменов высокого класса: Всероссийскому научно-исследовательскому институту физической культуры и спорта - 60 лет. - М.: ВНИИФК, 1993. - С.205-216.

15. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. - М.: Физкультура и спорт, 1980.- 135 с.

16. Бальсевич В.К. Методологические принципы исследований проблеме отбора и спортивной ориентации // Теория и практика физ. культуры.- 1980.- №1.- С.31-33.

17. Бахвалов В.А. Роль тренера в организации выступления велосипедистов в соревнованиях по треку // Велосипедный спорт. - М.: Физкультура и спорт, 1977. - С.35 - 40.

18. Братковский В.К. Управление процессом совершенствования техники педалирования квалифицированных велосипедистов в период преодолеваемого утомления в занятиях различной направленности: Автореф. дис. канд. пед. наук. - К., 1983. - 24 с.

19. Булатова М.М. Оптимизация тренировочного процесса на основе изучения мощности и экономичности системы энергообеспечения спортсменов (на материале велосипедного спорта): Автореф. дис. канд. пед. наук. - К., 1984. - 24 с.

20. Голец В.И. Комплексное использование физических средств восстановления с целью управления параметрами тренировочных и соревновательных нагрузок высококвалифицированных спортсменов (на

примере плавания и велоспорта): Автореф. дис. канд. пед. наук. К., 1987.- 22 с.

21. Гужаловский А.А. Этапность развития физических (двигательных) качеств и проблема оптимизации физической подготовки детей школьного возраста: Дис. д-ра пед. наук. - М., 1980, -285 с.

22. Блауберг, И. В. Философский принцип системности и системный подход / И. В. Блауберг В. Н. Садовский, Э. Г. Юдин // Вопросы философии, 1978. – № 8. – С. 14 - 21.

23. Илюхин А.А. Школа велокросса : учеб. пособие / А.А. Илюхин ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2009. - 125 с.

24. Матвеев, Л.П. Основы спортивной тренировки / Л.П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1997.- 280с.

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

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru
4. <https://fvsr.ru/>

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

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

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

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

1. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
2. Велосипеды трековые – 8 шт;
3. Велосипеды шоссейные – 10 шт;
4. Велосипеды МТБ – 20 шт;
5. Велостанок роллерный 10 шт;
6. Велостанок под заднее колесо – 2 шт;
7. Стойки для ремонта велосипеда – 1 шт;
8. Набор инструментов для ремонта велосипеда – 1 шт;
9. Стенд для проведения лабораторных и практических заданий по теме: «Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте» - 1 шт;
10. Принтер HP LaserJet 1320;
11. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок);

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики велосипедного спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестры
Форма промежуточной аттестации: зачет, экзамен.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1 семестр			
1	Контрольная работа по теме «История велосипедного спорта»	3 неделя	10
2	Презентация по теме «Характеристика олимпийских дисциплин в велосипедном спорте»	5 неделя	10
3	Контрольная работа по разделу №2 «Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в велосипедном спорте»	7 неделя	15
4	Выступление на семинаре по теме: «Требования к спортивным сооружениям при проведении соревнований по велосипедному спорту»	9 неделя	10
5	Выполнение практического задания на тему: «Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту»	11 неделя	15
6	Написание реферата по теме «Основные положения и правил соревнований и велосипедному спорту»	15 неделя	10
7	Посещение занятий	в течение семестра	10
8	Зачет		20
Итого за 1 семестр			100
2 семестр			
1	Выступление с презентацией на тему: «Основы обучения двигательным действиям»	24 неделя	5
2	Написание и защита реферата на тему: «Начальное обучение способам передвижения на велосипеде»	26 неделя	5
3	Контрольная работа на тему: «Обучение технике передвижения на велосипеде, требования к технике»	28 неделя	10

	безопасности»		
4	Выступление с презентацией на тему: «Классификация соревнований по велосипедному спорту»	30 неделя	5
5	Контрольная работа на тему: «Документы планирования и проведения соревнований»	32 неделя	10
6	Выполнение практического задания по определению результатов соревнований в различных дисциплинах велосипедного спорта	32	5
7	Выступление с презентацией на тему: «Эксплуатационные характеристики велосипеда в различных дисциплинах велосипедного спорта и требования техники безопасности»	34	5
8	Написание реферата и его защите на тему: «Инновации в изготовлении спортивной экипировки и инвентаря в велосипедном спорте»	38	5
9	Контрольная работа по разделу №6 «Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте»	40 неделя	10
	Посещение занятий	в течение семестра	10
	Экзамен		30
	Итого за 2 семестр		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу №1 «Велосипедный спорт как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения»	10
2	Написание и защита реферата по темам: «Спортивные достижения национальной команды велосипедистов-гонщиков»; «Характеристика олимпийских дисциплин в велосипедном спорте»; «Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту».	20
3	Тестирование по теме «История велосипедного спорта»;	10
4	Выступление с презентацией на тему: «Эксплуатационные характеристики велосипеда в различных дисциплинах велосипедного спорта и требования техники безопасности»	5
5	Контрольная работа на тему: «Основы обучения двигательным действиям, начальное обучение технике езды на велосипеде»	10
6	Контрольная работа по разделу №5: «Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту»	10
7	Контрольная работа по разделу №6: «Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте»	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) теория и методика избранного вида спорта для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления 49.03.01 «Физическая культура» подготовки/ специальности «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» направленности (профилю) очной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики велосипедного спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестры
Форма промежуточной аттестации: *зачет, экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
3 семестр			
1	Написание и защита реферата на тему: «Велосипедный спорт в России национальное средство укрепления здоровья населения»	3 неделя	5
2	Выступление с презентацией на тему: «Общее руководство и финансирование физкультурно-спортивной отрасли»	5 неделя	5
3	Контрольная работа по разделу №7. Велосипедный спорт как средство укрепления здоровья населения	7 неделя	10
4	Написание и защита реферата на тему: «Техника езды в гонках на шоссе»	9 неделя	5
5	Написание и защита реферата на тему: «Техника езды в гонках на треке»	10 неделя	5
6	Написание и защита реферата на тему: «Техника езды в маунтинбайке»	11 неделя	5
7	Написание и защита реферата на тему: «Техника езды в ВМХ – гонках»	12 неделя	5
8	Контрольная работа по разделу №8 «Техническая подготовка велосипедиста гонщика»	13 неделя	10
9	Написание и защита реферата по теме «Тактика в избранной дисциплине велосипедного спорта»	15 неделя	5
10	Контрольная работа на тему: «Тактическая подготовка велосипедиста гонщика»	16 неделя	10
11	Практическое занятие на тему: «Методика закрепления техники передвижения на велосипеде, преодоление спусков, подъемов, препятствий»	17 неделя	5
	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Зачет		20
	Итого за 3 семестр		100

4 семестр			
1	Написание и защита реферата на тему: «Игры и игровые упражнения на велосипеде»	27 неделя	5
2	Контрольная работа на тему: «Требования международной федерации велосипедного спорта UCI к составу судейской коллегии»	30 неделя	10
3	Контрольная работа на тему: «Требования международной федерации велосипедного спорта UCI к проведению соревнований по велосипедному спорту»	32 неделя	10
4	Выполнение практического задания по теме: «Овладение навыками организации и проведения в избранной дисциплине велосипедного спорта»	36 неделя	5
5	Презентация по теме: «Игры и игровые упражнения на велосипеде»	38 неделя	5
6	Написание реферата по темам раздела №12 «Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту»	40 неделя	5
7	Презентация «Классификация современных тренажеров используемых в подготовке велосипедистов и методика их применения».	42 неделя	10
8	Контрольная работа по разделу № 13 «Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте»	44 неделя	10
	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен		30
	Итого за 4 семестр		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу №7. Велосипедный спорт как средство укрепления здоровья населения	10
2	Написание и защита реферата по темам: «Тактика в различных дисциплинах велосипедного спорта»; «Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту»	10
	Контрольная работа на тему: «Тактическая подготовка велосипедиста гонщика»	10
3	Презентация по теме: «Игры и игровые упражнения на велосипеде»	10
4	Презентация «Классификация современных тренажеров используемых в подготовке велосипедистов и методика их применения».	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики велосипедного спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестры
Форма промежуточной аттестации: *зачет, экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
5 семестр			
1	Выполнение теста по теме: «Взаимосвязь кинематических и динамических характеристик техники велосипедиста-гонщика с экономичностью»	3 неделя	10
2	Выполнение теста по теме: «Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велоспорту - ВМХ»	5 неделя	10
3	Выполнение практического задания по теме: «Техническое обслуживание и ремонт велосипеда»	7 неделя	10
4	Выступление с презентацией на тему: «Основные закономерности построения спортивной тренировки»	9 неделя	5
5	Контрольная работа по теме: «Основные закономерности построения спортивной тренировки»	10 неделя	10
6	Написание и защита реферата на тему: «Классификация средств тренировочного воздействия»	12 неделя	5
7	Выступление с презентацией на тему: «Характеристика методов тренировки и их воздействие на организм»	14 неделя	5
8	Подготовка и защита реферата на тему: «Тренировочная нагрузка и характеризующие ее показатели»	16 неделя	5
9	Тестирование по разделу №17 «Основы тренировки велосипедиста гонщика»	18 неделя	10
	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Зачет		20
	Итого за 5 семестр		100
6 семестр			
1	Выступление с презентацией на тему: «Разновидности тренировочного эффекта: срочный, отставленный, кумулятивный»	23неделя	5

2	Написание и защита реферата: «Понятие об оперативном, текущем и этапном видах контроля »	25 неделя	5
3	Написание и защита реферата на тему: «Спортивный дневник – основа учета и контроля тренировочной нагрузки, анализ спортивных результатов»	27 неделя	5
4	Выступление с презентацией на тему: «Структура годового тренировочного цикла в велосипедном спорте»	29неделя	5
5	Написание и защита реферата на тему: «Планирование – основа управления тренировочным процессом в спорте»	31 неделя	5
6	Тестирование по разделу №18 «Основы тренировки велосипедиста гонщика»	33 неделя	10
7	Написание и защита реферата на тему: «Зарождение и развитие прикладных научных исследований в велосипедном спорте»	35 неделя	5
8	Выступление с презентацией на тему: «Основные этапы научного исследования и их характеристика»	37 неделя	5
9	Написание и защита реферата на тему: «Основные этапы написания выпускной квалификационной работы и их характеристика»	39 неделя	5
10	Контрольная работа по разделу №19 «Основы научно-исследовательской деятельности»	43 неделя	10
	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен		30
	Итого за 6 семестр		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение теста по теме: «Взаимосвязь кинематических и динамических характеристик техники велосипедиста-гонщика с экономичностью»	10
2	Написание реферата по темам: «Взаимосвязь кинематических и динамических характеристик техники велосипедиста-гонщика с экономичностью»; «Разновидности тренировочного эффекта: срочный, отставленный, кумулятивный»; «Понятие об оперативном, текущем и этапном видах контроля »	20
4	Выполнение теста по теме: «Зарождение и развитие прикладных научных исследований в велосипедном спорте»	10
5	Выполнение теста по теме: «Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велоспорту - ВМХ»	10
6	Выполнение практического задания по теме: «Техническое обслуживание и ремонт велосипеда»	10
7	Контрольная работа по разделу №19 «Основы научно-исследовательской	10

деятельности»	
---------------	--

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) теория и методика избранного вида спорта для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, направления 49.03.01 «Физическая культура» подготовки/ специальности «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» направленности (профилю) очной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики велосипедного спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестры
Форма промежуточной аттестации: *зачет, экзамен.*

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

№ п/п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов
7 семестр			
1	Выполнение практического задания по разделу №20 «Обучение технике передвижения на велосипеде, совершенствование технического мастерства»	2 неделя	5
2	Выполнение практического задания по разделу №21 «Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту»	4 неделя	5
3	Презентация по теме: «Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования»	5 неделя	5
4	Контрольная работа по теме: «Стационарные спортивные сооружения для велосипедистов-гонщиков»	7 неделя	5
5	Выступление с презентацией на тему: «Система многолетней подготовки юных велосипедистов»	9 неделя	5
6	Написание и защита реферата на тему: «Возрастные закономерности биологического развития – основа построения многолетней подготовки велосипедистов»	11 неделя	10
7	Выступление с презентацией на тему: «Оптимальные зоны биологической зрелости для направленного развития приоритетных для велосипедистов – гонщиков двигательных навыков»	12 неделя	5
8	Написание и защита реферата на тему: «Последовательность развития специфичных для велосипедистов – гонщиков биоэнергетических режимов в процессе многолетней тренировки»	13 неделя	5
9	Выступление на семинаре по теме «Генетическая предрасположенность к высшим спортивным достижениям в велосипедном спорте»	14 неделя	5
10	Написание и защита реферата на тему: «Учет биологических особенностей женского организма в	15 неделя	5

	построении тренировки велосипедисток-гонщиц»		
11	Выступление на семинаре по теме: «Оперативное, текущее и перспективное планирование спортивной тренировки в велосипедном спорте»	16 неделя	5
12	Написание и защита реферата на тему: «Динамика соотношения средств и методов тренировки на разных этапах многолетней подготовки»	17 неделя	5
13	Выступление на семинаре по теме: «Физическая, техническая, тактическая, психологическая подготовленность велосипедиста-гонщика, их взаимосвязь»	18 неделя	5
.	Посещение занятий	В течение года	10
	Зачет		20
Итого за 7 семестр			100
8 семестр			
1	Презентация по теме: «Профилактика травм при занятиях велосипедным спортом»	22 неделя	5
2	Написание и защите реферата на тему: «Система дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности велосипедистов гонщиков»	24 неделя	5
3	Выполнение практического задания по теме: «Модельные характеристики велосипедистов-гонщиков»	26 неделя	5
4	Написание и защита реферата на тему: «Профессионально-педагогическая деятельность тренера по велосипедному спорту»	28 неделя	5
5	Контрольная работа по разделу №24 «Спортивная тренировка как многолетний процесс»	30 неделя	10
6	Выступление на семинаре по теме «Основные направления современных исследований в области теории и методики велосипедного спорта»	32 неделя	5
7	Выступление с презентацией на тему: «Этапы выполнения выпускной квалификационной работы и их характеристика»	34 неделя	5
8	Контрольная работа по разделу №25 «Основы научно-исследовательской деятельности»	36 неделя	10
9	Участие в кафедральной конференции «Студенты науке»	38 неделя	10
	Посещение занятий	В течение года	10
	Экзамен		30
Итого за 8 семестр			100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение теста по теме: «Взаимосвязь кинематических и динамических характеристик техники велосипедиста-гонщика с экономичностью»	10
	Написание и защита рефератов по темам:	20

2	«Профилактика травм при занятиях велосипедным спортом»; «Система дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности велосипедистов гонщиков» «Модельные характеристики велосипедистов-гонщиков»	
4	Выполнение теста по теме: «Зарождение и развитие прикладных научных исследований в велосипедном спорте»	10
5	Выполнение теста по теме: «Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велоспорту - BMX»	10
6	Выполнение практического задания по теме: «Техническое обслуживание и ремонт велосипеда»	10
7	Контрольная работа по разделу №19 «Основы научно-исследовательской деятельности»	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

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

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики велосипедного спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестры
Форма промежуточной аттестации: *зачет, экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
	1 семестр		
1	Презентация по теме «Характеристика олимпийских дисциплин в велосипедном спорте»	<i>14 неделя</i>	10
2	Написание и защита реферата по теме: «Спортивные достижения национальной сборной команды по велосипедному спорту»	<i>14 неделя</i>	10
3	Контрольная работа по теме «История велосипедного спорта»	<i>15 неделя</i>	15
4	Выступление на семинаре по теме: «Требования к спортивным сооружениям при проведении соревнований по велосипедному спорту»	<i>15 неделя</i>	10
5	Выступление с презентацией по теме: «Характеристика спортивного инвентаря в различных дисциплинах велосипедного спорта»	<i>16 неделя</i>	10
6	Контрольная работа по разделу №2 «Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в велосипедном спорте»	<i>16 неделя</i>	15
	Посещение занятий	<i>В течение сессии</i>	10
	Зачет		20

	Итого за 1 семестр		100
	2 семестр		
1	Написание и защита реферата по теме: «Основные положения правил по велосипедному спорту»	32неделя	5
2	Написание реферата по теме «Требования к участникам при проведении соревнований по велосипедному спорту»	32 неделя	5
3	Выступление на семинарском занятии по теме: «Требования к судейской коллегии в различных дисциплинах велосипедного спорта»	33 неделя	5
4	Контрольная работа по разделу №3 «Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту»	33 неделя	15
5	Написание и защита реферата на тему: «Теоретические основы обучения двигательным действиям»	34 неделя	5
6	Выступление с презентацией по теме: «Специфика обучения в естественных природных условиях, обеспечение безопасности занимающихся велосипедным спортом»	34 неделя	5
7	Выполнение практического задания по теме: «Начальное обучение способам передвижения на велосипеде»	35 неделя	5
8	Контрольная работа по разделу №4 «Обучение технике передвижения на велосипеде, требования к технике безопасности при проведении занятий велосипедным спортом»	35 неделя	15
	Посещение занятий	в течение семестра	10
	Экзамен		30
	Итого за 2 семестр		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу №1 «Велосипедный спорт как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения»	10
2	Написание и защита реферата по темам: «Спортивные достижения национальной команды велосипедистов-гонщиков»; «Характеристика олимпийских дисциплин в велосипедном спорте»; «Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту».	20
3	Тестирование по теме «История велосипедного спорта»;	10
4	Выступление с презентацией на тему: «Эксплуатационные характеристики велосипеда в различных дисциплинах велосипедного спорта и требования техники безопасности»	5
5	Контрольная работа на тему: «Основы обучения двигательным действиям, начальное обучение технике езды на велосипеде»	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) теория и методика избранного вида спорта для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления 49.03.01 «Физическая культура» подготовки/ специальности «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» направленности (профилю) заочной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики велосипедного спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестры
Форма промежуточной аттестации: *зачет, экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
3 семестр			
1	Выступление с презентацией на тему: «Эксплуатационные характеристики велосипеда в различных дисциплинах велосипедного спорта и требования техники безопасности»	12 неделя	10
2	Написание реферата и его защите на тему: «Инновации в изготовлении спортивной экипировки и инвентаря в велосипедном спорте»	12 неделя	5
3	Выполнение практического задания по теме: «Общие требования к подготовке велосипеда, необходимые приспособления»	12 неделя	10
4	Контрольная работа по разделу №5 «Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте»	13неделя	10
5	Написание и защита реферата на тему: «Велосипедный спорт как средство укрепления здоровья населения»	13 неделя	5
6	Выступление на семинаре по теме: «Организация и содержание подготовки с использованием велосипеда дошкольников, школьников, студенческой молодежи и военнослужащих»	13 неделя	10
7	Выступление с презентацией на тему: «Общее руководство и финансирование физкультурно-спортивной отрасли»	14 неделя	10
8	Контрольная работа по разделу №6 «Велосипедный спорт как средство укрепления здоровья населения»	14 неделя	10
	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Зачет		20
	Итого за 3 семестр		100
	4 семестр		5

