

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 методика тяжелоатлетических видов спорта
им.А.С.Медведева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта
(тяжелотлетические виды спорта)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *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
ТиМ ТАВС им. А.С. Медведева
Протокол № 25 от 27 апреля 2017 г.

Составители:

Баюрин Александр Александрович, старший преподаватель кафедры ТиМ
тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Фролов Валентин Иванович, к.п.н., доцент кафедры ТиМ
тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины **«Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта)»** является – обеспечить освоение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), училищах олимпийского резерва (УОР), и средних специальных учебных заведениях, владеющих теоретическими знаниями научных достижений в нашей стране и за рубежом и умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации.

Дисциплина преподается на русском языке.

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

Учебная дисциплина **«Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта)»** 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 тяжелоатлетических видов спорта.

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, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП направления подготовки 49.03.01 Физическая культура

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения (ускр)
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 тяжелоатлетического спорта.			2-8
	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде тяжелоатлетического спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.			2-8
	Владеть: - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в избранном виде тяжелоатлетического спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта			4-8
ОПК-6	Знать: – состав средств и методов избранного вида спорта при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста.			1, 2, 3
	Уметь: – 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 4,6
	Владеть: – навыками формирования здорового образа жизни средствами избранного вида спорта; построения тренировочных программ оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов			4,6

ОПК-8	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – правила соревнований по избранному виду тяжелоатлетического 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, 5, 7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – организовывать и проводить соревнования различного уровня; – осуществлять объективное судейство соревнований; – обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований. 			1, 2, 5, 6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований. 			2, 6, 8
ОПК-11	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы научно-методической деятельности в тяжелоатлетических видах спорта; - 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 			2-8
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта - применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта; - интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности; - применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы. 			2, 3, 4, 5, 6
	<p>Владеть:</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. 			4, 5, 6, 8
ПК-8	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; - медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в избранном виде спорта; - санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта. 			1-8
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать на занятиях избранным видом спорта знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки; 			1, 2, 3, 4, 6, 7, 8

	- соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности.			
	Владеть: - 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.			2, 4, 5, 6, 8
ПК-9	Знать: - психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям избранным видом спорта; - методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.			4, 5, 7, 8
	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.			4, 6, 8
	Владеть: - умением формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта; - методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.			5, 6, 8
ПК-10	Знать: - теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; - методики отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся			1, 3, 5, 6, 7, 8
	Уметь: - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - определять предрасположенность к занятиями определенными видами спорта; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.			2, 3, 4, 5, 7, 8
	Владеть: умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.			4, 5, 6, 7, 8
ПК-11	Знать: - федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта, примерные программы подготовки по виду спорта; - закономерности становления спортивного мастерства и формирования адаптационных процессов в ведущих			1-8

	<p>функциональных системах;</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание тренировочного процесса на этапах детско-юношеского и массового спорта; - медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку на этапах детско-юношеского и массового спорта; - методы планирования тренировочного процесса. 			
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки). 			2-8
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта; - информационными и компьютерными технологиями при разработке документов планирования; - навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности. 			4-8
ПК-13	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды и методы педагогического контроля и учета его результатов; - содержание и организацию педагогического контроля в избранном виде спорта; - актуальные технологии управления состоянием спортсмена. 			1-7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; - пользоваться профессиональным инструментарием для сбора информации; - фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; - находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся. 			2-8
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию. 			4-8
ПК-14	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта. 			1, 2, 3, 5, 6, 7, 8
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями избранного вида спорта 			1, 2, 3, 5, 6, 7, 8

	демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.			
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство. 			2, 4, 8
ПК-15	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; - эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки. 			1, 2, 8
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности. 			1, 2, 3, 4, 5, 8
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности; - средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности. - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия; - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия. 			4, 6, 7, 8
ПК-26	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технологию составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем; - функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки; - методы составления финансовых документов. 			1, 2, 4, 5, 6, 7, 8
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 			2, 4, 5, 7
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками безопасной и эффективной работы и качественного ухода за оборудованием и инвентарем. - навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки. 			2, 5, 6, 8