1	Написание и защита реферата на тему: «Техника езды в гонках на шоссе»	29 неделя	5
2	Написание и защита реферата на тему: «Техника езды в гонках на треке»	29 неделя	5
3	Написание и защита реферата на тему: «Техника езды в маунтинбайке»	29 неделя	5
4	Написание и защита реферата на тему: «Техника езды в ВМХ – гонках»	30 неделя	5
5	Контрольная работа по разделу №8 «Техническая подготовка велосипедиста гонщика»	30 неделя	10
6	Практическое занятие на тему: «Методика закрепления техники передвижения на велосипеде, преодоление спусков, подъемов, препятствий»	30 неделя	5
7	Написание и защита реферата по теме «Тактика в избранной дисциплине велосипедного спорта»	31 неделя	5
8	Контрольная работа на тему: «Тактическая подготовка велосипедиста гонщика»	31 неделя	5
9	Презентация «Классификация современных тренажеров используемых в подготовке велосипедистов и методика их применения».	31 неделя	5
10	Контрольная работа по разделу № 13 «Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте»	31 неделя	10
	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен		30
	Итого за 4 семестр		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу №5: «Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту»	10
2	Контрольная работа по разделу №6: «Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте»	10
3	Контрольная работа по разделу №7. Велосипедный спорт как средство укрепления здоровья населения	10
4	Написание и защита реферата по темам: «Тактика в различных дисциплинах велосипедного спорта»; «Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту»	10
5	Контрольная работа на тему: «Тактическая подготовка велосипедиста гонщика»	10
6	Презентация по теме: «Игры и игровые упражнения на велосипеде»	10
7	Презентация «Классификация современных тренажеров используемых в подготовке велосипедистов и методика их применения».	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики велосипедного спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестры
Форма промежуточной аттестации: *зачет, экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
5 семестр			
1	Контрольная работа на тему: «Требования международной федерации велосипедного спорта UCI к составу судейской коллегии»	6 неделя	10
2	Контрольная работа на тему: «Требования международной федерации велосипедного спорта UCI к проведению соревнований по велосипедному спорту»	7 неделя	10
3	Выполнение практического задания по теме: «Овладение навыками организации и проведения в избранной дисциплине велосипедного спорта»	7 неделя	5
4	Контрольная работа по разделу № 9 «Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту»	8 неделя	10
5	Презентация «Классификация современных тренажеров используемых в подготовке велосипедистов и методика их применения».	8 неделя	5
6	Практическое задание на тему: «Технология подготовки велосипеда к соревнованиям»	8 неделя	5
7	Выступление на семинаре по теме: «Простейшие спортивные сооружения – велосипедные базы»	9 неделя	5
8	Практическое задание по теме: «Техническое обслуживание и ремонт велосипеда»	9 неделя	10
9	Контрольная работа по разделу № 13 «Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте»	9 неделя	10
	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Зачет		20
	Итого за 5 семестр		100
6 семестр			
1	Выполнение теста по теме: «Взаимосвязь кинематических и динамических характеристик техники велосипедиста-	22 неделя	10

	гонщика с экономичностью»		
2	Выполнение теста по теме: «Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велоспорту - ВМХ»	22 неделя	10
3	Выполнение практического задания по теме: «Техническое обслуживание и ремонт велосипеда»	23 неделя	5
4	Контрольная работа по теме: «Основные закономерности построения спортивной тренировки»	23 неделя	5
5	Написание и защита реферата на тему: «Классификация средств тренировочного воздействия»	24 неделя	10
6	Выступление с презентацией на тему: «Характеристика методов тренировки и их воздействие на организм»	24 неделя	5
7	Подготовка и защита реферата на тему: «Тренировочная нагрузка и характеризующие ее показатели»	25 неделя	5
8	Тестирование по разделу №13 «Основы тренировки велосипедиста гонщика»	25 неделя	10
	Посещение занятий	Во время семестра	10
	Экзамен		30
	Итого за 6 семестр		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение теста по теме: «Взаимосвязь кинематических и динамических характеристик техники велосипедиста-гонщика с экономичностью»	10
2	Написание реферата по темам: «Взаимосвязь кинематических и динамических характеристик техники велосипедиста-гонщика с экономичностью»; «Разновидности тренировочного эффекта: срочный, отставленный, кумулятивный»; «Понятие об оперативном, текущем и этапном видах контроля »	20
4	Выполнение теста по теме: «Зарождение и развитие прикладных научных исследований в велосипедном спорте»	10
5	Выполнение теста по теме: «Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велоспорту - ВМХ»	10
6	Выполнение практического задания по теме: «Техническое обслуживание и ремонт велосипеда»	10
7	Контрольная работа по разделу №19 «Основы научно-исследовательской деятельности»	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) теория и методика избранного вида спорта для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, направления 49.03.01 «Физическая культура» подготовки/ специальности «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» направленности (профилю) заочной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики велосипедного спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестры
Форма промежуточной аттестации: *зачет, экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
7 семестр			
1	Выступление с презентацией на тему: «Разновидности тренировочного эффекта: срочный, отставленный, кумулятивный»	11 неделя	5
2	Написание и защита реферата: «Понятие об оперативном, текущем и этапном видах контроля»	11 неделя	5
3	Написание и защита реферата на тему: «Спортивный дневник – основа учета и контроля тренировочной нагрузки, анализ спортивных результатов»	12 неделя	5
	Контрольная работа на тему: «Контроль – основа управления многолетней тренировкой велосипедистов»	12 неделя	10
4	Выступление с презентацией на тему: «Структура годового тренировочного цикла в велосипедном спорте»	12 неделя	5
5	Написание и защита реферата на тему: «Планирование – основа управления тренировочным процессом в спорте»	13 неделя	5
6	Тестирование по разделу №14 «Основы тренировки велосипедиста гонщика»	13 неделя	10
7	Написание и защита реферата на тему: «Зарождение и развитие прикладных научных исследований в велосипедном спорте»	13 неделя	5
8	Выступление с презентацией на тему: «Основные этапы научного исследования и их характеристика»	14 неделя	5
9	Написание и защита реферата на тему: «Основные этапы написания выпускной квалификационной работы и их характеристика»	14 неделя	5
10	Контрольная работа по разделу №15 «Основы научно-исследовательской деятельности»	14 неделя	10
	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Зачет		20
	Итого за 7 семестр		100

8 семестр			
1	Выполнение практического задания по теме: «Экономичность движений – высшая цель технического совершенствования в велосипедном спорте»	24 неделя	5
2	Контрольная работа по разделу №16 «Обучение технике передвижения на велосипеде, совершенствование технического мастерства»	24 неделя	10
3	Выполнение практического задания по разделу №17 «Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту»	25 неделя	5
4	Контрольная работа на тему: «Организация и проведение соревнований по велотриалу»	25 неделя	10
5	Контрольная работа на тему: «Организация и проведение соревнований по велокроссу»	25 неделя	10
6	Презентация по теме: «Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования»	26 неделя	5
7	Написание и защита реферата по теме: «Стационарные спортивные сооружения для велосипедистов-гонщиков»	26 неделя	5
8	Контрольная работа по разделу №18 «Материально техническое обеспечение в велосипедном спорте»	26 неделя	10
	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен		30
	Итого за 8 семестр		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение теста по теме: «Взаимосвязь кинематических и динамических характеристик техники велосипедиста-гонщика с экономичностью»	10
2	Написание и защита рефератов по темам: «Профилактика травм при занятиях велосипедным спортом»; «Система дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности велосипедистов гонщиков» «Модельные характеристики велосипедистов-гонщиков»	20
4	Выполнение теста по теме: «Зарождение и развитие прикладных научных исследований в велосипедном спорте»	10
5	Выполнение теста по теме: «Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велоспорту - BMX»	10
6	Выполнение практического задания по теме: «Техническое обслуживание и ремонт велосипеда»	10
7	Контрольная работа по разделу №19 «Основы научно-исследовательской деятельности»	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) теория и методика избранного вида спорта для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, направления 49.03.01 «Физическая культура» подготовки/ специальности «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» направленности (профилю) заочной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики велосипедного спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 9-10 семестры
Форма промежуточной аттестации: зачет, экзамен.

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

№ п/п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов
9 семестр			
1	Выступление с презентацией на тему: «Система многолетней подготовки юных велосипедистов»	7 неделя	5
2	Написание и защита реферата на тему: «Возрастные закономерности биологического развития – основа построения многолетней подготовки велосипедистов»	7 неделя	5
3	Выступление с презентацией на тему: «Оптимальные зоны биологической зрелости для направленного развития приоритетных для велосипедистов – гонщиков двигательных навыков»	8 неделя	5
4	Написание и защита реферата на тему: «Последовательность развития специфичных для велосипедистов – гонщиков биоэнергетических режимов в процессе многолетней тренировки»	8 неделя	5
5	Выступление на семинаре по теме «Генетическая предрасположенность к высшим спортивным достижениям в велосипедном спорте»	8 неделя	5
6	Написание и защита реферата на тему: «Учет биологических особенностей женского организма в построении тренировки велосипедисток-гонщиц»	9 неделя	10
7	Выступление на семинаре по теме: «Оперативное, текущее и перспективное планирование спортивной тренировки в велосипедном спорте»	9 неделя	5
8	Написание и защита реферата на тему: «Динамика соотношения средств и методов тренировки на разных этапах многолетней подготовки»	9 неделя	5
9	Выступление на семинаре по теме: «Физическая, техническая, тактическая, психологическая подготовленность велосипедиста-гонщика, их взаимосвязь»	10 неделя	5
10	Контрольная работа на тему: «Планирование как	10 неделя	10

	основа многолетней системы подготовки в велосипедном спорте»		
11	Контрольная работа по разделу №19 «Спортивная тренировка как многолетний процесс»	10 неделя	10
.	Посещение занятий	В течение года	10
	Зачет		20
Итого за 9 семестр			100
10 семестр			
1	Презентация по теме: «Профилактика травм при занятиях велосипедным спортом»	28 неделя	5
2	Написание и защите реферата на тему: «Система дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности велосипедистов-гонщиков»	28 неделя	5
3	Выполнение практического задания по теме: «Модельные характеристики велосипедистов-гонщиков»	29 неделя	5
4	Написание и защита реферата на тему: «Профессионально-педагогическая деятельность тренера по велосипедному спорту»	29 неделя	5
5	Контрольная работа по разделу №24 «Спортивная тренировка как многолетний процесс»	29 неделя	10
6	Выступление на семинаре по теме «Основные направления современных исследований в области теории и методики велосипедного спорта»	30 неделя	5
7	Выступление с презентацией на тему: «Этапы выполнения выпускной квалификационной работы и их характеристика»	30 неделя	5
8	Контрольная работа по разделу №25 «Основы научно-исследовательской деятельности»	31 неделя	10
9	Участие в кафедральной конференции «Студенты науке»	31 неделя	10
	Посещение занятий	В течение года	10
	Экзамен		30
Итого за 10 семестр			100

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Институт спорта и физической культуры

Кафедра теории и методика велосипедного спорта

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

«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная / заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 47 зачетных единиц (очная форма обучения), 47 зачетных единиц (заочная форма обучения).

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

3. Цель освоения дисциплины (модуля): является изучение учебно-практического материала для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 «Физическая культура», необходимого для работы тренерами по велосипедному спорту, методистами в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), специализированных детско-юношеских школах олимпийского резерва (СДЮШОР), училищах олимпийского резерва, сборных командах страны, преподавателями по велосипедному спорту в дошкольных учреждениях, средних и высших учебных заведениях. Данная программа реализуется на русском языке.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

5.1 Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1 Велосипедный спорт как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения	I					
1.1	1.1. Введение в специализацию	I	4	8	22		
1.2	1.2. История велосипедного спорта	I	4	10	21		
1.3	1.3. Спортивные достижения национальной команды велосипедистов-гонщиков	I		8	20		
1.4	1.4. Характеристика олимпийских дисциплин в велосипедном спорте	I		8	20		
2	Раздел 2 Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в велосипедном спорте	I					
2.1	2.1 Требования к спортивным сооружениям при проведении соревнований по велосипедному спорту	I	2	8	20		
2.2	2.2 Характеристика спортивного инвентаря в различных дисциплинах велосипедного спорта	I	2	8	20		
3	Раздел 3 Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	I					
3.1	3.1. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	I	2	8	20		

3.2	3.2. Требования к участникам соревнований по велосипедному спорту	I		8	20		
Итого за 1 семестр: 243 часа (6,75 зачетных единицы)			14	66	163		зачет
4	Раздел 4 Обучение технике передвижения на велосипеде, требования к технике безопасности при проведении занятий велосипедным спортом.	II					
4.1	4.1. Теоретические основы обучения двигательным действиям	II	4	8	18		
4.2	4.2. Специфика обучения в естественных природных условиях. Обеспечение безопасности занимающихся	II	4	8	18		
4.3	4.3. Начальное обучение способам передвижения на велосипеде. Организация и формы проведения занятий	II	4	8	18		
5	Раздел 5 Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	II					
5.1	5.1. Классификация соревнований	II	2	8	18		
5.2	5.2. Документы планирования и проведения соревнований	II	2	8	18		
5.3	5.3. Требования к участникам соревнований	II		8	16		
5.4	5.4. Определение результатов в различных соревновательных дисциплинах	II		8	16		
6	Раздел 6 Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте	II					
6.1	6.1. Эксплуатационные характеристики велосипеда	II	2	8	16		
6.2	6.2. Инновации в изготовлении обуви и одежды велосипедиста	II	2	8	16		
6.3	6.3. Общие требования к подготовке велосипеда, необходимые приспособления	II	2	6	16		
Итого за 2 семестр: 270 часов (7,75 зачетных единиц)			22	78	170	9	Экзамен
Всего за 1 курс: 522 часов (14,5 зачетных единиц)			36	144	333	9	Зачет, экзамен
7	Раздел 7. Велосипедный спорт как средство укрепления здоровья населения	III					
7.1	7.1. Велосипедный спорт в России – национальное средство укрепления здоровья населения	III	2	5	4		
7.2	7.2. Организация и содержание	III	2	6	4		

	подготовки с использованием велосипеда дошкольников, школьников, студенческой молодежи и военнослужащих						
7.3	7.3. Использование занятий велосипедным спортом для оздоровления взрослого населения	III	2	5	4		
7.4	7.4. Оздоровительная работа с использованием велосипеда среди инвалидов по слуху, зрению, опорно-двигательному аппарату, умственному развитию	III		5	4		
7.5	7.5. Общее руководство и финансирование физкультурно-спортивной отрасли в сфере велосипедного спорта	III	2	5	4		
8	Раздел 8. Техническая подготовка велосипедиста-гонщика	III					
8.1	8.1. Техника езды в гонках на шоссе	III	2	6	4		
8.2	8.2. Техника езды в гонках на треке	III		6	4		
8.3	8.3. Техника езды в маунтинбайке	III	2	6	4		
8.4	8.4 Техника езды в ВМХ - гонках	III		6	3		
9	Раздел 9. Тактическая подготовка велосипедиста-гонщика	III					
9.1	9.1. Общая характеристика процесса тактической подготовки велосипедиста. Контроль тактической подготовленности	III	2	5	3		
9.2	9.2. Тактика в гонках на треке	III	2	6	3		
9.3	9.3 Тактика в гонках на шоссе	III	2	6	2		
10	Раздел 10. Обучение технике передвижения на велосипеде, совершенствование технического мастерства	III					
10.1	10.1. Методика закрепления техники передвижения на велосипеде, способов подъемов, спусков, поворотов, торможений, преодоления неровностей	III		5	2		
Итого за 3 семестр 135 час (3.75 зачетных единицы)			18	72	45		зачет
11	Раздел 11. Обучение технике передвижения на велосипеде, совершенствование технического мастерства	IV					
11.1	11.1. Игры и игровые упражнения на велосипеде	IV	2	7	8		

12	Раздел 12. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	IV					
12.1	12.1. Динамика состава главной судейской коллегии и различных судейских бригад в зависимости от категории соревнований	IV	2	8	8		
12.2	12.2. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велосипедному туризму	IV		7	8		
12.3	12.3. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований на треке	IV	2	8	8		
12.4	12.4. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по шоссе	IV	2	7	8		
12.5	12.5. Принципы разработки классификационных нормативов по велосипедному спорту	IV	2	7	8		
12.6	12.6. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований в гонках по пересеченной местности	IV		7	8		
13	Раздел 13. Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте	IV					
13.1	13.1. Тренажеры в велосипедном спорте	IV	2	7	8		
13.2	13.2. Технология подготовки велосипеда к соревнованиям	IV		7	6		
13.3	13.3. Простейшие спортивные сооружения – велосипедные базы	IV	2	7	6		
Итого за 4 семестр: 162 час (4.75 зачетных единицы)			14	72	76	9	экзамен
Всего за 2 курс: 297 часа (8.5 зачетных единицы)			32	144	121	9	Зачет, экзамен
14	Раздел 14. Обучение технике передвижения на велосипеде, совершенствование технического мастерства	V					
14.1	14.1. Совершенствование технического мастерства велосипедиста-гонщика	V	4	8	18		
14.2	14.2. Взаимосвязь кинематических и динамических характеристик техники велосипедиста-гонщика с экономичностью	V	4	8	18		
15	Раздел 15. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	V					
15.1	15.1. Овладение навыками	V	4	8	18		

	организации, проведения и судейства соревнований по велоспорту - BMX						
16	Раздел 16 Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте	V					
16.1	16.1. Техническое обслуживание и ремонт велосипеда	V	4	8	18		
17	Раздел 17. Основы тренировки велосипедиста-гонщика	V					
17.1	17.1. Основные закономерности построения спортивной тренировки	V	4	8	18		
17.2	17.2. Единство педагогических и биологических основ содержания тренировки	V	2	8	18		
17.3	17.3. Функционально-двигательное обоснование классификации средств тренировки	V	2	8	18		
17.4	17.4. Характеристика методов тренировки, направленность их воздействия на организм	V	2	4	18		
17.5	17.5. Тренировочная нагрузка и характеризующие ее показатели	V	2	4	16		
Итого за 5 семестр: 252 часа (7 зачетных единицы)			28	64	160		зачет
	Раздел 18. Основы тренировки велосипедиста-гонщика	VI					
	18.1.Разновидности тренировочного эффекта: срочный, отставленный, кумулятивный	VI	2	8	14		
	18.2. Понятие об оперативном, текущем и этапном видах контроля	VI	2	8	14		
	18.3. Спортивный дневник – основа учета и контроля тренировочной нагрузки, анализа спортивных результатов	VI		8	14		
	18.4. Структура годичного тренировочного цикла в велосипедном спорте	VI		8	14		
	18.5. Овладение планированием тренировки начинающего велосипедиста-гонщика	VI	2	8	14		
	Раздел 19. Основы научно-исследовательской деятельности	VI					
	19.1. Зарождение и развитие прикладных научных исследований в велосипедном	VI	2	6	12		

	спорте						
	19.2. Требования к выпускной квалификационной работе и методика выполнения	VI		6	11		
Итого за 6 семестр: 153 часов (4.5 зачетных единиц)			8	52	93	9	Курсовая работа Экзамен
Всего за 3 курс: 405 часа (11.5 зачетных единиц)			36	116	253	9	Зачет, К.Р., Экзамен
20	Раздел 20. Обучение технике передвижения на велосипеде, совершенствование технического мастерства	VII					
20.1	20.1. Экономичность движений – высшая цель технического совершенствования в велосипедном спорте	VII		4	10		
21	Раздел 21. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	VII					
21.1	21.1. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велосипедному кроссу	VII		4	12		
21.2	21.2. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велотриалу	VII		4	10		
22	Раздел 22. Материально техническое обеспечение в велосипедном спорте	VII					
22.1	22.1. Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования	VII	2	4	10		
22.2	22.2. Стационарные спортивные сооружения для велосипедистов-гонщиков	VII		4	10		
23	Раздел 23. Спортивная тренировка как многолетний процесс	VII					
23.1	23.1. Система многолетней подготовки юных велосипедистов в спортивных школах	VII	2	4	10		
23.2	23.2. Возрастные закономерности биологического развития – основа построения многолетней подготовки велосипедистов-гонщиков	VII	2	4	10		
23.3	23.3. Влияние биологического возраста на функционально-двигательную подготовленность юных велосипедистов	VII	2	4	10		
23.4	23.4. Оптимальные зоны	VII	2	4	10		

	биологической зрелости для направленного развития приоритетных для велосипедистов-гонщиков двигательных навыков						
23.5	23.5. Последовательность развития специфичных для велосипедистов-гонщиков биоэнергетических режимов в процессе многолетней тренировки	VII	2	4	10		
23.6	23.6. Генетическая предрасположенность к высшим спортивным достижениям в велосипедном спорте	VII	2	4	10		
23.7	23.7. Учет биологических особенностей женского организма в построении тренировки велосипедисток-гонщиц	VII	2	4	10		
23.8	23.8. Оперативное, текущее и перспективное планирование спортивной тренировки в велосипедном спорте	VII	2	4	10		
23.9	23.9. Динамика соотношения средств и методов тренировки на разных этапах многолетней подготовки	VII	2	4	10		
23.10	23.10. Физическая, техническая, тактическая, психологическая подготовленность велосипедиста-гонщика, их взаимосвязь	VII		2	10		
23.11	23.11. Воспитательная работа в процессе многолетней подготовки	VII		2	10		
23.12	23.12. Овладение планированием тренировки велосипедистов-гонщиков на этапе начальной и углубленной специализации	VII		2	10		
Итого за 7 семестр: 252 часа (7 зачетных единиц)			18	62	172		зачет
	Раздел 24. Спортивная тренировка как многолетний процесс						
	24.1. Профилактика травм при занятиях велосипедным спортом	VIII	2	10	22		
	24.2. Система дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности велосипедистов-гонщиков	VIII	4	10	18		
	24.3. Модельные характеристики велосипедистов-гонщиков	VIII	2	10	19		
	24.4. Профессионально-педагогическая	VIII	2	10	18		

	деятельность тренера по велосипедному спорту						
	Раздел 25. Основы научно-исследовательской деятельности	VIII					
	25.1 Основные направления современных исследований в области теории и методики велосипедного спорта	VIII	2	10	18		
	25.2. Этапы выполнения выпускной квалификационной работы, апробация, защита	VIII	4	8	18		
Итого за 8 семестр: 189 часов (5.5 зачетных единиц)			18	58	113	9	экзамен
Всего за 4 курс: 450 часа (12.5 зачетных единицы)			36	120	285	9	Зачет, экзамен
Итого: 47 зачетных единиц			140	524	992	36	

5.2. Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1 Велосипедный спорт как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения	I					
1.1	1.1. Введение в специализацию	I		2	30		
1.2	1.2. История велосипедного спорта	I	2	2	32		
1.3	1.3. Спортивные достижения национальной команды велосипедистов-гонщиков	I		2	31		
1.4	1.4. Характеристика олимпийских дисциплин в велосипедном спорте	I		2	31		
2	Раздел 2 Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в велосипедном	I					

	спорте						
2.1	2.1 Требования к спортивным сооружениям при проведении соревнований по велосипедному спорту	I		2	30		
2.2	2.2 Характеристика спортивного инвентаря в различных дисциплинах велосипедного спорта	I		2	30		
Итого за 1 семестр:198 часа (5.5 зачетных единиц)				2	12	184	зачет
3	Раздел 3 Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	II					
3.1	3.1. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	II	2	2	17		
3.2	3.2. Требования к участникам соревнований по велосипедному спорту	II		2	17		
3.3	3.3 Требования к судейской коллегии в различных дисциплинах велосипедного спорта	II		2	17		
4	Раздел 4 Обучение технике передвижения на велосипеде, требования к технике безопасности при проведении занятий велосипедным спортом.	II					
4.1	4.1. Теоретические основы обучения двигательным действиям	II	2	3	16		
4.2	4.2. Специфика обучения в естественных природных условиях. Обеспечение безопасности занимающихся	II		2	16		
4.3	4.3. Начальное обучение способам передвижения на велосипеде. Организация и формы проведения занятий	II		2	17		
Итого за 2 семестр: 126 часов (3.5 зачетных единицы)				4	14	99	9 Экзамен
Всего за 1 курс: 324 часа (9 зачетных единицы)				6	26	283	9 Зачет, экзамен
5	Раздел 5 Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте	III	2				
5.1	5.1. Эксплуатационные характеристики велосипеда	III		2	18		
5.2	5.2. Инновации в изготовлении обуви и одежды велосипедиста	III		2	18		
5.3	5.3. Общие требования к подготовке велосипеда,	III		2	18		

	необходимые приспособления						
6	Раздел 6. Велосипедный спорт как средство укрепления здоровья населения	III	2				
6.1	6.1. Велосипедный спорт в России – национальное средство укрепления здоровья населения	III		2	18		
6.2	6.2. Организация и содержание подготовки с использованием велосипеда дошкольников, школьников, студенческой молодежи и военнослужащих	III		2	18		
6.3	6.3. Использование занятий велосипедным спортом для оздоровления взрослого населения	III		2	18		
6.4	6.4. Оздоровительная работа с использованием велосипеда среди инвалидов по слуху, зрению, опорно-двигательному аппарату, умственному развитию	III		2	18		
6.5	6.5. Общее руководство и финансирование физкультурно-спортивной отрасли в сфере велосипедного спорта	III		2	16		
Итого за 3 семестр 162 часов (4.5 зачетных единиц)				4	16	142	Зачет
7	Раздел 7. Техническая подготовка велосипедиста-гонщика	IV	1				
7.1	7.1. Техника езды в гонках на шоссе	IV		2	18		
7.2	7.2. Техника езды в гонках на треке	IV		2	18		
7.3	7.3. Техника езды в маунтинбайке	IV		2	18		
7.4	7.4 Техника езды в BMX - гонках	IV		2	18		
7.5	7.5 Методика закрепления техники передвижения на велосипеде, способов подъемов, спусков, поворотов, торможений, преодоления неровностей	IV		1	18		
	7.6 Игры и игровые упражнения на велосипеде	IV		1	18		
8	Раздел 8. Тактическая подготовка велосипедиста-гонщика	IV	1		16		
8.1	8.1. Общая характеристика процесса тактической подготовки велосипедиста. Контроль тактической подготовленности	IV		2	16		
8.2	8.2. Тактика в гонках на треке	IV		2	16		
8.3	8.3 Тактика в гонках на шоссе	IV		2	15		
Итого за 4 семестр: 198 часов (5.5				2	16	171	9 Экзамен

зачетных единиц)							
Всего за 2 курс: 360 часа (10 зачетных единиц)			6	32	313	9	Зачет, экзамен
9	Раздел 9. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	V	2				
9.1	9.1. Динамика состава главной судейской коллегии и различных судейских бригад в зависимости от категории соревнований	V		2	14		
9.2	9.2. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велосипедному туризму	V		2	14		
9.3	12.3. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований на треке	V		2	14		
9.4	12.4. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по шоссе	V		2	14		
9.5	12.5. Принципы разработки классификационных нормативов по велосипедному спорту	V		2	14		
9.6	12.6. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований в гонках по пересеченной местности	V		2	14		
10	Раздел 10. Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте	V					
10.1	10.1. Тренажеры в велосипедном спорте	V		1	15		
10.2	10.2. Технология подготовки велосипеда к соревнованиям	V		1	15		
10.3	10.3. Простейшие спортивные сооружения – велосипедные базы	V		1	15		
10.4	10.4. Техническое обслуживание и ремонт велосипеда	V		1	15		
Итого за 5 семестр: 162 час (4.5 зачетных единицы)			2	16	144		Зачет
11	Раздел 11. Обучение технике передвижения на велосипеде, совершенствование технического мастерства	VI					
11.1	11.1. Совершенствование технического мастерства велосипедиста-гонщика	VI		1	11		
11.2	11.2. Взаимосвязь кинематических и динамических характеристик техники велосипедиста-гонщика с экономичностью	VI	2	1	11		

12	Раздел 12. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	VI					
12.1	12.1. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велоспорту - BMX	VI		1	11		
12.2	12.2 Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велоспорту маунтинбайк	VI		1	11		
13	Раздел 13. Основы тренировки велосипедиста-гонщика	VI					
13.1	13.1. Основные закономерности построения спортивной тренировки	VI	2	2	11		
13.2	13.2. Единство педагогических и биологических основ содержания тренировки	VI		2	11		
13.3	13.3. Функционально-двигательное обоснование классификации средств тренировки	VI		2	11		
13.4	13.4. Характеристика методов тренировки, направленность их воздействия на организм	VI		2	11		
13.5	13.5. Тренировочная нагрузка и характеризующие ее показатели	VI		2	11		
Итого за 6 семестр: 126 часов (3.5 зачетных единицы)			4	14	99	9	Экзамен
Всего за 3 курс: 288 часов (8 зачетных единиц)			6	30	243	9	Зачет, экзамен
14	Раздел 14. Основы тренировки велосипедиста-гонщика	VII					
14.1	14.1.Разновидности тренировочного эффекта: срочный, отставленный, кумулятивный	VII		2	24		
14.2	14.2. Понятие об оперативном, текущем и этапном видах контроля	VII		2	24		
14.3	14.3. Спортивный дневник – основа учета и контроля тренировочной нагрузки, анализа спортивных результатов	VII		2	24		
14.4	14.4. Структура годичного тренировочного цикла в велосипедном спорте	VII		2	24		
14.5	14.5. Овладение планированием тренировки начинающего велосипедиста-гонщика	VII		2	24		
15	Раздел 15. Основы научно-	VII	2				

	исследовательской деятельности						
15.1	15.1. Зарождение и развитие прикладных научных исследований в велосипедном спорте	VII		2	22		
15.2	15.2. Требования к выпускной квалификационной работе и методика выполнения	VII		2	22		
Итого за 7 семестр: 180 часа (5 зачетных единиц)			2	14	164		Зачет
16	Раздел 16. Обучение технике передвижения на велосипеде, совершенствование технического мастерства	VIII	2				
16.1	16.1. Экономичность движений – высшая цель технического совершенствования в велосипедном спорте	VIII		3	32		
17	Раздел 17. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту	VIII					
17.1	17.1. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велосипедному кроссу	VIII		3	30		
17.2	17.2. Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по велотриалу	VIII		3	30		
18	Раздел 18. Материально техническое обеспечение в велосипедном спорте	VIII					
18.1	18.1. Особенности новых моделей велосипедов и дополнительного велосипедного оборудования	VIII	2	4	30		
18.2	18.2. Стационарные спортивные сооружения для велосипедистов-гонщиков	VIII		3	29		
Итого за 8 семестр: 189 часа (5 зачетных единиц)			4	16	151	9	Экзамен
Всего за 4 курс:360 часов (10 зачетных единиц)			6	30	315	9	Зачет, К.Р., Экзамен
19	Раздел 19. Спортивная тренировка как многолетний процесс	IX	2				
19.1	19.1. Система многолетней подготовки юных велосипедистов в спортивных школах	IX		2	14		
19.2	19.2. Возрастные закономерности биологического развития – основа построения многолетней	IX		2	14		

	подготовки велосипедистов-гонщиков						
19.3	19.3. Влияние биологического возраста на функционально-двигательную подготовленность юных велосипедистов	IX		2	14		
19.4	19.4. Оптимальные зоны биологической зрелости для направленного развития приоритетных для велосипедистов-гонщиков двигательных навыков	IX		2	14		
19.5	19.5. Последовательность развития специфичных для велосипедистов-гонщиков биоэнергетических режимов в процессе многолетней тренировки	IX		1	12		
19.6	19.6. Генетическая предрасположенность к высшим спортивным достижениям в велосипедном спорте	IX		1	12		
19.7	19.7. Учет биологических особенностей женского организма в построении тренировки велосипедисток-гонщиц	IX		1	12		
19.8	19.8. Оперативное, текущее и перспективное планирование спортивной тренировки в велосипедном спорте	IX		2	14		
19.9	19.9. Динамика соотношения средств и методов тренировки на разных этапах многолетней подготовки	IX		1	12		
19.10	19.10. Физическая, техническая, тактическая, психологическая подготовленность велосипедиста-гонщика, их взаимосвязь	IX		2	14		
19.11	19.11. Воспитательная работа в процессе многолетней подготовки	IX		1	13		
19.12	19.12. Овладение планированием тренировки велосипедистов-гонщиков на этапе начальной и углубленной специализации	IX		1	13		
Итого за 9 семестр: 180 часов (5 зачетных единиц)			4	18	158		Зачет
20	Раздел 20. Спортивная тренировка как многолетний процесс		2				
20.1	20.1. Профилактика травм при занятиях велосипедным спортом	X		4	26		
20.2	20.2. Система дополнительных средств повышения	X		4	24		

	и восстановления работоспособности велосипедистов-гонщиков						
20.3	20.3. Модельные характеристики велосипедистов-гонщиков	X		4	24		
20.4	20.4. Профессионально-педагогическая деятельность тренера по велосипедному спорту	X		4	25		
21	Раздел 21. Основы научно-исследовательской деятельности	X	2				
21.1	21.1 Основные направления современных исследований в области теории и методики велосипедного спорта	X		2	24		
21.2	21.2. Этапы выполнения выпускной квалификационной работы, апробация, защита	X		2	24		
Итого за 10 семестр: 180 часа (5 зачетных единиц)				4	20	147	9 Экзамен
Всего за 5 курс: 360 часов (10 зачетных единиц)				8	38	305	9 Зачет, экзамен
Итого: 47 зачетных единиц				32	156	1459	45

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



Институт спорта и физического воспитания

**Кафедра теории и методики спортивного и синхронного плавания,
акваэробики, прыжков в воду и водного поло**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**«Б.1.Б.20 ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА
(ВОДНОЕ ПОЛО)»**

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

Профиль: **«Спортивная подготовка в избранном виде спорта»**

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2016

Москва – 2017

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

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики,
прыжков в воду и водного поло
Протокол № 37 от «15» мая 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики,
прыжков в воду и водного поло
Протокол №от «» 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики,
прыжков в воду и водного поло
Протокол №от «» 2019г.