ПК-28	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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, 5, 6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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, обобщение и оформление результатов исследований; - использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния занимающихся. 			2, 5
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 			6
ПК-30	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы организации научного исследования; - основы научного поиска, обработки и систематизации данных. 			2, 3, 5, 6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов; - использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся. 			2, 3, 4, 5
	<p>Владеть: опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности.</p>			4, 5, 6

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

4.1 Заочное обучение (ускоренное обучение на базе ВО)

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

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

№ раздела/темы	Разделы и темы дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС	Контроль	
1 курс 1 семестр	Всего:258 час	1	6	12	240		Зачет
1	Раздел 1. Общие основы теории ТАВС	1					
1.1	Введение в специализацию	1	1	-	-		
1.2	ТАВС в системе физического воспитания РФ	1	1	-	20		
1.3	История развития ТАВС	1	1	-	10		
1.4	Объективные и субъективные условия спортивной деятельности в ТАВС	1	-	1	24		
1.5	Анализ состояния и тенденции развития ТАВС на современном этапе в России и мире	1	-	1	24		
1.6	Правила соревнований в тяжелоатлетических видах спорта	1	-	2	26		
1.7	Классификация, систематика и терминология в ТАВС	1	1	1	20		
1.8	Техника безопасности в ТАВС	1	-	1	26		
2	Раздел 2. Техника выполнения упражнений в ТАВС	1					

2.1	Теоретические основы техники тяжелоатлетических упражнений	1	1	-	24		
2.2	Техника упражнений в тяжелой атлетике	1	1	6	66		
I курс 2 семестр	Всего: 228 часов	2	-	12	207	9	Экзамен
2	Раздел 2. Техника выполнения упражнений в ТАВС	2					
2.1	Теоретические основы техники тяжелоатлетических упражнений	2	-	1	25		
2.2	Техника упражнений в тяжелой атлетике	2	-	2	30		
2.3	Техника упражнений в пауэрлифтинге	2	-	4	36		
2.4	Техника упражнений в гиревом спорте	2	-	2	36		
2.5	Техника упражнений в бодибилдинге	2	-	2	36		
3	Раздел 3. Научно-исследовательская работа и УИРС	2					
3.1	Введение в НИР и УИРС. Задачи и организация НИР и УИРС в ТАВС	2	-	1	44		
	Подготовка в экзамену	2				9	
Всего за I курс: 486 часов (13,5 зачетных единиц)			6	24	447	9	Зачет, Экзамен
II курс 3 семестр	Всего: 214 часов	3	4	10	200		Зачет
4	Раздел 4. Физические и психические качества в ТАВС	3					
4.1	Методы развития силы мышц в ТАВС	3	1	1	28		
4.2	Методы развития быстроты в ТАВС	3	0,3	1	16		
4.3	Методы развития гибкости в ТАВС	3	0,3	1	16		
4.4	Методы развития координационных способностей в ТАВС	3	0,2	1	16		
4.5	Методы развития выносливости в ТАВС	3	0,2	1	16		
4.6	Структура психики и психические свойства спортсменов ТАВС	3	1	0,5	14		

4.7	Психические процессы и психические качества занимающихся ТАВС	3	-	0,5	14		
4.8	Психические состояния спортсменов ТАВС и пути их регуляции	3	-	0,5	14		
4.9	Психорегулирующие средства восстановления в тренировочном процессе	3	-	0,5	14		
5	Раздел 5. Методика обучения технике выполнения упражнений в ТАВС и её совершенствование	3					
5.1	Общедидактические принципы и методы обучения в ТАВС	3	0,3	-	14		
5.2	Факторы, влияющие на формирование двигательного навыка	3	0,3	1	12		
5.3	Методика обучения технике соревновательных упражнений в ТАВС	3	0,4	2	26		
II курс 4 семестр	Всего:272 час	4	2	10	251	9	Экзамен
6	Раздел 6. Методика планирования	4					
6.1	Структура управления тренировочным процессом	4	0,2	2	25		
6.2	Планирование объёма тренировочной нагрузки в ТАВС	4	0,4	1	30		
6.3	Планирование интенсивности тренировочной нагрузки в ТАВС	4	0,4	1	30		
6.4	Вариативность спортивной тренировки в ТАВС	4	-	1	20		
6.5	Перспективное планирование	4	-	1	30		
6.6	Текущее и оперативное планирование в ТАВС	4	0,3	1	30		
6.7	Контроль и учёт спортивного совершенствования в ТАВС	4	0,3	1	30		
6.8	Планирование применения средств и методов ТАВС для физической подготовки спортсменов разных специализаций	4	0,2	1	32		
6.9	Особенности планирования спортивной работы в вузах и колледжах	4	0,2	1	24		