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

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составители:

Фролов Сергей Николаевич, к.п.н., профессор

Попов Олег Игоревич, д.п.н., профессор

Чистова Наталья Александровна, к.п.н., доцент

Рецензент:

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

1. Цели освоения дисциплины

Целью и задачами освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (водное поло)» является:

- подготовка выпускника к профессиональной деятельности преподавателя по водному поло, прежде всего – массового детско-юношеского спорта, к организации оздоровительных видов физкультурно-спортивной деятельности, применению профессионально-прикладных элементов водного поло при различных формах организации занятий по физическому воспитанию;
- способствование формированию творческой, самостоятельно мыслящей личности, готовой к рациональной организации своей жизни, руководствующейся в своей деятельности мотивами ответственности;
- вооружение студентов знаниями о значении и месте водного поло в системе физического воспитания;
- формирование системы научных знаний о закономерностях процесса обучения и тренировки в водном поло;
- овладение понятиями о современных формах и методах организации и управления многолетней подготовкой ватерполистов;
- формирование у студентов профессионально-педагогических навыков и умений, позволяющих решать воспитательные и учебно-тренировочные задачи в различных звеньях физкультурного движения, организовывать и управлять спортивной и методической работой по водному поло;
- содействие развитию творческих способностей, педагогического мышления, формированию мотивации к профессии спортивного педагога;
- готовность к организации и ведению физкультурно-массовой работы по водному поло в целях оздоровления, разностороннего развития, закаливания и приобщения к здоровому образу жизни населения.

Реализация дисциплины проходит на русском языке.

2. Место дисциплины в структуре ООП

В учебном процессе подготовки бакалавра физической культуры дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (Водное поло)» рассматривается в качестве ведущей (системообразующей) дисциплины, в которой реализуется междисциплинарная координация понятий и категорий, умений и навыков, сформированных при изучении дисциплин учебного плана для решения профессиональных задач. С учетом этого в учебном материале отражены межпредметные связи с циклами медико-биологических, психолого-педагогических и общетеоретических дисциплин, изучаемых в вузах физической культуры, а также спортивно-педагогической, тренерской и организационно-тренерской практиками.

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (Водное поло)» входит в базовую часть профессионального цикла ФГОС по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», по профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта». Изучение дисциплины рассчитано на освоение в течение I-VIII семестров и с осуществлением текущей, промежуточной (по семестрам) и итоговой аттестации студентов.

Дисциплина направлена на развитие творческих способностей и обеспечение владением общекультурными и профессиональными компетенциями с целью достижения готовности к профессиональной практической деятельности преподавателя по водному поло. Освоение курса включает подготовку к выполнению требований по профессиональной физической подготовке.

Структура программы разработана на основе принципа непрерывного учебного процесса, т.е. содержание изучаемых разделов и тем представляет собой логически взаимосвязанную систему знаний, умений и навыков, которая разделяется на ступени без потери логики и необходимого содержания обучения. Ранее усвоенные знания, навыки и умения являются необходимыми элементами для последующего формирования компетенций.

Содержание дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (Водное поло)» включает в себя следующие блоки:

Первый блок является введением в курс и профессионально-педагогическую деятельность преподавателя по водному поло. В нем, наряду с исходными понятиями, общей характеристикой водного поло как средства физического воспитания, имеющего важное значение, раскрывается историческая и социальная обусловленность развития вида спорта, подчеркивается коллективный вклад многих специалистов в формирование содержания учебной дисциплины. Этот блок помогает студентам адаптироваться к особенностям учебно-воспитательного процесса в вузе, знакомит студентов со спецификой профессии преподавателя и системой подготовки к ней, стимулирует их профессионально-педагогическое образование и самовоспитание. Знакомство с особенностями профессиональной деятельности преподавателя по водному поло, ролью самообразования и самовоспитания в профессиональной подготовке служит цели педагогической профориентации студентов и способствует их адаптации к условиям обучения в университете и к конкретной профессиональной деятельности.

Второй блок является ведущим в дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (Водное поло)». Он имеет целью вооружение будущих спортивных педагогов знаниями теоретических основ современного водного поло, навыками организации учебно-тренировочного процесса. Подготовка ватерполистов в процессе многолетней тренировки в целом и на отдельных его этапах трактуется с позиции системного подхода, в основе которого лежит понятие о целостности процесса, раскрываются связи отдельных сторон спортивной подготовки в водном поло, возрастные закономерности становления спортивного мастерства. Это дает возможность фиксировать структуру подготовки ватерполистов на всех этапах многолетней тренировки. Особое значение уделяется взаимосвязи задач воспитания личности спортсмена с задачами достижения спортивных результатов, оптимизации учебно-

тренировочного процесса, подбору форма и методов управления подготовкой спортсменов.

Таким образом, этот блок дисциплины концентрирует теоретические и методические основы курса «Теория и методика избранного вида спорта (Водное поло)». Он направлен, прежде всего, на формирование у студентов профессионально-педагогического мышления, готовности (теоретической, практической, психологической) к осуществлению функций преподавателя по водному поло.

Особенность изучения профессионально-профильной дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (Водное поло)» основана на требованиях дидактики и логики изучаемого предмета. Дидактическая последовательность учебного материала способствует отражению в сознании студентов процесса развития научных и методических понятий. Логика построения учебной программы такова - вначале рассматриваются основные, общие понятия, которые дают возможность для освоения последующих разделов и тем.

Важной отличительной чертой организации учебного процесса является профессиональная направленность преподавания, предполагающая тесную взаимосвязь содержания учебного материала с дисциплинами Государственного образовательного стандарта. В связи с этим следует отметить сопряженность решаемых задач учебного процесса с содержанием дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование». В рамках этой дисциплины, содержание которой обуславливается требованиями к спортивной подготовке студента, предполагается повышение уровня их спортивно-педагогического мастерства. Систематическое участие студентов в соревнованиях рассматривается как обязательная часть учебной деятельности студента.

Преподавание дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (Водное поло)» осуществляется путем рационального сочетания различных форм учебной деятельности студентов – лекционных, семинарских, методических, лабораторных, практических занятий, учебной и

производственной практик, самостоятельной внеаудиторной работы, проведение научных исследований и подготовки курсовых и выпускной квалификационной работ.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-3	<i>Знать:</i> основы теории физической культуры и теории спорта, особенности тренировочной и соревновательной деятельности в спортивном плавании, основные положения стандарта по спортивной подготовке в водном поло	5		7
	<i>Уметь:</i> определять наиболее значимые аспекты подготовки в водном поло, осуществлять планирование тренировочных занятий в спортивном плавании на основе положений теории и методики физической культуры и стандартов спортивной подготовки	6		8
	<i>Владеть:</i> навыками рационального построения и перспективного планирования тренировочного процесса и соревновательной деятельности в водном поло	6		8
ОПК-6	<i>Знать:</i> основы теории физической культуры и теории спорта, особенности тренировочной и соревновательной деятельности в спортивном плавании, основы лечебной физической культуры, массажа, формы и виды рекреационно-оздоровительной деятельности	3		5
	<i>Уметь:</i> составлять программы тренировочных занятий с оздоровительной направленностью при работе с различным контингентом	4		6
	<i>Владеть:</i> навыками работы оздоровительной направленности средствами водного поло, учета особенностей их применения при работе с различным контингентом	4		6
ОПК-8	<i>Знать:</i> правила судейства соревнований по базовым видам спорта и водному поло, порядок организации и проведения соревнований по базовым видам спорта и водному поло	1		2
	<i>Уметь:</i> проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и водному поло на высоком уровне	2		3

	<i>Владеть:</i> навыками организации и проведения соревнований по базовым видам спорта и водному поло на высоком уровне в различных условиях, осуществлять объективное и непредвзятое судейство соревнований, обеспечивать безопасность участников и судей при проведении соревнований	2		4
ОПК-11	<i>Знать:</i> основы научно-методической деятельности, основы работы с математическими методами обработки данных, основы применения научного оборудования и специфику работы с ним	7		9
	<i>Уметь:</i> выбирать методы и средства научного познания исходя из поставленных задач и целей тренировочной и соревновательной деятельности, оценивать полученные результаты с помощью методов математической статистики	7		9
	<i>Владеть:</i> навыками применения научных методов в профессиональной деятельности, объективного анализа полученной информации, перспективного прогнозирования на основе полученных данных	8		10
ПК-8	<i>Знать:</i> 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.	5		7
	<i>Уметь:</i> использовать на занятиях избранным видом спорта знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки; соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования в профессиональной деятельности.	6		8
	<i>Владеть:</i> умениями осуществлять тренерскую деятельность в избранном виде спорта с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки; современными технологиями тренировки в избранном виде спорта; умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности.	6		8
ПК-9	<i>Знать:</i> основы психологии и психологии физической культуры, педагогики, особенности тренировочной и соревновательной деятельности в водном поло, основы спортивной этики и честной спортивной борьбы, положения олимпизма;	5		7
	<i>Уметь:</i> осуществлять профессиональную деятельность на основе честной конкуренции, воспитывать морально-волевые качества, формировать положительное отношение к занятиям	6		8
	<i>Владеть:</i> навыками психологической коррекции и формирования высокого уровня волевых и моральных качеств	6		8
ПК-10	<i>Знать:</i> основы проведения спортивного отбора,	7		9

	эффективные методики определению антропометрических, физических и психических особенностей, возрастные и половые особенности			
	<i>Уметь:</i> рационально подходить к выбору средств и методов отбора в водном поло, эффективно применять их в профессиональной деятельности, осуществлять спортивный отбор построенный на объективной и комплексной оценке исходных данных	7		9
	<i>Владеть:</i> навыками применения современных методик и подходов к проведению спортивного отбора в водном поло, проводить грамотную профориентацию на основе полученных данных	8		10
ПК-11	<i>Знать:</i> основы теории спорта, особенности планирования и структуры тренировочной и соревновательной в детско-юношеском спорте, основные положения стандарта по спортивной подготовке в водном поло	7		9
	<i>Уметь:</i> выбирать средства и методы подготовки в избранном виде спорта, эффективно осуществлять планирование тренировочного процесса при работе с данным контингентом, оценивать результаты профессиональной деятельности	7		9
	<i>Владеть:</i> навыками оперативной коррекции тренировочных планов, дифференцированного подхода к выбору средств и методов подготовки и составлению программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта	8		10
ПК-13	<i>Знать:</i> основы теории физической культуры и теории спорта, особенности тренировочной и соревновательной деятельности в водном поло, основы комплексного контроля физической подготовленности	5		7
	<i>Уметь:</i> определять наиболее эффективные средства и методы управления спортивной формой в водном поло, обоснованно применять их на практике	6		8
	<i>Владеть:</i> навыками эффективного поиска и применения современных технологий управления спортивной формой на различных этапах подготовки, объективного контроля и коррекции главных параметров тренировочного процесса	6		8
ПК-14	<i>Знать:</i> основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта; средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта.	2		4
	<i>Уметь:</i> совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.	2		4
	<i>Владеть:</i> в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство	2		4

ПК-15	<i>Знать:</i> средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.	2		4
	<i>Уметь:</i> осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.	2		4
	<i>Владеть:</i> навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности; средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности; организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия.	2		4
ПК-26	<i>Знать:</i> требования ГОСТов, технических стандартов, САНПина к материально-техническому обеспечению, особенности обеспечения физкультурно-спортивных организаций специализированных оборудованием и инвентарем	3		5
	<i>Уметь:</i> рационально подходить к выбору наличествующего инвентаря и оборудования, эффективно применять его в профессиональной деятельности, осуществлять за ним качественный уход; выбирать необходимое оборудования, экипировку и инвентарь, исходя из их технических характеристик, оценивать предлагаемые аналоги	4		6
	<i>Владеть:</i> навыками безопасной и эффективной работы, качественного ухода за применяемым в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем; планирования оснащения имеющейся в распоряжении физкультурно-спортивной организации материально-технической базы.	4		6
ПК-28	<i>Знать:</i> основы теории физической культуры и теории спорта, особенности тренировочной и соревновательной деятельности в водном поло	3		5
	<i>Уметь:</i> анализировать существующие тенденции и проблемы в физической культуре и спорте, и находить пути и средства их решения, осуществлять методически обоснованный анализ существующих противоречий и находить пути решения	3		5
	<i>Владеть:</i> навыками анализа и корректной интерпретации выявленных актуальных проблем в водном поло, применения полученных данных в профессиональной деятельности	4		6
ПК-30	<i>Знать:</i> основы научно-методической деятельности, основы логики научного мышления, основные положения стандарта по спортивной подготовке в водном поло	7,8		9,10
	<i>Уметь:</i> определять наиболее оптимальные средства и методы научных исследований, для решения поставленных практических задач	7,8		9,10

	<i>Владеть:</i> навыками грамотного и дифференцированного подхода к определению наиболее значимых для профессиональной деятельности практических и теоретических данных, полученных в результате научного исследования	7,8		9,10
--	--	-----	--	------

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

Общая трудоемкость дисциплины составляет **47 зачетных единиц, 1692 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	Раздел 1. Теоретические и организационно-методические основы профессиональной деятельности		8	24	103		
2	1.1. Введение в предмет	1	2	4	26		
3	1.2. История развития водного поло	1	2	6	26		
4	1.3. Предупреждение травм, несчастных случаев и заболеваний	1	2	8	26		
5	1.7. Организация и судейство соревнований	1	2	6	25		
6	Раздел 2. Техника водного поло		6	42	60		
7	2.1. Основы техники плавания и водного поло	1	2	18	30		
8	2.2. Техника владения мячом	1	4	24	30		
9	Итого за 1-й семестр		14	66	163		
10	Раздел 2. Техника водного поло		16	66	129		
11	2.3. Техника способов передвижения ватерполистов	2	4	18	32		
12	2.4. Техника специальных приемов игрового плавания	2	4	16	32		
13	2.5. Техника спортивных способов плавания	2	4	16	32		
14	2.6. Техника оборонительных и атакующих единоборств	2	4	16	33		
15	Раздел 1. Теоретические и организационно-методические основы профессиональной		6	12	41		

	деятельности						
16	1.8. Прикладное плавание	2	6	12	41		
17						9	Экзамен
18	Итого за 2-й семестр		22	78	170	9	
19	Всего за 1-й курс		36	144	333	9	
20	Раздел 3. Обучение технике водного поло		16	54	35		
21	3.1. Теоретические и методические основы обучения. Эволюция методики обучения	3	4	10	10		
22	3.2. Особенности методики обучения технике передвижений и специальным приемам игрового плавания	3	4	12	9		
23	3.3 Особенности методики обучения технике владения мячом	3	4	18	8		
24	3.4. Организация и планирование процесса обучения плаванию	3	4	14	8		
25	Раздел 4. Тактика водного поло		2	18	10		
26	4.6. Общие основы тактики водного поло	3	2	18	10		
27	Итого за 3-й семестр		18	72	45		
28	Раздел 4. Тактика водного поло		14	72	76		
29	4.7. Особенности методики обучения тактике водного поло	4	2	10	10		
30	4.8. Индивидуальная тактика наступления	4	2	18	10		
31	4.1. Групповая тактика наступления	4	2	10	10		
32	4.2. Командная тактика наступления	4	2	18	10		
33	4.3. Индивидуальная тактика обороны	4	2	8	12		
34	4.4. Групповая тактика обороны	4	2	4	12		
35	4.5. Командная тактика обороны	4	2	4	12		
36						9	Экзамен
37	Итого за 4-й семестр		14	72	76	9	
38	Всего за 2-й курс		32	144	121	9	
39	Раздел 5. Содержание тренировки квалифицированных ватерполистов		28	64	160		
40	5.1. Основы построения спортивной тренировки квалифицированных ватерполистов	5	8	18	40		
41	5.2. Развитие выносливости	5	8	18	40		
42	5.3. Развитие силовых способностей	5	6	16	40		
43	5.4. Развитие скоростных способностей	5	6	12	40		
44	Итого за 5-й семестр		28	64	160		
45	Раздел 5. Содержание тренировки квалифицированных ватерполистов		8	42	76		
46	5.5. Развитие подвижности в суставах и гибкости	6	2	12	20		
47	5.6. Техническая подготовка ватерполистов	6	2	10	20		
48	5.7. Тактическая подготовка ватерполистов	6	2	10	18		
49	5.8. Психологическая подготовка ватерполистов	6	2	10	18		
50	Раздел 1. Теоретические и организационно-методические основы профессиональной деятельности			10	17		
51	1.4. Основы научно-исследовательской	6		10	17		

	деятельности						
52						9	Экзамен, курсовая работа
53	Итого за 6-й семестр		8	52	93	9	
54	Всего за 3-й курс		36	116	253	9	
55	Раздел 6. Многолетняя спортивная тренировка в водном поло		18	62	172		
56	6.1. Общая характеристика многолетней спортивной подготовки	7	2	6	22		
57	6.2. Задачи и содержание этапов многолетней подготовки	7	2	8	22		
58	6.3. Построение спортивной тренировки юных ватерполистов на этапах многолетней подготовки	7	2	8	22		
59	6.4. Формирование технического мастерства ватерполистов	7	2	8	22		
60	6.5. Возрастные особенности развития выносливости	7	2	8	22		
61	6.6. Возрастные особенности развития силовых и скоростных способностей	7	2	8	20		
62	6.7. Возрастные особенности развития подвижности в суставах и гибкости	7	2	8	20		
63	6.8. Спортивный отбор ватерполистов в процессе многолетней подготовки	7	4	8	22		
64	Итого за 7-й семестр		18	62	172		
65	Раздел 1. Теоретические и организационно-методические основы профессиональной деятельности		18	58	113		
66	1.5. Научно-исследовательская работа в водном поло	8	6	14	37		
67	1.6. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса по водному поло	8	4	16	36		
68	1.9. Профессионально-педагогическое мастерство тренера	8	4	14	20		
69	1.10. Воспитательная работа с ватерполистами	8	4	14	20		
70						9	Экзамен
71	Итого за 8-й семестр		18	58	113	9	
72	Всего за 4-й курс		36	120	285	9	
73	Всего по тематическому плану		140	524	992	36	

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
---	-------------------	---------	--	---

			академических часах)				
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Теоретические и организационно-методические основы профессиональной деятельности		2	12	184		
2	1.1. Введение в предмет	1		2	30		
3	1.2. История развития водного поло	1	2	6	76		
4	1.3. Предупреждение травм, несчастных случаев и заболеваний	1		4	78		
5	Итого за 1-й семестр		2	12	184		
6	Раздел 1. Теоретические и организационно-методические основы профессиональной деятельности		4	14	99		
7	1.7. Организация и судейство соревнований	2	2	8	49		
8	1.8. Прикладное плавание	2	2	6	50		
9						9	Экзамен
10	Итого за 2-й семестр		4	14	99	9	
11	Всего за 1-й курс		6	26	283	9	
12	Раздел 2. Техника водного поло		4	16	142		
13	2.1. Основы техники плавания и водного поло	3	2	4	48		
14	2.2. Техника владения мячом	3	1	6	48		
15	2.3. Техника способов передвижения ватерполистов	3	1	6	46		
16	Итого за 3-й семестр		4	16	142		
17	Раздел 2. Техника водного поло		2	16	171		
18	2.4. Техника специальных приемов игрового плавания	4	1	6	57		
19	2.5. Техника спортивных способов плавания	4	1	4	57		
20	2.6. Техника оборонительных и атакующих единоборств	4		6	57		
21						9	Экзамен
22	Итого за 4-й семестр		2	16	171	9	
23	Всего за 2-й курс		6	32	313	9	
24	Раздел 3. Обучение технике водного поло		2	13	84		
25	3.1. Теоретические и методические основы обучения. Эволюция методики обучения	5	2	4	20		
26	3.2. Особенности методики обучения технике передвижений и специальным приемам игрового плавания	5		4	22		
27	3.3 Особенности методики обучения технике владения мячом	5		3	21		
28	3.4. Организация и планирование процесса обучения плаванию	5		2	21		
29	Раздел 4. Тактика водного поло			3	60		
30	4.6. Общие основы тактики водного поло	5		1	20		

31	4.7. Особенности методики обучения тактике водного поло	5		1	20		
32	4.8. Индивидуальная тактика наступления	5		1	20		
33	Итого за 5-й семестр		2	16	144		
34	Раздел 4. Тактика водного поло		4	14	99		
35	4.1. Групповая тактика наступления	6		4	22		
36	4.2. Командная тактика наступления	6		2	17		
37	4.3. Индивидуальная тактика обороны	6	2	2	21		
38	4.4. Групповая тактика обороны	6		2	17		
39	4.5. Командная тактика обороны	6	2	4	22		
40						9	Экзамен
41	Итого за 6-й семестр		4	14	99	9	
42	Всего за 3-й курс		6	30	243	9	
43	4-й курс						
44	Раздел 5. Содержание тренировки квалифицированных ватерполистов		2	14	164		
45	5.1. Основы построения спортивной тренировки квалифицированных ватерполистов	7	2	4	55		
46	5.2. Развитие выносливости	7		6	55		
47	5.3. Развитие силовых способностей	7		4	54		
48	Итого за 7-й семестр		2	14	164		
49	Раздел 5. Содержание тренировки квалифицированных ватерполистов		4	14	131		
50	5.4. Развитие скоростных способностей	8	1	4	27		
51	5.5. Развитие подвижности в суставах и гибкости	8	1	2	26		
52	5.6. Техническая подготовка ватерполистов	8	1	4	26		
53	5.7. Тактическая подготовка ватерполистов	8	1	2	26		
54	5.8. Психологическая подготовка ватерполистов	8		2	26		
55	Раздел 1. Теоретические и организационно-методические основы профессиональной деятельности		0	2	20		
56	1.4. Основы научно-исследовательской деятельности	8		2	20		
57						9	Экзамен, курсовая работа
58	Итого за 8-й семестр		4	16	151	9	
59	Всего за 4-й курс		6	30	315	9	
60	Раздел 6. Многолетняя спортивная тренировка в водном поло		4	18	158		
61	6.1. Общая характеристика многолетней спортивной подготовки	9	1	4	32		
62	6.2. Задачи и содержание этапов многолетней подготовки	9	1	4	32		
63	6.3. Построение спортивной тренировки юных ватерполистов на этапах многолетней подготовки	9	1	4	32		
64	6.4. Формирование технического мастерства	9	1	2	30		

	ватерполистов						
65	6.5. Возрастные особенности развития выносливости	9		4	32		
66	Итого за 9-й семестр		4	18	158		
67	Раздел 1. Теоретические и организационно-методические основы профессиональной деятельности		2	8	79		
68	1.5. Научно-исследовательская работа в водном поло	10	1	2	22		
69	1.6. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса по водному поло	10	1	2	22		
70	1.9. Профессионально-педагогическое мастерство тренера	10		2	18		
71	1.10. Воспитательная работа с ватерполистами	10		2	17		
72	Раздел 6. Многолетняя спортивная тренировка в водном поло		2	12	68		
73	6.6. Возрастные особенности развития силовых и скоростных способностей	10		4	22		
74	6.7. Возрастные особенности развития подвижности в суставах и гибкости	10		2	22		
75	6.8. Спортивный отбор ватерполистов в процессе многолетней подготовки	10	2	6	24		
76						9	Экзамен
77	Итого за 10-й семестр		4	20	147	9	
78	Всего за 5-й курс		8	38	305	9	
79	Всего по тематическому плану		32	156	1459	45	

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

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке.

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

1. Экзамен

Контрольные вопросы для проведения промежуточного контроля студентов I курса очного, II курса заочного обучения

1. Дайте характеристику следующим направлениям в водном поло: спортивное, зрелищное, кондиционное, оздоровительное и прикладное.
2. Расскажите об основных событиях текущего года в водном поло.
3. Расскажите о первых регулярных соревнованиях ватерполистов.
4. Как изменялась методика тренировки с начала XX века до наших дней?
5. Назовите сильнейших российских и советских ватерполистов и ватерполисток.
6. Когда была образована международная федерация плавания (FINA) и каковы были задачи ее деятельности?
7. Назовите олимпийских чемпионов по водному поло.
8. Перечислите ведущие мировые школы водного поло.
9. Назовите сильнейших ватерполистов мира.
10. Проанализируйте современное состояние водного поло в стране.
11. Назовите основные источники научно-методической информации по водному поло.
12. Перечислите основные направления и тенденции развития научных знаний в водном поло.
13. Что такое давление жидкости? Как оно изменяется с глубиной погружения?
14. Рассчитайте силу, с которой вода давит на тело человека при плавании.
15. Расскажите об особенностях реакции организма спортсмена в условиях погружения под воду.
16. Что такое выталкивающая сила?
17. Сформулируйте закон Архимеда.
18. Что такое плавучесть? Перечислите ее виды.
19. Изменяются ли выталкивающая сила и плавучесть при погружении на большие глубины?
20. Что такое плотность и удельный вес. Назовите плотность воды и основных тканей человеческого тела.
21. Как изменяется плотность воды при изменении ее температуры и солености?

22. Расскажите о равновесии тела в воде. Какие факторы влияют на него?
23. Сформулируйте понятия опорной реакции и гидродинамического сопротивления тела спортсмена в воде.
24. Какие причины (факторы) вызывают увеличение гидродинамического сопротивления продвижению спортсмена вперед в воде?
25. Какие факторы влияют на формирование индивидуального стиля ватерполиста?
26. Охарактеризуйте исходное положение при выполнении старта с воды при плавании ватерпольным кролем.
27. Охарактеризуйте исходное положение при выполнении старта с воды при плавании ватерпольным кролем на спине.
28. Опишите фазы движений спортсмена при плавании тредженом.
29. Сформулируйте основные требования к движениям при плавании тредженом.
30. Охарактеризуйте исходное положение при выполнении старта с воды при ведении мяча.
31. Опишите фазы движений ватерполиста при выполнении ведения мяча.
32. Сформулируйте основные требования к движениям при выполнении ведения мяча.
33. Охарактеризуйте основные ошибки, которые допускают спортсмены при выполнении старта с воды.
34. Охарактеризуйте исходное положение при выполнении старта из воды при плавании тредженом на спине.
35. Опишите фазы движений пловца при плавании тредженом на спине.
36. Сформулируйте основные требования к движениям при плавании тредженом на спине.
37. Охарактеризуйте основные ошибки, которые допускают спортсмены при плавании тредженом.
38. Охарактеризуйте основные ошибки, которые допускают спортсмены при выполнении приемов игрового плавания.

39. Охарактеризуйте основные ошибки, которые допускают спортсмены при плавании способами передвижения в водном поло.
40. Охарактеризуйте основные ошибки, которые допускают спортсмены при выполнении приемов техники владения мячом (броски маховым движением).
41. Техника безопасности при проведении занятий по водному поло.
42. Что может явиться причиной травматизма при занятиях водным поло?
43. Расскажите о технике плавания способом брасс на спине.
44. Расскажите о технике плавания способом на боку.
45. Перечислите мероприятия, предшествующие началу соревнования по водному поло.
46. Расскажите, как составляется положение о соревнованиях.
47. Опишите работу с документацией до, во время и после соревнований.
48. Как составляется расписание соревнований?
49. Как составляется именная заявка на участие в соревнованиях и кем она должна быть подписана?
50. Как составляется техническая заявка на участие в соревнованиях и кем она должна быть подписана?
51. Как оформляется карточка участника соревнований?
52. Что должно быть отражено в отчете судейской коллегии о проведении соревнований?
53. Дайте классификацию техники водного поло.
54. Опишите фазы движений спортсмена при плавании кролем на груди и на спине.
55. Сформулируйте основные требования к движениям при плавании кролем на груди и на спине.
56. Проанализируйте положение тела и технику движений ногами спортсмена при плавании кролем на груди и на спине.
57. Проанализируйте технику движений руками и согласование движений рук с дыханием при плавании кролем на груди и на спине.

58. Какое согласование движений рук и ног используется при плавании кролем на груди и на спине?
59. Проанализируйте технику движений ногами при плавании способом брасс и баттерфляй.
60. Расскажите о технике движений руками и согласовании движений рук с дыханием при плавании способом брасс и баттерфляй.
61. Дайте характеристику общему согласованию движений рук, ног и дыхания при плавании способом брасс и баттерфляй.
62. Охарактеризуйте основные ошибки, которые допускают спортсмены при плавании способом брасс и баттерфляй.
63. Расскажите о технике прикладных способов плавания.
64. Какие способы ныряния используются при хорошей и плохой видимости под водой?
65. Приемы восстановления кровообращения и сознания.
66. Классификация происшествий на воде.
67. Спасательные средства и их применение.
68. Техника и методика обучения плаванию на боку, брассом на спине.
69. Непрямой массаж сердца.
70. Действия при возникновении судорог при плавании.
71. Факторы, лимитирующие длительность пребывания человека в воде.
72. Плавание в ночное время.
73. Плавание в одежде и раздевание в воде.
74. Плавание при сильной волне, сильном течении, водоворотах.
75. Плавание в водорослях.
76. Плавание в воде, покрытой горящим веществом.
77. Действия человека, провалившегося под лед.
78. Назовите основные документы, которые составляются до соревнования.
79. Сколько судей входит в состав судейской коллегии матча на соревнованиях, как эти судьи называются?

80. Опишите основные обязанности делегата, главного судьи и главного секретаря соревнований.
81. Опишите основные обязанности членов судейской коллегии.
82. Как (по какой системе) оценивается качество судейства ватерпольного матча?
83. Перечислите нарушения правил соревнований, за которые спортсмен может быть дисквалифицирован.
84. Расскажите о работе с секундомером и с электронной системой на соревнованиях.
85. Перечислите состав судейской коллегии матча.
86. Что должно быть отражено в отчете судейской коллегии о проведении соревнований?
87. Какие условные жесты и сигналы применяют ватерпольные арбитры?
88. Дайте классификацию техники водного поло.
89. Расскажите о тактике водного поло и приведите ее классификацию.
90. Опишите методику начального обучения в водном поло.
91. Охарактеризуйте основы обучения тактике в водном поло.

**Контрольные вопросы для проведения промежуточного контроля
студентов II курса очного, III курса заочного обучения**

1. Перечислите основные методы обучения.
2. Перечислите основные средства обучения.
3. Опишите особенности проведения занятий по обучению технике водного поло.
4. Опишите особенности проведения занятий по обучению технике водного поло с занимающимися, не владеющими навыком плавания.
5. Опишите особенности проведения занятий по обучению технике водного поло с занимающимися владеющими навыком плавания.
6. Опишите особенности проведения занятий по обучению технике водного поло в бассейнах «с мелким местом».

7. Опишите особенности проведения занятий по обучению технике водного поло в бассейне «без мелкого места».
8. Опишите особенности проведения занятий по обучению технике спортивных способов плавания.
9. Опишите особенности проведения занятий по обучению технике способов передвижения ватерполистов.
10. Опишите особенности проведения занятий по обучению технике специальных приемов игрового плавания в водном поло.
11. Опишите особенности проведения занятий по обучению технике владения мячом в водном поло.
12. Приведите последовательность освоения приемов техники водного поло.
13. Дайте определение понятия «тактика водного поло».
14. Опишите основные понятия тактики спортивных игр.
15. Классификация тактики водного поло.
16. Определите понятие стратегии в водном поло.
17. Классификация индивидуальной тактики наступления.
18. Классификация индивидуальной тактики обороны.
19. Классификация групповой тактики наступления.
20. Классификация групповой тактики обороны.
21. Классификация командной тактики наступления.
22. Классификация командной тактики обороны.
23. Опишите индивидуальные тактические действия в обороне.
24. Опишите индивидуальные тактические действия в наступлении.
25. Опишите групповые тактические взаимодействия в обороне.
26. Опишите групповые тактические взаимодействия в наступлении.
27. Назовите основные системы командной тактики обороны.
28. Назовите основные системы командной тактики наступления.
29. Какое значение имеет подготовка в зале при начальном обучении в водном поло?

30. Назовите основные схемы расстановки игроков атакующей команды при реализации численного превосходства.
31. Назовите основные схемы расстановки игроков обороняющейся команды при реализации численного превосходства.
32. Назовите характерные черты современной тактики водного поло.
33. Опишите требования, предъявляемые к атакам с созданием численного превосходства над обороняющимися.
34. Приведите схему расстановки игроков при реализации контратакующих групповых взаимодействий (по заданию преподавателя).
35. Приведите исходную схему расстановки игроков обороняющейся команды при применении зонной системы командной тактики (по заданию преподавателя).
36. Методика обучения технике плавания ватерпольным кролем на груди.
37. Методика обучения технике плавания ватерпольным кролем на спине.
38. Методика обучения технике плавания на боку.
39. Организация занятий по обучению технике водного поло.
40. Методика обучения технике плавания тредженом на груди.
41. Методика обучения технике плавания тредженом на спине.
42. Расскажите о влиянии систематических занятий плаванием на организм ребенка дошкольного возраста.
43. Назовите задачи обучения плаванию детей младшего, среднего и старшего дошкольного возраста.
44. Методика обучения технике специальных приемов игрового плавания.
45. Каковы особенности дыхания при занятиях плаванием?
46. Расскажите о влиянии занятий плаванием и водным поло на опорно-двигательный аппарат ребенка.
47. Назовите основные педагогические принципы, используемые при обучении плаванию и водному поло.
48. Раскройте содержание педагогического принципа доступности.
49. В чем заключается принцип индивидуализации?

50. Назовите основные методы, которые используются при обучении плаванию и водному поло.
51. Раскройте содержание практических методов обучения.
52. Каково значение наглядных методов обучения при работе с детьми школьного возраста?
53. На каком этапе обучения плаванию и водному поло используется метод разучивания по частям?
54. В чем сущность метода разучивания в целом при обучении плаванию?
55. Методика обучения приемам техники владения мячом.

**Контрольные вопросы для проведения промежуточного контроля
студентов III курса очного, IV курса заочного обучения**

1. Назовите цели и основные задачи спортивной подготовки.
2. Перечислите основные средства и методы спортивной тренировки.
3. Раскройте педагогические принципы тренировки ватерполиста.
4. Раскройте содержание биологических принципов тренировки.
5. Опишите закономерности адаптации в процессе занятий физическими упражнениями.
6. Расскажите о взаимодействии тренировочных эффектов.
7. Опишите стадии развития спортивной формы.
8. Расскажите о прогнозировании спортивных результатов.
9. Расскажите о моделировании соревновательной деятельности.
10. Раскройте содержание этапного, текущего и оперативного контроля в подготовке ватерполистов.
11. Опишите тесты, направленные на оценку различных сторон подготовленности ватерполистов (по заданию преподавателя)
12. Перечислите факторы, определяющие уровень специальной работоспособности ватерполистов.
13. Охарактеризуйте энергетические возможности организма спортсмена в водном поло.

14. Каково соотношение аэробных и анаэробных процессов энергообеспечения в соревновательной деятельности в водном поло.
15. Как применяется переменный дистанционный метод тренировки при развитии аэробного компонента выносливости ватерполистов?
16. Как применяется интервальный метод тренировки при развитии аэробного компонента выносливости ватерполистов?
17. Раскройте содержание метаболического фактора, обуславливающего уровень развития выносливости игрока.
18. Раскройте содержание регуляторного фактора, обуславливающего уровень развития выносливости игрока.
19. От каких параметров тренировочных нагрузок зависит характер их влияния на организм спортсменов?
20. Как определить уровень развития максимальной и взрывной силы?
21. Какие методы регистрации на суше и в воде используются для определения силовой выносливости ватерполистов?
22. Какие упражнения используются для сопряженного развития специальной силы и технического совершенствования ватерполистов?
23. Какие факторы являются ведущими в проявлении максимальной, взрывной силы и силовой выносливости ватерполистов?
24. Какова схема распределения тренировочных нагрузок различной направленности в макроцикле подготовки ватерпольных команд?
25. Расскажите о методике развития способности к быстрому началу движения и методике повышения скорости выполнения одиночного движения. Какие средства для развития этих способностей могут применяться в тренировке ватерполистов?
26. Расскажите о методике повышения темпа движений и сопряженного совершенствования скоростных способностей и техники специальных приемов игрового плавания ватерполистов.
27. Дайте определение и краткую характеристику гибкости и подвижности в суставах.