	Подготовка к экзамену	4	-	-	-	9	
Всего за II курс: 486 часов (13,5 зачетных единиц)			6	20	451	9	Зачет, Экзамен
III курс 5 семестр	Всего:111 часов	5	4	10	97		Зачет
7	Раздел 7. Теория и методика тренировки в ТАВС	5					
7.1	Система отбора в ТАВС	5	1	-	16		
7.2	Планирование спортивной тренировки	5	-	2	20		
7.3	Контроль и учёт спортивного совершенствования	5	-	2	18		
7.4	Организационно-методические особенности подготовки в ТАВС	5	0,5	1	-		
3	Раздел 3. Научно- исследовательская работа и УИРС	5					
3.2	Методы и методики исследования в ТАВС	5	0,5	2	16		
3.3	Курсовая работа и выпускная квалификационная работа: выбор темы, обоснование, методика написания	5	0,5	1	-		
8	Раздел 9. Система управления тренировкой в ТАВС	5					
8.1	Общие основы теории управления	5	0,5	-	-		
8.2	Прогнозирование спортивных результатов	5	-	1	-		
8.3	Моделирование спортивной деятельности	5	1	1	27		
III курс 6 семестр	Всего:177 часов	6	4	10	154	9	Экзамен
8	Раздел 8. Система управления тренировкой в ТАВС	6					
8.3	Моделирование спортивной деятельности	6	1	6	50		
9	Раздел 9. Научно- методические основы подготовки женщин в ТАВС	6					
9.1	Особенности силовой подготовки спортсменов	6	1	1	-		
9.2	Особенности проявления ОМЦ у женщин в ТАВС	6	1	1	40		
9.3	Медико-биологические основы тренировок спортсменов ТАВС	6	0,5	1	32		

9.4	Проблема отбора и возрастных особенностей при подготовке женщин в ТАВС	6	0,5	1	32		
	Подготовка к экзамену	6				9	
Всего за III курс: 288 часов (8 зачетных единиц)			8	20	251	9	Зачет, Экзамен
IV курс 7 семестр	Всего:216 часов	7	4	10	202		Зачет
10	Раздел 10. Медико-биологические проблемы тренировки в ТАВС	7					
10.1	Морфофункциональные особенности спортсменов в ТАВС	7	1	1	22		
10.2	Медико-биологические основы отбора в ТАВС	7	1	1	22		
11	Раздел 11. Теория и методика подготовки атлетов экстра-класса	7					
11.1	Современные представления о критериях и параметрах объема и интенсивности нагрузки в ТАВС	7	0,5	2	26		
11.2	Влияние интенсивных физических нагрузок на адаптивные свойства организма	7	0,5	1	30		
11.3	Цели, задачи и содержание спортивной тренировки	7	1	1	28		
11.4	Основные средства и методы тренировки	7	-	2	26		
11.5	Контроль и учёт спортивного совершенствования	7	-	1	28		
3	Раздел 3. Научно-исследовательская работа и УИРС	7					
3.4	Оформление выпускных квалификационных работ	7		1	20		
IV курс 8 семестр	Всего:216 часов	8	4	10	193	9	Экзамен
12	Раздел 12. Менеджмент в ТАВС	8					
12.1	Менеджмент в КФК, ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ, УОР	8	2	2	40		
12.2	Обеспечение системы подготовки в ТАВС	8	0,5	2	34		
13	Раздел 13. Спортивно-педагогическое мастерство тренера	8					
13.1	Функции тренера	8	0,5	2	33		
13.2	Педагогические способности и	8	0,5	2	30		