28. Объясните взаимосвязь между рациональной техникой и уровнем гибкости и подвижности в суставах.
29. Приведите примеры упражнений, которые используются в водном поло для контроля за уровнем развития гибкости и подвижности в суставах.
30. Какие основные упражнения являются средствами развития гибкости и подвижности в суставах в тренировке ватерполистов?
31. Какие особенности строения опорно-двигательного аппарата нужно учитывать при развитии гибкости?
32. Дайте определение и краткую характеристику активной и пассивной гибкости.
33. В чем заключаются особенности методики развития гибкости и подвижности в суставах?
34. Что такое «скоростной барьер»? Какие методы и средства могут применяться для его преодоления у ватерполистов?
35. Объясните причины возникновения травм, какова профилактика травматизма на занятиях по развитию гибкости и подвижности в суставах.
36. Что такое эффективность техники, как ее можно определить?
37. Что такое экономичность техники, как ее можно определить?
38. Какие основные тактические комбинации применяются командами при построении атакующих комбинаций по преодолению зонной обороны соперника.
39. Опишите взаимосвязь тактической подготовленности с другими видами подготовленности.
40. Опишите, как происходит формирование мотивов к успешной спортивной деятельности.
41. Назовите основные виды мотивов.
42. Опишите, как происходит формирование установок и благоприятных отношений для спортивной тренировки.
43. Раскройте содержание психологической подготовки к соревнованиям.
44. Перечислите способы формирования «спокойной боевой уверенности».

45. Что такое методика научных исследований в спорте?
46. Какие методы научных исследований применяются в водном поло?
Раскройте суть каждого из них.

**Контрольные вопросы для промежуточной аттестации
студентов IV курса очного, V курса заочного обучения**

1. Назовите этапы многолетней тренировки ватерполистов и перечислите их цели и задачи подготовки.
2. Расскажите о возрастной периодизации развития детей и подростков, приведите возрастные границы этапов.
3. Дайте определение понятиям биологического и паспортного возраста, объясните различие между ними.
4. Расскажите о пубертатном периоде.
5. Назовите и охарактеризуйте стадии пубертатного периода.
6. Приведите основные типы тренировочных мезоциклов и охарактеризуйте особенности их построения на базовом этапе многолетней тренировки.
7. Приведите основные типы тренировочных мезоциклов и охарактеризуйте особенности их построения на этапе углубленной специализации на этапе многолетней подготовки.
8. Расскажите о динамике объема и направленности тренировочных нагрузок в микроциклах различных типов.
9. Каковы закономерности возрастных изменений основных параметров соревновательной деятельности?
10. В чем заключаются основные различия в методике развития выносливости различных возрастных группах?
11. Расскажите о возрастной динамике показателей выносливости и специальной работоспособности.
12. Приведите сроки сенситивных периодов для развития отдельных видов выносливости с учетом половых различий.

13. Обоснуйте изменения абсолютных и парциальных объемов тренировочных средств, направленных на развитие различных видов выносливости, происходящие на этапах многолетней тренировки.
14. Опишите возрастную динамику аэробных возможностей. Приведите сенситивные периоды в развитии аэробных способностей. Раскройте методы и средства развития аэробных способностей на различных этапах многолетней подготовки.
15. Как нужно планировать тренировочные нагрузки и корректировать их на различных стадиях пубертатного периода?
16. Каковы основные задачи скоростно-силовой подготовки на этапах начальной подготовки в учебно-тренировочных группах и в группах спортивного совершенствования?
17. Какие средства и методы используются для развития скоростно-силовых способностей ватерполистов на этапе начальной подготовки?
18. Какие средства и методы используются для развития скоростно-силовых способностей ватерполистов на этапе базовой подготовки?
19. Какие средства и методы используются для развития скоростно-силовых способностей ватерполистов на этапе углубленной специализации?
20. Какие средства и методы используются для развития скоростно-силовых способностей ватерполистов на этапе спортивного совершенствования?
21. Какие методы регистрации уровня скоростно-силовой подготовленности применяются для ее оценки на различных этапах многолетней тренировки?
22. Какие основные правила необходимо соблюдать для профилактики травм у юных спортсменов при организации и проведении занятий силовой направленности?
23. Каково соотношение объема тренировочной работы общей и специальной силовой направленности на этапах многолетней подготовки юных ватерполистов?
24. Какие тренажеры и устройства применяются для силовой подготовки юных спортсменов?

25. Приведите возрастные границы сенситивного периода для развития гибкости для спортсменов разного пола.
26. Какие методы измерения подвижности в суставах применяются на различных этапах многолетней тренировки?
27. Назовите факторы, обуславливающие способности к водному поло.
28. Расскажите о критериях, определяющих уровень спортивных достижений на различных этапах многолетней подготовки.
29. Как, и на основе контроля за какими показателями осуществляется прогнозирование индивидуального развития и спортивной перспективности юных ватерполистов?
30. Как осуществляется оценка перспективности юных ватерполистов?
31. Раскройте понятие о стабильности показателей отбора с точки зрения надежности многолетнего прогноза.
32. Назовите ведущие, с точки зрения перспективности, показатели на каждом этапе спортивного отбора.
33. Обоснуйте цель исследования (на примере собственной дипломной работы).
34. Сформулируйте гипотезу исследования.
35. В чем заключается новизна исследования?
36. В чем заключается практическая значимость исследования?
37. Назовите основные гигиенические требования, предъявляемые к спортивным бассейнам.
38. Как осуществляется эксплуатация очистных сооружений и контроль за качеством воды в бассейне?
39. Какое оборудование необходимо в бассейне для массового обучения плаванию?
40. Какое оборудование необходимо в бассейне для тренировки квалифицированных команд?
41. Какими параметрами должен обладать бассейн для водного поло в соответствии с требованиями FINA?

42. Опишите устройство ватерпольных ворот.
43. Опишите устройство поля для игры в водное поло.
44. Назовите оборудование, необходимое для работы восстановительного центра.
45. Перечислите оборудование, необходимое для научно-исследовательской работы по водному поло.
46. Что представляет собой методический кабинет бассейна?
47. Перечислите основные задачи воспитательной работы с юными ватерполистами.
48. Какие меры следует применять для воспитания у детей гражданственности и патриотизма, высоких моральных качеств, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия?
49. Опишите основные методические приемы, направленные на формирование личности юного спортсмена и мотивации к многолетней напряженной тренировке.
50. Какие приемы применяются для становления спортивного коллектива, развития духа спортивной борьбы, взаимопомощи и сотрудничества?
51. Расскажите о контроле и самоконтроле за состоянием здоровья и уровнем подготовленности занимающихся.

2. Курсовая работа

Примерные темы курсовых работ

1. Анализ тактической деятельности ватерполистов различных игровых амплуа.
2. Анализ тактической деятельности ватерпольных команд различной квалификации.
3. Сравнительный анализ систем командной тактики наступления.
4. Сравнительный анализ систем командной тактики обороны.
5. Анализ групповых тактических наступательных взаимодействий.

6. Взаимосвязь антропометрических показателей и основных технико-тактических показателей соревновательной деятельности.
7. Взаимосвязь волевых качеств личности и спортивных результатов у ватерполистов различного возраста.
8. Взаимосвязь гибкости и параметров техники в водном поло.
9. Анализ групповых тактических оборонительных взаимодействий.
10. Методики обследования соревновательной деятельности в водном поло.
11. Влияние занятий водным поло на осанку спортсменов.
12. Влияние плавания на физическое развитие дошкольников.
13. Влияние стиля работы тренера на психологическое состояние спортсменов-ватерполистов.
14. Влияние уровней физического развития и силовой подготовленности на уровень технико-тактической подготовленности ватерполистов 12-16 лет.
15. Возрастная динамика специальной подготовленности ватерполистов 12 – 16 лет.
16. Возрастные изменения показателей технической подготовленности в водном поло.
17. Возрастные изменения показателей специальной физической подготовленности в водном поло.
18. Зависимость выбора игрового амплуа от показателей телосложения у ватерполистов 14-16 лет.
19. Сравнительный анализ уровня плавательной подготовленности ватерполистов различных игровых амплуа.
20. Квалиметрический анализ тренировочных нагрузок ватерполистов на различных этапах обучения.
21. Критерии отбора детей в водном поло.
22. Особенности методики организации учебно-тренировочного процесса у девушек в водном поло.
23. Обучение плаванию детей младшего школьного возраста.

24. Обучения плаванию юных ватерполистов в группах начальной подготовки ДЮСШ.
25. Особенности обучения плаванию детей различного возраста в условиях глубокого бассейна.
26. Особенности психофизиологического статуса и физической работоспособности ватерполистов.
27. Особенности физического и психологического развития ватерполистов 12-16 лет.
28. Система оценки параметров техники владения мячом в водном поло.
29. Анализ критериев оценки уровня тактико-технической подготовленности юношеских команд 16-18 лет.
30. Анализ критериев оценки уровня тактико-технической подготовленности команд девушек 14-18 лет.
31. Оценка уровня специальной выносливости у ватерполистов различных игровых амплуа.
32. Оценка уровня физического развития и специальной силовой подготовленности ватерполистов различных игровых амплуа.
33. Оценка физического развития и физической подготовленности спортсменов 10-12 лет.
34. Педагогические и физиологические критерии развития выносливости у ватерполистов 12-16 лет.
35. Плавательная подготовка ватерполистов.
36. Планирование тренировочных нагрузок в годичном цикле подготовки квалифицированных команд.
37. Подготовка ватерпольного вратаря.
38. Подготовка игроков обороны.
39. Подготовка игроков нападения.
40. Психологические особенности личности, определяющие надежность и успешность в различных видах игровой соревновательной деятельности.
41. Методика развития скоростно-силовых способностей у ватерполистов.

42. Развитие скоростных способностей на этапах многолетней тренировки в ДЮСШ.
43. Силовая подготовка ватерполистов.
44. Силовая подготовка ватерполисток.
45. Систематизация тренировочных нагрузок юных ватерполистов.
46. Скоростно-силовая подготовленность ватерполистов высокой квалификации.
47. Скоростно-силовая подготовленность ватерполистов учебно-тренировочных групп.
48. Совершенствование техники плавания спортивными способами у ватерполистов.
49. Совершенствование техники плавания тредженом.
50. Совершенствование техники плавания тредженом на спине.
51. Современные тенденции развития водного поло в России и в мире.
52. Соревновательная деятельность мужских квалифицированных команд.
53. Соревновательная деятельность женских квалифицированных команд.
54. Специальная подготовленность ватерполисток различных игровых амплуа.
55. Специальная силовая подготовленность ватерполисток 12-16 лет.
56. Сравнительный анализ антропометрических характеристик ватерполистов и школьников 11-16 лет.
57. Сравнительный анализ системы многолетнего обучения в ватерпольных школах Европы, США и России.
58. Сравнительный анализ технико-тактических особенностей игровой деятельности ватерполисток различных амплуа.
59. Сравнительный анализ технико-тактических особенностей игровой деятельности ватерполистов различных амплуа.
60. Структура подготовленности вратаря в водном поло.
61. Структура подготовленности игрока обороны.
62. Тактическая подготовка игроков обороны.
63. Тактическая подготовка игроков нападения.

64. Тактическая подготовка ватерполистов.
65. Тестирование аэробной и анаэробной работоспособности у ватерполистов.
66. Сравнительный анализ техники спортивных способов плавания и ватерпольных способов передвижения.
67. Техническая подготовка ватерпольных команд.
68. Технология планирования объемов и интенсивности тренировочных нагрузок в годичном цикле.
69. Уровень специальной физической подготовленности и его связь с основными технико-тактическими параметрами у ватерполистов различной квалификации.
70. Физическое воспитание дошкольников посредством плавания и элементов водного поло.
71. Прикладное значение элементов игры в водное поло.
72. Формирование отечественной школы водного поло в XX в.
73. Характеристики соревновательной деятельности команд различных возрастных групп.
74. Хронологические особенности эволюции правил игры в водное поло.
75. Эволюция правил игры и их взаимосвязь с тактикой игры.
76. Эволюция тактики водного поло.
77. Методики оценки качества судейства ватерпольных матчей.
78. Эффективность применения подвижных игр при обучении плаванию детей дошкольного возраста на этапе освоения с водой.
79. Балльная оценка технико-тактических параметров соревновательной деятельности ватерпольных команд
80. Интегральная оценка технико-тактических параметров соревновательной деятельности ватерпольных команд
81. Исследование особенностей внимания ватерполистов высокой квалификации.
82. История современного периода развития отечественной школы водного поло

83. Методика оценки качества судейства в водном поло
84. Влияние занятий водным поло на осанку спортсменов.
85. Критерии отбора детей в водном поло.
86. Скоростно-силовая подготовленность ватерполистов высокой квалификации

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

а) Основная литература:

1. Бомпа, Т.О. Периодизация спортивной тренировки / Т. О. Бомпа, К. Буцичели. – М.: Спорт, 2016. – 384 с.
2. Булгакова Н.Ж. Особенности подготовки юных пловцов / Н.Ж.Булгакова, О.И. Попов, В.В. Смирнов, Т.Г. Фомиченко // Методическое пособие. – М.: Мин.спорт. РФ, ФГБУ, «ФЦПСР», 2013. -140 с.
3. Булгакова, Н.Ж. Игры на воде для обучения и развлечения : метод. рекомендации / Н.Ж. Булгакова ; Всерос. федерация плавания. - М.: спорт, 2016. - 68 с.
4. Никитушкин В.Г. Комплексный контроль в подготовке юных спортсменов : монография / В.Г. Никитушкин. - М.: Физ. культура, 2013. - 198 с.
5. Платонов, В.Н. Периодизация спортивной тренировки : Общ. теория и ее практ. применение / В.Н. Платонов. - Киев: Олимп. лит., [2014]. - 623 с.
6. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте : общ. теория и ее практ. приложения : [учеб. для [тренеров]] : В 2 кн. / В.Н. Платонов. - Киев: Олимп. лит., 2015.
7. Фролов С.Н. Методика начального обучения технике водного поло/ С.Н.Фролов., Н.А. Чистова//Учебное пособие для студентов ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», обучающихся по направлению 49.03.01

- «Физическая культура», профиль «Спортивная подготовка». – М.:РГУФКСМиТ. – 2016. – 119 с.
8. Фролов С.Н. Методики обучения технике водного поло/ С.Н.Фролов., Н.А. Чистова// Курс лекций по ТиМ избранного вида спорта (водное поло) для студентов ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», обучающихся по направлению 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Спортивная подготовка» –М.:РГУФКСМиТ. – 2017. – 62 с.
 9. Фролов С.Н. Этап начальной подготовки юных ватерполистов /методические рекомендации/ для студентов, обучающихся по направлению 49.03.01 «Физическая культура». –М.:РГУФКСМиТ. – 2016. – 82 с.
 - 10.Фролов С.Н.Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта «Водное поло» /С.Н.Фролов., О.И.Попов., Н.А.Чистова// - М.: ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва», 2016. - 240 с.

б) Дополнительная литература:

1. Айрапетьянц Л.Р. Спортивные игры. Техника, тактика, тренировка / Л.Р. Айрапетьянц, М.А. Годик. – Ташкент: изд-во Ибш Сины, 1991.
2. Боген М.М. Обучение двигательным действиям / М.М. Боген. - М.: ФиС., 1985. -195 с.
3. Бриль М. С. Отбор в спортивных играх / М. С. Бриль. - М.: ФиС, 1980.
4. Булгакова Н.Ж. Водные виды спорта / Н.Ж. Булгакова //Учебник для студентов высших учебных заведений/ Под общей редакцией Булгаковой Н.Ж. -М.: «Академия», 2003. -320 с.
5. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса / Ю.В. Верхошанский. - М.: ФиС, 1985. - 176 с.
6. Винник А.Г. Вкус «золотой воды»: Водное поло на Олимпиадах / А.Г. Винник. - М.: Советская Россия, 1980. - 96 с.
7. Водное поло: Правила соревнований / Гос. ком. СССР по физ. культуре и

- спорту. Упр. плавания. Федерация вод. поло СССР. - М.: ФиС, 1988. - 31 с.: ил.
8. Водное поло: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮСШОР и ШВСМ. – М.:Советский спорт, 2005. – 184 с.
 9. Волков Н.И. Биологически активные пищевые добавки в специализированном питании спортсменов / Волков Николай Иванович, Олейников Владимир Иванович. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 80 с.: табл.
 10. Волков Н.И. Закономерности биохимической адаптации в процессе спортивной тренировки : Учеб. пособие для слушателей ВШТа ГЦОЛИФКа / Волков Н.И.; ГЦОЛИФК. - М., 1986. - 64 с.
 11. Воронцов А.Р. Многолетняя подготовка юных пловцов / А.Р. Воронцов // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Актуальные проблемы подготовки квалифицированных пловцов». – М., 2011, – С. 21-35.
 12. Вржесневский И.В. Водное поло / И.В. Вржесневский, П.В. Сахновский. – М.: ФиС, 1961. -168 с.
 13. Гавердовский Ю.К. Обучение спортивным упражнениям : Биомеханика. Методология. Дидактика / Ю.К. Гавердовский. - М.: ФиС, 2007. - 911 с.: ил.
 14. Гильд А. П. Тренировка ватерполиста / А. П. Гильд, Б. А. Гойхман, Ф. М. Тальшев. - М.: ФиС, 1966. – 168 с.
 15. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок / М.А. Годик. - М.: ФиС, 1980. - 136 с.
 16. Гордон С.М. Спортивная тренировка / С.М. Гордон. // науч.-метод. пособие - М.: Физ. культура, 2008. - 250 с.
 17. Гузман, Р. Плавание : упражнения для обучения и совершенствования техники всех стилей / Рубен Гузман ; [пер. с англ. В.М. Боженков] ; предисл. Пабло Моралеса ; [пер. с англ. В.М. Боженков]. - Минск: Попурри, [2013]. - 288 с.

18. Железняк Ю.Д. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения / Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений // Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов. – М.: Академия, 2004. – 517 с.
19. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена : основы теории и методики воспитания / В.М. Зациорский. - [3-е изд.]. - М.: Сов. спорт, 2009. - 199 с.
20. Кабанов А.С. Мяч на воде / А.С. Кабанов. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 80 с.
21. Капотов П.П. Техника и тактика водного поло / П.П. Капотов. - М.: Воениздат, 1963. - 80 с.
22. Кашкин А.А., Фролов С.Н. Планирование плавательной подготовки в годичных циклах на этапах многолетней тренировки в ДЮСШ и СДЮШОР по водному поло / А.А. Кашкин, С.Н. Фролов // Метод. пособие. – ООО «КИНЕФ». – 2007 . – 132 с.
23. Кистяковский А. Ю. Судейство соревнований по водному поло / А. Ю. Кистяковский. - М.: ФиС, 1979.- 96 с.
24. Кистяковский А.Ю. Сильнейшие команды мира по водному поло / А.Ю. Кистяковский - М: Физкультура и спорт, 1985. -110 с.
25. Королёв Н.Н. Мяч на воде /Н.Н. Королёв, И.П. Штеллер. - М.: Физкультура и спорт. -1956. -24 с.
26. Куликов Л.М. Управление спортивной тренировкой: системность, адаптация, здоровье / Л.М. Куликов // Урал. гос. акад. физ. культ. - М.: ФОН, 1995. - 394 с.: табл.
27. Ланда Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности / Б.Х. Ланда - М.: Советский спорт, 2004. - 207 с.
28. Лафлин Т. Как рыба в воде : Эффективные техники плавания, доступные каждому - М.: Манн, Иванов и Фербер, 2012. - 216 с.

- 29.Лафлин, Т. Как рыба в воде : Эффектив. техники плавания, доступ. каждому / Терри Лафлин ; пер. с англ., под ред. Максима Буслаева. - М.: Манн, Иванов и Фербер, 2012. - 216 с.
- 30.Люсеро, Б. Плавание : 100 лучших упражнений / Блайт Люсеро. - М.: Эксмо, 2010. - 279 с.
- 31.Малиновский Е.Е.. Анализ методики начального обучения технике владения мячом в водном поло. Выпускная квалификационная работа. – М.: РГУФКСМиТ, 2013.
- 32.Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л.П. Матвеев // Уч.пособие для студентов и преподавателей вузов физического воспитания и спорта, тренеров. – Киев: Олимпийская литература,1999. - 319 с.
- 33.Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев //Учебник для ин-тов физ. культуры. - М: ФиС, 1991. - 543 с.
- 34.Михайлов В.В. Водное поло / В.В. Михайлов, М.М. Рыжак. - М.: Физкультура и спорт, 1977. -96 с.
- 35.Морозов С.Н. Прикладное плавание: учеб. пособие / С.Н. Морозов, Е.А. Табакова // Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2008. - 96 с.: табл.
- 36.Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание / учеб. пособие для студентов, обучающихся по специальности 022500 - Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, 022300 - Физ. культура и спорт, 022400 - Рекреация и спортив.-оздоров. туризм // [Н.Ж. Булгакова [и др.]]. - 2-е изд., стер. - М.: АСADEMIA, 2008. - 429 с.: ил.
- 37.Осипов Л. Говорящие цифры / Л. Осипов, В. Чернов, М. Кочубей // Спортивные игры, - № 10, 1984. -31 с.
- 38.Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под общ. ред. М.Я. Набатниковой. - М.: ФиС, 1982. - 280 с.
- 39.Особенности подготовки спортсменов высокой квалификации : сб. информ. материалов / М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ,

- Федер. гос. учреждение "Центр спортив. подгот. сборных команд России". - М.: ТВТ Дивизион, 2010. - 93 с.
- 40.Плавание / Под ред. Платонова В.Н. - Киев: Олимп. лит., 2000. - 495 с.: ил.
- 41.Плавание. Учебник для институтов физической культуры /Под ред. Н. Ж. Булгаковой. - М.: ФиС, 1984. - 288 с.
- 42.Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов // Учебник для студентов вузов физического воспитания и спорта: доп. М-вом Украины по делам молодежи и спорта. - Киев: Олимпийская литература, 1997. – 583 с.: ил.
- 43.Поджукевич В.П. Водное поло / В.П. Поджукевич, А.А. Ваньков // Наглядное пособие по технике игры, - М.: ФиС,1954. -48 с.
- 44.Райки Бела. Водное поло / Бела Райки // Под редакцией А.Ю. Кистяковского. - Будапешт: Корвина, 1960. – 128 с.
- 45.Рыжак М.М. Водное поло / М.М. Рыжак. - М.: Физкультура и спорт,1977. - 95 с.
- 46.Рыжак М.М. Водное поло. История развития игры в СССР и в России / М.М. Рыжак. – М.: ЗАО «Олимпийская панорама», 2002. – 332 с.
- 47.Сахновский П.В. Водное поло / Учебное пособие для школ тренеров и техникумов физкультуры / П.В. Сахновский, И.В. Вржесневский. – М.: Физкультура и спорт., 1961. -28 с.
- 48.Семенов Л.А. Определение спортивной пригодности детей и подростков. Биологические и психолого-педагогические аспекты / Л.А. Семенов // Учебно-методическое пособие. - М.: Советский спорт., 2005. -142 с.
- 49.Современная система спортивной подготовки / ред. Суслов Ф.П. [и др.]. - М.: [СААМ], 1995. - 446 с.: ил.
- 50.Спортивное плавание. Учебник для вузов физической культуры /Под ред. проф. Н.Ж. Булгаковой. - М.: ФОН, 1996. - 429 с.: ил.

51. Суслов Ф.П. Терминология спорта / Ф.П. Суслов, Д.А. Тышлер // Толковый словарь спортивных терминов. - М.: «СпортАкадемПресс», 2001. - 479 с.
52. Тимакова Т.С. Многолетняя подготовка пловца и ее индивидуализация (биологический аспект) / Т.С. Тимакова. - М.: ФиС - 144 с.
53. Федосов В.Г. Экспериментально-педагогическое исследование формирования двигательных навыков в водном поло / В.Г. Федосов. Автореферат кандидатской диссертации, 1964.
54. Физическое воспитание. Программа для общеобразовательной школы. - М.: «Просвещение», 1978.
55. Филин В. П. Основы юношеского спорта / Филин В.П., Фомин Н.А. - М.: ФиС, 1980. – 255 с.: табл.
56. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта : учеб. пособие для ин-тов и техникумов физ. культуры : доп. Гос. ком. СССР по физ. культуре и спорту / В.П. Филин. - М.: ФиС, 1987. - 128 с.
57. Фомин Н. А. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Н. А. Фомин // Под общей ред. проф. М. Я. Набатниковой. - М., ФиС, 1982. – 280 с.: ил.
58. Фролов С.Н. Водное поло. Примерные программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / С.Н. Фролов, О.И Попов., Н.А. Чистова, - М.: Советский спорт., 2005. - 182 с.
59. Фролов С.Н. Методика начального обучения технике владения мячом в водном поло / С.Н Фролов // Метод.разработки. - М.: Альянс-Н, 1996. - 60 с.
60. Фролов С.Н. Методики начального обучения технике водного поло / С.Н.Фролов., Н.А. Чистова// Курс лекций по ТиМ избранного вида спорта (водное поло) для студентов ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»,

обучающихся по направлению 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Спортивная подготовка» –М.:РГУФКСМиТ. – 2017. – 62 с.

- 61.Фролов С.Н. Проблемы методики начального обучения юных ватерполистов технике спортивных способов плавания /С.Н.Фролов, Н.А.Чистова // Детский тренер.– 2015. – №4. - С. 46-58.
- 62.Фролов С.Н. Современные тенденции применения обучающих технологий при освоении арсенала технических действий в водном поло /С.Н.Фролов, Н.А.Чистова // Актуальные проблемы социально-гуманитарных знаний. Сборник статей. – М.: Издательство «Перо»; Красково: «Гуманитарно-социальный университет», 2016. – С.142-150.
- 63.Фролов С.Н. Спортивно-педагогическая школа отечественного водного поло: поиск путей совершенствования/С.Н.Фролов., Н.А.Чистова// В сборнике 1 Всероссийской науч-практ конфер с междунар участием «Научно-педагогические школы в сфере спорта и физического воспитания». –М.:ФГУФКСМиТ, 2016. С.152-157.
- 64.Фролов С.Н.. Прикладная направленность водного поло/С.Н.Фролов., Н.А.Чистова// Материалы Междунар. научно-практ.конф. «Спортивно-массовая работа и студенческий спорт: возможности и перспективы». - СПб.: ФГБОУВО «СПбГУПТД», 2016. - С.122-129.
- 65.Чернов В.Н., Голомазов С.В., Кочубей, М.И. Контрольные тесты показателей технической и специальной плавательной подготовленности ватерполистов в процессе многолетней подготовки : метод. рекомендации. - М.: Б. и., 1988. - 25 с.
- 66.Чернов, В.Н. Особенности подготовки спортсменов-ватерполистов в учебно-тренировочных группах ДЮСШ : метод. разраб. для студентов ГЦОЛИФКа. - М.: Б. и., 1988. - 33 с.
- 67.Шагаев Э.М. Методика совершенствования временных характеристик технико-тактических действий у юных ватерполистов: Автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.04 / Э.М. Шагаев, [Узбекский гос. инст. физ. культ.]. – Ташкент, 1990.

- 68.Шварц В.Б. Медико-биологические аспекты спортивной ориентации и отбора / В.Б. Шварц, С.В. Хрущев. - М.: ФиС, 1984. – 151 с.
- 69.Штеллер И.П. Водное поло / И.П. Штеллер // Учебник для институтов физ. Культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1981. -200 с.
- 70.Штеллер И.П. Наступление - тактика победы / И.П. Штеллер. - М: Физкультура и спорт, 1968. -140 с.
- 71.Штеллер И.П. Тактика водного поло / И.П. Штеллер. – М.: ФиС,1952. - 135 с.
- 72.Штеллер, И.П. Исследование тактики нападения с созданием численного превосходства в советской школе водного поло : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Штеллер И.П.; ГЦОЛИФК. - М., 1964. - 21 с.

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

1. Всемирные сайты водного поло <http://vizilabda.lap.hu/>
2. Официальный сайт FINA <http://www.fina.org/>
3. Официальный сайт Европейской федерации плавания LEN – <http://www.lenweb.org/main.php>
4. Официальный сайт Федерации водного поло России – <http://www.waterpolo.ru/>
5. www.moswaterpolo.ru
6. www.waterdoworkld.com
7. www.sports123.com
8. www.omegatiming.com
9. База данных олимпийской статистики <http://www.sports-reference.com>

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

1. Операционная система – Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - AdobeAcrobatDC.
5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Динамометрическая установка для определения силы тяги, развиваемой на суше и в воде.
2. Спидограф для определения изменений внутрицикловой скорости плавания.
3. Передвижная видеоустановка «Дельфин» для визуальной оценки подводной части гребковых движений в плавании.
4. Видеокамера для фиксации и оценки технико-тактических параметров игровой деятельности.
5. Бокс для подводной видеосъёмки техники.
6. «Биокинетик» - тренажер для оценки специальной работоспособности.
7. Антропометр.
8. Калипер (измеритель кожно-жировой прослойки).
9. Динамометр становой.
10. Тренажер Хьюттеля-Мертенса для развития и оценки уровня развития специфической силы и работоспособности.
11. Тренажер «Скайлинк» для развития специфических качеств пловца и коррекции техники движений в плавании.

- 12.Монитор сердечного ритма «Polar S 610», 10 штук.
- 13.Перекладина пристенная.
- 14.Видеокамера «Samsung 1400»
- 15.Многофункциональный тренажер для развития силы ведущих групп мышц.
- 16.Многофункциональная система регистрации времени «Colorado Spring».
- 17.Компьютеры: 3 ноутбука, 3 системных блока.
- 18.Видеопроектор Acer.
- 19.Компьютерная программа обследования соревновательной деятельности «Профиль».
- 20.Макет ватерпольного поля.
- 21.Игровое оборудование и инвентарь для водного поло.
- 22.Компьютерная программа обследования соревновательной деятельности «Профиль».
- 23.Макет ватерпольного поля.
- 24.Игровое оборудование и инвентарь для водного поло.

Информационная справка

**по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (Водное поло)»
для студентов института спорта и физического воспитания 1 курса,
4б группы направление подготовки «Физическая культура» профиль
«Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной и заочной формы
обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло.

Сроки изучения дисциплины: 1 - 2 семестр очная форма обучения, 2-4 семестр заочная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: *зачет, экзамен*

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

1 семестр

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1.	Введение в предмет (опрос)	В течение семестра	5
2.	История развития водного поло (презентация, доклад, тестирование)		10
3.	Подготовка индивидуального задания по организации и судейству соревнований. Положение о соревновании. Карточка спортсмена. Техническая заявка		10
4.	Основы техники плавания и водного поло		10
5.	Предупреждение травм, несчастных случаев и заболеваний (опрос)		5
6.	Техника владения мячом (реферат, доклад, опрос)		20
7.	Посещение занятий		20
8.	Зачет		20
Итого			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Реферат по теме «История водного поло»	5

2	Доклад по выбранным темам «Техника водного поло»	5
3	Тестирование по модулю «Судейство соревнований»	5
4	Доклад по теме «Основы техники плавания и водного поло»	5
5	Реферат на тему: «Техника безопасности на занятиях в бассейне»	5
6	Доклад по теме «Техника владения мячом»	5

2 семестр

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1.	Техника способов передвижения ватерполистов (реферат, доклад, опрос)	В течение семестра	15
2.	Техника специальных приемов игрового плавания (реферат, доклад, опрос)		15
3.	Техника спортивных способов плавания: Карта оценки техники + фото, видео + картотека упражнений+ ошибки и их исправление		15
4.	Техника атакующих и оборонительных единоборств (реферат, доклад, опрос)		15
5.	Прикладное плавание, доврачебная помощь (выполнение нормативов)		15
6.	Посещение занятий		10
	Экзамен		15
	Итого		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Защита реферата «Техника способов передвижения ватерполистов»	5
2	Защита реферата «Техника специальных приемов игрового плавания»»	5
3	Защита реферата «Техника спортивных способов плавания»	5
4	Защита реферата «Техника атакующих и оборонительных единоборств»	5
5	Защита реферата по теме «Доврачебная помощь» Демонстрация навыков первой помощи	5
6	Презентация по теме «Прикладное плавание», демонстрация навыков прикладного плавания	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

– Также предусмотрены дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия.

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

Шкала итоговых оценок успеваемости по дисциплине, заканчивающейся 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 «Теория и методика избранного вида спорта (Водного поло)» для студентов института спорта и физического воспитания 2 курса, 4б группы направление подготовки «Физическая культура» профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной и заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло

Сроки изучения дисциплины: 3,4 семестры - очная форма обучения; 5,6 - заочная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: *зачет, экзамен*

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

3 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения	Максимальное кол-во баллов
1	Реферат по теме Эволюция методов обучения. Общие основы обучения и воспитания.	<i>В течение семестра</i>	5
2	<i>Тест-опрос по теме «Обучение и тренировка единый воспитательный процесс.»</i>		5
3	Круглый стол по теме «Методика обучения технике водного поло»		10
4	<i>Доклад «Эволюция методики обучения технике водного поло. Изучение практического опыта работы по обучению в нашей стране и за рубежом»</i>		10
5	<i>Реферат «Классификация средств обучения плаванию их характеристика»</i>		5
6	<i>Деловая игра «Игры и развлечения в воде, игры на погружение, всплытие, лежание на воде, открывание глаз в воде, скольжение выдох в воду. Игры типа «убегай-догоняй», с мячом, с элементами прикладного плавания, эстафеты, командные игры»</i>		10
7	<i>Доклад «Средства и методы обучения плаванию»</i>		5
8	<i>Доклад «Классификация тактики водного поло»</i>		5
9	<i>Коллоквиум по теме «Планирование и организация обучения. Факторы, определяющие программу обучения водному поло: задачи, стоящие перед курсом обучения; продолжительность курса; контингент занимающихся, подготовленность; возраст; условия для занятий.»</i>		10
10	<i>Реферат на тему «Общие основы тактики водного поло»</i>		5

11	Посещение занятий		10
	Зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Написание реферата по теме «Имитационные, подготовительные и подводные упражнения для обучения технике водного поло»	10
2	Реферат по теме Эволюция методов обучения. Общие основы обучения и воспитания.	10
3	Написание теста по теме «Игры и развлечения в воде, игры на погружение, всплытие, лежание на воде, открывание глаз в воде, скольжение выдохом в воду. Игры типа «убегай-догоняй»»	10
4	Написание теста по теме «Упражнения для изучения техники плавания: движения ногами, руками дыхание, согласование движений при плавании спортивными способами по программе для массового обучения в США»	5
5	Реферат по теме «Методика обучения технике водного поло»	5
6	Написание реферата по теме «Особенности методики обучения технике владения мячом»	5
7	Доклад по теме «Особенности методики обучения технике передвижений ватерполистов»	5
8	Доклад по теме «Классификация тактики водного поло»	10
9	Доклад по ВКР	10
10	Доклад по теме «Особенности методики обучения технике передвижений и специальным приемам игрового плавания»	5
11	Написание реферата по теме «Общие основы тактики водного поло»	5

4 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Реферат по теме «Особенности методики обучения тактике водного поло»	<i>В течение семестра</i>	5
2	Доклад на тему : «Обучение тактике водного поло»		5
3	<i>Реферат: «Классификация тактики водного поло»</i>		10
4	<i>Тест-опрос по теме «Индивидуальная тактика наступления»</i>		5
5	<i>Тест-опрос по теме «Групповая тактика наступления»</i>		10
6	<i>Тест-опрос по теме «Командная тактика наступления»</i>		10

7	Написание реферата по теме «Индивидуальная тактика обороны»		10
8	Написание реферата по теме « Групповая тактика обороны»		5
9	Написание реферата по теме «Командная тактика обороны»		5
10	Доклад «Методика подбора упражнений, выявления, анализа и устранения ошибок тактики»		5
11	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Реферат по теме «Особенности методики обучения тактике водного поло»	10
2	Доклад на тему : «Классификация тактики водного поло»	10
3	Реферат: «Тактика водного поло»	10
4	Тест-опрос по теме «Индивидуальная тактика наступления»	5
5	Тест-опрос по теме «Групповая тактика наступления»	5
6	Тест-опрос по теме «Командная тактика наступления»	5
7	Написание реферата по теме «Индивидуальная тактика обороны»	5
8	Написание реферата по теме « Групповая тактика обороны»	10
10	Написание реферата по теме «Командная тактика обороны»	5
11	Доклад на тему «Методика подбора упражнений, выявления, анализа и устранения ошибок тактики»	5

Специфика использования дидактических принципов при обучении.