	стили деятельности тренера в ТАВС						
13.3	Деловые и личностные взаимоотношения тренера	8	0,5	1	28		
13.4	Оценка деятельности и личности тренера по ведущим критериям	8	-	1	28		
	Подготовка к экзамену	8				9	
Всего за IV курс: 432 часа (12 зачетных единиц)			8	20	395	9	Зачет, Экзамен
Всего за четыре курса: 1692 часа (47 зачетных единиц)			28	84	1544	36	Зачет (4), Экзамен (4)

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 «Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта)» (Приложения к рабочей программе дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта)»).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта)».

Методы обучения включают в себя методы преподавания (средства, приемы, способы получения, передачи, анализа и сохранения информации; управления и контроля учебной деятельностью студентов) и *методы учения* (средства, приемы, способы усвоения учебного материала; репродуктивные и продуктивные приемы учения и самоконтроля в их взаимосвязи). С помощью методов обучения в соответствии с поставленной целью реализуются и преподавание и учение.

Преподаватель призван обучать студентов, а сами студенты в созданных преподавателем обучающих ситуациях, овладевают системой знаний, умений и навыков.

Освоение материала студентами в учебном процессе проходит на теоретических (лекции), семинарских, практических занятиях и в виде самостоятельной работы студентов.

На теоретических занятиях (лекциях) студентам сообщаются основные теоретические сведения по разделам и темам курса.

На практических занятиях студенты осваивают методику преподавания и применения полученных знаний в практической деятельности, осваивают и

совершенствуют двигательные действия, приобретают умения и совершенствуют навыки при обучении в видах тяжелоатлетического спорта, совершенствуют профессионально-педагогические навыки и умения, необходимые для профессиональной деятельности. Эти умения и навыки в дальнейшем совершенствуются в процессе тренерской практики по специальности.

Единицей учебного процесса является учебная тема, так как она сохраняет все его структурные особенности. Структура каждого занятия (урока) определяется целью и местом этого занятия в системе учебной темы. Материал любой темы должен быть разделен на основной, имеющий значение для последующего обучения, и дополнительный материал.

Учебная деятельность состоит из трех этапов:

- 1) вводно-мотивационный этап (уяснить тему, понять значение темы, определить основные задачи);
- 2) операционно-познавательный этап (изучить и освоить содержание темы, овладеть знаниями, умениями, навыками);
- 3) рефлексивно-оценочный этап (обобщить изученный материал темы).

При изучении любой темы должны иметь место все три указанных этапа.

Формирование содержания и объема учебной программы подготовки бакалавра 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 по направлению подготовки бакалавра реализация компетентностного подхода предусматривает широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм

проведения занятий в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

«Выездные» тренировки – это интенсивные формы коллективного обучения в режиме «погружения» в профессиональную среду. Студенты получают возможность упорядочить знания, развить практические навыки групповой работы, обменяться опытом и установить деловые связи.

Деловая игра – метод имитации (подражания, изображения) принятия решений и выполнения действий тренерами, судьями и руководителями спортивных структур в различных искусственно созданных ситуациях при проведении тренировочных занятий, соревнований и.п.

Дискуссия – форма учебной работы, в рамках которой студенты высказывают свое мнение по проблеме, заданной преподавателем. Проведение дискуссий по проблемным вопросам подразумевает написание студентами рефератов по предложенным тематикам.

Круглый стол – один из наиболее эффективных способов для обсуждения острых, сложных и актуальных на текущий момент вопросов в любой профессиональной сфере, обмена опытом и творческих инициатив. Такая форма позволяет лучше усвоить материал, найти необходимые решения в процессе эффективного диалога.

Метод кейс-стади – обучение, при котором студенты и преподаватели участвуют в непосредственном обсуждении тактических ситуаций или задач, решаемых с использованием различных разновидностей действий. При данном методе обучения студент самостоятельно вынужден принимать решение применить определенные действия и обосновать их эффективность в соревновательной деятельности.

Метод проектов – это комплексный метод обучения, результатов которого является создание какого-либо продукта или явления. В основе учебных проектов лежат исследовательские методы обучения (самостоятельная работа студентов, работа в рамках научного кружка).

Тестирование – контроль знаний с помощью тестов, которые состоят из условий (вопросов) и вариантов ответов для выбора (самостоятельная работа студентов).

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

В рамках учебного курса предусмотрены встречи с представителями российской и международной федераций тяжелоатлетического спорта (тяжелая атлетика, пауэрлифтинг, гиревой спорт, бодибилдинг, кроссфит, силовой экстрим), государственных и общественных организаций, мастер-классы олимпийских чемпионов по тяжелоатлетическим видам спорта и их тренеров.

**Оценочные средства для текущего контроля успеваемости,
промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов**

Непрерывный текущий контроль способствует комплексному решению целого ряда актуальных задач обучения: - интенсивное выявление индивидуальных особенностей; - оперативное определение материала, требующего доработки; - стимулирование посещаемости (через требование отчитаться за каждый пропущенный контроль); - повышение качества образовательных услуг в свете современных требований.

Виды контроля:

1. Входной – позволяет определить степень готовности к изучению дисциплины на основе остаточных знаний (для взаимной увязки смежных дисциплин).

2. Итоговый (курсовой) – служит для оценки уровня усвоения дисциплины по завершении её прохождения.

3. Контроль остаточных знаний – по блоку дисциплин – обеспечивает определение прочности усвоенного (через 6-12 мес.); на основании его результатов корректируются программы и методика преподавания.

4. Текущий – проводится на плановых занятиях и в ходе проверки самостоятельных работ. Главная цель текущего контроля – оперативная оценка работы преподавателя и обучаемых, а также их индивидуальных особенностей. Функции текущего контроля: содействует более оперативному выявлению отстающих для надлежащего реагирования; оптимизирует индивидуальные занятия; рационализирует работу с программным материалом.

Требования к текущему контролю.

1. Итоговые оценки определяются по результатам непрерывного текущего контроля.

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

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

Базовые формы текущего контроля - проверка заданий на самостоятельную работу (конспектов, отчётных документов и др.)

Опросы. Классификация опросов: 1) по охвату обучаемых: сплошной (фронтальный), выборочный, индивидуальный; 2) по методу проверки: устный, письменный, “машинный”; 3) по методу получения ответов: альтернативный, конструируемый. 4) по объёму проверяемого материала: краткий, развёрнутый.

Примеры использования опросов: собеседование – индивидуальный устный опрос; “летучка” – краткий фронтальный письменный опрос; семинар – выборочный развёрнутый устный опрос; контрольная работа – фронтальный конструируемый письменный опрос.

Условия активизации текущего контроля: - содействие руководства и опытных преподавателей в подготовке материалов для текущего контроля; - стимулирование личной заинтересованности в проведении текущего контроля; - рационализация усилий по организации активного текущего

контроля. Последнее из условий предполагает на начальном этапе наиболее трудоёмкую и кропотливую деятельность педагога.

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

Оптимизация текущего контроля на лекциях и групповых занятиях: выделить в тексте краткие фрагменты, даваемые под запись; дополнять каждый фрагмент вопросом-заглавием; пронумеровать полученные блоки "вопрос-ответ"; выделить наиболее важные блоки, задаваемые к очередной "летучке".

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной деятельности студентов как условие формирования способностей студентов к самообучению и самореализации и как показатель качества деятельности преподавателей в подготовке будущих специалистов. Функциями учебно-методического обеспечения явились создание единства и системности теоретической, методической и практической подготовки студентов, личностной и профессиональной самоорганизации, самообучения и самореализации, среды личностного выбора и индивидуальной траектории профессионального становления, условий для повышения качества усвоения содержания педагогических дисциплин, индивидуализация процесса профессиональной самостоятельной деятельности.