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, 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 Теория и методика избранного вида спорта (Водное поло) для студентов института спорта и физического воспитания 3 курса, 4б группы направление подготовки «Физическая культура» профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной и заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5,6 семестры - очная форма обучения;
7,8 – заочная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: зачет, экзамен

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ 5 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Реферат по теме «Основы построения спортивной тренировки квалифицированных ватерполистов»</i>	В течение семестра	15
2	<i>Тест-опрос по теме «Развитие выносливости»</i>		15
3	<i>Деловая игра «Развитие силовых способностей»</i>		10
4	<i>Тест-опрос по теме «Развитие скоростных способностей»</i>		10
5	<i>Написание 1, 2 главы курсовой работы</i>		20
6	<i>Посещение занятий</i>		10
	Зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Написание реферата «Основы построения спортивной тренировки квалифицированных ватерполистов»</i>	10
2	<i>Тест по теме «Развитие выносливости»</i>	10
3	<i>Написание реферата «Развитие силовых способностей»</i>	10
4	<i>Тест по теме «Развитие скоростных способностей»</i>	10
5	<i>Представить 1-2 главу курсовой работы</i>	10

6 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля	Сроки	Максимальное
---	---	-------	--------------

	успеваемости	проведения на очной форме обучения	кол-во баллов
1	<i>Написание курсовой работы</i>	В течение семестра	20
2	<i>Тест-опрос по теме «Развитие скоростных и координационных способностей»</i>		5
3	<i>Круглый стол «Развитие подвижности в суставах и гибкости»</i>		5
4	<i>Коллоквиум «Техническая подготовка ватерполистов»</i>		5
5	<i>Доклад «Тактическая подготовка ватерполистов»</i>		10
6	<i>Реферат по теме «Психологическая подготовка ватерполистов»</i>		10
7	<i>Доклад по курсовой работе «Основы НИР»</i>		15
8	<i>Посещение занятий</i>		10
	Экзамен		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Тест по теме «Развитие координационных способностей»</i>	10
2	<i>Написание реферата «Развитие подвижности в суставах и гибкости»</i>	5
3	<i>Написание реферата «Техническая подготовка ватерполистов»</i>	5
4	<i>Написание реферата «Тактическая подготовка ватерполистов»</i>	5
5	<i>Написание реферата «Психологическая подготовка ватерполистов»</i>	5
	<i>Написание курсовой работы</i>	20

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, 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 Теория и методика избранного вида спорта (Водное поло) для студентов института спорта и физического воспитания 4 курса, 4б группы направление подготовки «Физическая культура» профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной и заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7,8 семестры - очная форма обучения;
9,10 – заочная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: зачет, экзамен

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ 7 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения	Максимальное кол-во баллов
1	Реферат по теме «Общая характеристика многолетней спортивной подготовки»	В течение семестра	10
2	Тест-опрос по теме «Задачи и содержание этапов многолетней подготовки»		10
3	Деловая игра «Построение спортивной тренировки ватерполистов на этапах многолетней подготовки»		10
4	Доклад «Формирование технического мастерства ватерполистов»		10
5	Круглый стол по теме «Возрастные особенности развития выносливости»		10
6	Деловая игра «Возрастные особенности развития силовых и скоростных способностей»		10
7	Доклад «Возрастные особенности развития подвижности в суставах и гибкости»		10
8	Посещение занятий		10
	Зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Написание реферата по теме «Общая характеристика многолетней спортивной подготовки»	10
2	Написание теста по теме «Задачи и содержание этапов многолетней подготовки»	10

3	<i>Написание теста по теме «Построение спортивной тренировки ватерполистов на этапах многолетней подготовки»</i>	10
4	<i>Написание теста по теме «Формирование технического мастерства ватерполистов»</i>	5
5	<i>Написание реферата по теме «Возрастные особенности развития выносливости»</i>	5
6	<i>Написание реферата по теме «Возрастные особенности развития силовых и скоростных способностей»</i>	5
7	<i>Написание реферата по теме «Возрастные особенности развития подвижности в суставах и гибкости»</i>	5

8 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Защита реферата, опрос «Спортивный отбор ватерполистов в процессе многолетней подготовки»</i>		20
2	<i>Написание и Предзащита ВКР</i>		30
3	<i>Коллоквиум по теме «Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса по водному поло»</i>		10
4	<i>Написание реферата по теме «Воспитательная работа с ватерполистами»</i>		10
5	<i>Посещение занятий</i>		10
	Экзамен		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Доклад по теме «Спортивный отбор ватерполистов в процессе многолетней подготовки»</i>	10
2	<i>Написание и Доклад по ВКР</i>	20
3	<i>Доклад по теме «Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса по водному поло»</i>	10
4	<i>Написание реферата по теме «Воспитательная работа с ватерполистами»</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)».

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом

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

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



Институт спорта и физического воспитания

**Кафедра теории и методики спортивного и синхронного плавания,
акваэробики, прыжков в воду и водного поло**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б.1.Б.20 ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА
(ВОДНОЕ ПОЛО)»**

Направление подготовки: 49.03.01 «Физическая культура»

Профиль: «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2016

Москва – 2017

1. Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, 1692 академических часов.

2. Семестры освоения дисциплины: 1-8 очная форма обучения, 1-10 заочная форма обучения.

Целью дисциплины является подготовка выпускника к профессиональной деятельности преподавателя-тренера по водному поло, прежде всего – массового детско-юношеского спорта, к организации оздоровительных видов физкультурно-спортивной деятельности, применению профессионально-прикладных элементов водного поло при различных формах организации занятий по физическому воспитанию; способствовать формированию творческой, самостоятельно мыслящей личности, способной к организации своей жизни, руководствующейся в своей деятельности мотивами ответственности.

Дисциплина предназначена для студентов по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура».

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине наименование	Этап формирования компетенции		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-3	<i>Знать:</i> основы теории физической культуры и теории спорта, особенности тренировочной и соревновательной деятельности в спортивном плавании, основные положения стандарта по спортивной подготовке в водном поло	5		7
	<i>Уметь:</i> определять наиболее значимые аспекты подготовки в водном поло, осуществлять планирование тренировочных занятий в спортивном плавании на основе положений теории и методики физической культуры и стандартов спортивной подготовки	6		8
	<i>Владеть:</i> навыками рационального построения и перспективного планирования тренировочного процесса и	6		8

	соревновательной деятельности в водном поло			
ОПК-6	<i>Знать:</i> основы теории физической культуры и теории спорта, особенности тренировочной и соревновательной деятельности в спортивном плавании, основы лечебной физической культуры, массажа, формы и виды рекреационно-оздоровительной деятельности	3		5
	<i>Уметь:</i> составлять программы тренировочных занятий с оздоровительной направленностью при работе с различным контингентом	4		6
	<i>Владеть:</i> навыками работы оздоровительной направленности средствами водного поло, учета особенностей их применения при работе с различным контингентом	4		6
ОПК-8	<i>Знать:</i> правила судейства соревнований по базовым видам спорта и водному поло, порядок организации и проведения соревнований по базовым видам спорта и водному поло	1		2
	<i>Уметь:</i> проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и водному поло на высоком уровне	2		3
	<i>Владеть:</i> навыками организации и проведения соревнований по базовым видам спорта и водному поло на высоком уровне в различных условиях, осуществлять объективное и непредвзятое судейство соревнований, обеспечивать безопасность участников и судей при проведении соревнований	2		4
ОПК-11	<i>Знать:</i> основы научно-методической деятельности, основы работы с математическими методами обработки данных, основы применения научного оборудования и специфику работы с ним	7		9
	<i>Уметь:</i> выбирать методы и средства научного познания исходя из поставленных задач и целей тренировочной и соревновательной деятельности, оценивать полученные результаты с помощью методов математической статистики	7		9
	<i>Владеть:</i> навыками применения научных методов в профессиональной деятельности, объективного анализа полученной информации, перспективного прогнозирования на основе полученных данных	8		10
ПК-8	<i>Знать:</i> 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.	5		7
	<i>Уметь:</i> использовать на занятиях избранным видом спорта знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки; соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности.	6		8
	<i>Владеть:</i> умениями осуществлять тренерскую	6		8

	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	<i>Знать:</i> основы психологии и психологии физической культуры, педагогики, особенности тренировочной и соревновательной деятельности в водном поло, основы спортивной этики и честной спортивной борьбы, положения олимпизма;	5		7
	<i>Уметь:</i> осуществлять профессиональную деятельность на основе честной конкуренции, воспитывать морально-волевые качества, формировать положительное отношение к занятиям	6		8
	<i>Владеть:</i> навыками психологической коррекции и формирования высокого уровня волевых и моральных качеств	6		8
ПК-10	<i>Знать:</i> основы проведения спортивного отбора, эффективные методики определению антропометрических, физических и психических особенностей, возрастные и половые особенности	7		9
	<i>Уметь:</i> рационально подходить к выбору средств и методов отбора в водном поло, эффективно применять их в профессиональной деятельности, осуществлять спортивный отбор построенный на объективной и комплексной оценке исходных данных	7		9
	<i>Владеть:</i> навыками применения современных методик и подходов к проведению спортивного отбора в водном поло, проводить грамотную профориентацию на основе полученных данных	8		10
ПК-11	<i>Знать:</i> основы теории спорта, особенности планирования и структуры тренировочной и соревновательной в детско-юношеском спорте, основные положения стандарта по спортивной подготовке в водном поло	7		9
	<i>Уметь:</i> выбирать средства и методы подготовки в избранном виде спорта, эффективно осуществлять планирование тренировочного процесса при работе с данным контингентом, оценивать результаты профессиональной деятельности	7		9
	<i>Владеть:</i> навыками оперативной коррекции тренировочных планов, дифференцированного подхода к выбору средств и методов подготовки и составлению программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта	8		10
ПК-13	<i>Знать:</i> основы теории физической культуры и теории спорта, особенности тренировочной и соревновательной деятельности в водном поло, основы комплексного контроля физической подготовленности	5		7
	<i>Уметь:</i> определять наиболее эффективные средства и методы управления спортивной формой в водном поло,	6		8

	обоснованно применять их на практике			
	<i>Владеть:</i> навыками эффективного поиска и применения современных технологий управления спортивной формой на различных этапах подготовки, объективного контроля и коррекции главных параметров тренировочного процесса	6		8
ПК-14	<i>Знать:</i> основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта; средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта.	2		4
	<i>Уметь:</i> совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.	2		4
	<i>Владеть:</i> в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство	2		4
ПК-15	<i>Знать:</i> средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.	2		4
	<i>Уметь:</i> осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.	2		4
	<i>Владеть:</i> навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности; средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности; организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия.	2		4
ПК-26	<i>Знать:</i> требования ГОСтов, технических стандартов, САНПина к материально-техническому обеспечению, особенности обеспечения физкультурно-спортивных организаций специализированных оборудованием и инвентарем	3		5
	<i>Уметь:</i> рационально подходить к выбору наличествующего инвентаря и оборудования, эффективно применять его в профессиональной деятельности, осуществлять за ним качественный уход; выбирать необходимое оборудования, экипировку и инвентарь, исходя из их технических характеристик, оценивать предлагаемые аналоги	4		6
	<i>Владеть:</i> навыками безопасной и эффективной работы, качественного ухода за применяемым в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем; планирования оснащения имеющейся в распоряжении физкультурно-спортивной организации	4		6

	материально-технической базы.			
ПК-28	<i>Знать:</i> основы теории физической культуры и теории спорта, особенности тренировочной и соревновательной деятельности в водном поло	3		5
	<i>Уметь:</i> анализировать существующие тенденции и проблемы в физической культуре и спорте, и находить пути и средства их решения, осуществлять методически обоснованный анализ существующих противоречий и находить пути решения	3		5
	<i>Владеть:</i> навыками анализа и корректной интерпретации выявленных актуальных проблем в водном поло, применения полученных данных в профессиональной деятельности	4		6
ПК-30	<i>Знать:</i> основы научно-методической деятельности, основы логики научного мышления, основные положения стандарта по спортивной подготовке в водном поло	7,8		9,10
	<i>Уметь:</i> определять наиболее оптимальные средства и методы научных исследований, для решения поставленных практических задач	7,8		9,10
	<i>Владеть:</i> навыками грамотного и дифференцированного подхода к определению наиболее значимых для профессиональной деятельности практических и теоретических данных, полученных в результате научного исследования	7,8		9,10

1.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	Раздел 1. Теоретические и организационно-методические основы профессиональной деятельности		8	24	103		
2	1.1. Введение в предмет	1	2	4	26		
3	1.2. История развития водного поло	1	2	6	26		
4	1.3. Предупреждение травм, несчастных случаев и заболеваний	1	2	8	26		
5	1.7. Организация и судейство соревнований	1	2	6	25		

6	Раздел 2. Техника водного поло		6	42	60		
7	2.1. Основы техники плавания и водного поло	1	2	18	30		
8	2.2. Техника владения мячом	1	4	24	30		
9	Итого за 1-й семестр		14	66	163		
10	Раздел 2. Техника водного поло		16	66	129		
11	2.3. Техника способов передвижения ватерполистов	2	4	18	32		
12	2.4. Техника специальных приемов игрового плавания	2	4	16	32		
13	2.5. Техника спортивных способов плавания	2	4	16	32		
14	2.6. Техника оборонительных и атакующих единоборств	2	4	16	33		
15	Раздел 1. Теоретические и организационно-методические основы профессиональной деятельности		6	12	41		
16	1.8. Прикладное плавание	2	6	12	41		
17						9	Экзамен
18	Итого за 2-й семестр		22	78	170	9	
19	Всего за 1-й курс		36	144	333	9	
20	Раздел 3. Обучение технике водного поло		16	54	35		
21	3.1. Теоретические и методические основы обучения. Эволюция методики обучения	3	4	10	10		
22	3.2. Особенности методики обучения технике передвижений и специальным приемам игрового плавания	3	4	12	9		
23	3.3 Особенности методики обучения технике владения мячом	3	4	18	8		
24	3.4. Организация и планирование процесса обучения плаванию	3	4	14	8		
25	Раздел 4. Тактика водного поло		2	18	10		
26	4.6. Общие основы тактики водного поло	3	2	18	10		
27	Итого за 3-й семестр		18	72	45		
28	Раздел 4. Тактика водного поло		14	72	76		
29	4.7. Особенности методики обучения тактике водного поло	4	2	10	10		
30	4.8. Индивидуальная тактика наступления	4	2	18	10		
31	4.1. Групповая тактика наступления	4	2	10	10		
32	4.2. Командная тактика наступления	4	2	18	10		
33	4.3. Индивидуальная тактика обороны	4	2	8	12		
34	4.4. Групповая тактика обороны	4	2	4	12		
35	4.5. Командная тактика обороны	4	2	4	12		
36						9	Экзамен
37	Итого за 4-й семестр		14	72	76	9	
38	Всего за 2-й курс		32	144	121	9	
39	Раздел 5. Содержание тренировки квалифицированных ватерполистов		28	64	160		
40	5.1. Основы построения спортивной тренировки квалифицированных ватерполистов	5	8	18	40		
41	5.2. Развитие выносливости	5	8	18	40		
42	5.3. Развитие силовых способностей	5	6	16	40		

43	5.4. Развитие скоростных способностей	5	6	12	40		
44	Итого за 5-й семестр		28	64	160		
45	Раздел 5. Содержание тренировки квалифицированных ватерполистов		8	42	76		
46	5.5. Развитие подвижности в суставах и гибкости	6	2	12	20		
47	5.6. Техническая подготовка ватерполистов	6	2	10	20		
48	5.7. Тактическая подготовка ватерполистов	6	2	10	18		
49	5.8. Психологическая подготовка ватерполистов	6	2	10	18		
50	Раздел 1. Теоретические и организационно-методические основы профессиональной деятельности			10	17		
51	1.4. Основы научно-исследовательской деятельности	6		10	17		
52						9	Экзамен, курсовая работа
53	Итого за 6-й семестр		8	52	93	9	
54	Всего за 3-й курс		36	116	253	9	
55	Раздел 6. Многолетняя спортивная тренировка в водном поло		18	62	172		
56	6.1. Общая характеристика многолетней спортивной подготовки	7	2	6	22		
57	6.2. Задачи и содержание этапов многолетней подготовки	7	2	8	22		
58	6.3. Построение спортивной тренировки юных ватерполистов на этапах многолетней подготовки	7	2	8	22		
59	6.4. Формирование технического мастерства ватерполистов	7	2	8	22		
60	6.5. Возрастные особенности развития выносливости	7	2	8	22		
61	6.6. Возрастные особенности развития силовых и скоростных способностей	7	2	8	20		
62	6.7. Возрастные особенности развития подвижности в суставах и гибкости	7	2	8	20		
63	6.8. Спортивный отбор ватерполистов в процессе многолетней подготовки	7	4	8	22		
64	Итого за 7-й семестр		18	62	172		
65	Раздел 1. Теоретические и организационно-методические основы профессиональной деятельности		18	58	113		
66	1.5. Научно-исследовательская работа в водном поло	8	6	14	37		
67	1.6. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса по водному поло	8	4	16	36		
68	1.9. Профессионально-педагогическое мастерство тренера	8	4	14	20		
69	1.10. Воспитательная работа с ватерполистами	8	4	14	20		