Виды самостоятельной деятельности студентов во время лекций, семинарских занятий, на педагогической практике. Учебно-методическое обеспечение представлено разнообразными видами самостоятельной работы студентов (реферирование, конспектирование, проекты, схемы, педагогические ситуации, эссе и т.п.), каждый из которых был снабжен специфическими методами работы: формулировка суждений, поиск зависимостей, доказательств, имитации и т.п. Основные методы: драматизация проблемных педагогических ситуаций, демонстрация субъект-субъектных взаимодействий, коллективная рефлексия, алгоритмизация,

дифференциация научных суждений, оппонирование, «театр одного актёра», имитационные диалоги, парирование.

Особенности освоения видов самостоятельной работы: на младших курсах 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.

Вопросы для проведения промежуточной аттестации

Первый курс

Вопросы к зачету:

1. Характеристика ТАВС и их прикладное значение.
2. Задачи развития тяжелоатлетических видов спорта в Российской Федерации, роль спортивных школ и училищ в подготовке спортивного резерва.
3. Возникновение и развитие тяжёлой атлетики как вида спорта, успехи соотечественников в международных соревнованиях.
4. Эволюция техники соревновательных упражнений в ТАВС и методики спортивной тренировки.
5. Эволюция правил соревнований в тяжелоатлетических видах спорта.
6. Основы организации и проведения соревнований по ТАВС, виды соревнований.

7. Функциональные обязанности судей в тяжелоатлетических видах спорта.
8. Структура и содержание работы федераций по тяжелоатлетическим видам спорта.
9. Права и обязанности спортсменов, участвующих в соревнованиях по ТАВС.
10. Правила выполнения соревновательных упражнений в тяжёлой атлетике.
11. Правила выполнения соревновательных упражнений в пауэрлифтинге.
12. Правила выполнения соревновательных упражнений в гиревом спорте.
13. Позирование в бодибилдинге.
14. Классификация и ранжирование средств подготовки в ТАВС.
15. Основные гигиенические требования к местам для занятий ТАВС.
16. Типичные травмы и их предупреждение в ТАВС.
17. Техническое обслуживание инвентаря и оборудования для занятий ТАВС.
18. Техника выполнения рывка штанги и подъёма штанги на грудь.
19. Техника выполнения толчка штанги от груди.
20. Техника выполнения толчка гирь, толчка гирь по длинному циклу.
21. Техника выполнения рывка гири.
22. Техника выполнения элементов силового жонглирования гирями.
23. Техника выполнения соревновательных упражнений в пауэрлифтинге (приседание, жим, тяга).
24. Базовые средства силовой подготовки.
25. Локальные средства силовой подготовки.

26. Подводящие и специально-подготовительные упражнения в ТАВС, их характеристика.

27. Способы регистрации параметров техники в ТАВС и их анализ.

28. Характеристика факторов, влияющих на проявление силовых способностей.

29. Применение комплексов упражнений с отягощениями в оздоровительных целях.

30. Применение комплексов упражнений с отягощениями в профессионально-прикладных целях.

Вопросы к экзамену:

1. Характеристика ТАВС и их прикладное значение.

2. Задачи развития тяжелоатлетических видов спорта в Российской Федерации, роль спортивных школ и училищ в подготовке спортивного резерва.

3. Возникновение и развитие тяжёлой атлетики как вида спорта, успехи соотечественников в международных соревнованиях.

4. Эволюция техники соревновательных упражнений в ТАВС и методики спортивной тренировки.

5. Эволюция правил соревнований в тяжелоатлетических видах спорта.

6. Основы организации и проведения соревнований по ТАВС, виды соревнований.

7. Функциональные обязанности судей в тяжелоатлетических видах спорта.

8. Структура и содержание работы федераций по тяжелоатлетическим видам спорта.

9. Права и обязанности спортсменов, участвующих в соревнованиях по ТАВС.

10. Правила выполнения соревновательных упражнений в тяжёлой атлетике.
11. Правила выполнения соревновательных упражнений в пауэрлифтинге.
12. Правила выполнения соревновательных упражнений в гиревом спорте.
13. Позирование в бодибилдинге.
14. Классификация и ранжирование средств подготовки в ТАВС.
15. Основные гигиенические требования к местам для занятий ТАВС.
16. Типичные травмы и их предупреждение в ТАВС.
17. Техническое обслуживание инвентаря и оборудования для занятий ТАВС.
18. Техника выполнения рывка штанги и подъёма штанги на грудь.
19. Техника выполнения толчка штанги от груди.
20. Техника выполнения толчка гирь, толчка гирь по длинному циклу.
21. Техника выполнения рывка гири.
22. Техника выполнения элементов силового жонглирования гирями.
23. Техника выполнения соревновательных упражнений в пауэрлифтинге (приседание, жим, тяга).
24. Базовые средства силовой подготовки.
25. Локальные средства силовой подготовки.
26. Подводящие и специально-подготовительные упражнения в ТАВС, их характеристика.
27. Способы регистрации параметров техники в ТАВС и их анализ.
28. Характеристика факторов, влияющих на проявление силовых способностей.

29. Применение комплексов упражнений с отягощениями в оздоровительных целях.

30. Применение комплексов упражнений с отягощениями в профессионально-прикладных целях.

31. Применение комплексов упражнений силового характера с весом собственного тела и подручных средств в оздоровительных и профессионально-прикладных целях.

32. Основные задачи научно-исследовательской работы в ТАВС.

33. Значение учебно-исследовательской работы студентов для подготовки высококвалифицированных специалистов.

34. Методы исследования, применяемые в тяжелоатлетических видах спорта.

35. Основные методики, применяемые при выполнении научно-исследовательских работ в ТАВС.

36. Основные направления научных исследований в ТАВС.

37. Документы учёта тренировочных нагрузок в ТАВС.

38. Порядок ведения дневника тренировок в ТАВС.

39. Критерии объёма и интенсивности тренировочной нагрузки в ТАВС и способы их определения.

40. Тестирование физической подготовленности в ТАВС: прыжковые, силовые тесты; динамометрия; тестирование уровня физической подготовленности

Второй курс

Вопросы к зачету:

1. Определение понятия «силовые способности человека», их разнообразие.

2. Общие основы методики воспитания силы мышц.

3. Факторы, влияющие на проявление силовых способностей. Специализированное развитие мышечной силы.

4. Сенситивные периоды для развития силы.

5. Динамическая и статическая сила мышц. Динамические методы воспитания силы с преодолевающим режимом двигательной деятельности. Динамические методы воспитания силы с уступающим режимом двигательной деятельности.

6. Статические (изометрические), смешанные стимулирующие методы воспитания силы мышц.

7. Интенсивные и экстенсивные методы, круговая тренировка и комбинированные упражнения.

8. Особенности применения методов воспитания силы мышц в тяжёлой атлетике, пауэрлифтинге, гиревом спорте, бодибилдинге и профессионально-прикладной физической подготовке средствами ТАВС.

9. Методы оценки силовых способностей спортсменов.

10. Определение мышечной массы и её парциальной доли в общем весе тела спортсменов. Определение отношения веса тела к росту (индекс Кетле). Изучение зависимости веса тела от роста (индекс Кауба).

11. Определение физиологического и анатомического поперечника мышцы.

12. Измерение быстрой, медленной и статической силы, абсолютной и относительной силы.

13. Расчёт парциальных долей применённых методов воспитания силовых способностей в общем объёме тренировочных нагрузок по данным дневниковых записей. 14. Регистрация продолжительности интервалов отдыха между подходами к штанге при использовании повторных методов.

15. Измерение величины и продолжительности напряжения мышц.

16. Косвенное определение композиции мышечных волокон нижних конечностей.

17. Степень развития силы мышц в зависимости от половых и возрастных особенностей.

18. Наступление адаптации от применения постоянных раздражителей при воспитании силовых способностей и борьба с ней.

19. Определение понятия «скоростные способности человека». Факторы, влияющие на проявление быстроты в ТАВС.

20. Сенситивные периоды для развития быстроты. Взаимосвязь силовых способностей со скоростными. Виды скоростных способностей в ТАВС.

21. Средства и методы воспитания быстроты в ТАВС. Методы оценки быстроты движений.

22. Применение прыжковых тестов различных видов для оценки скоростно-силовых качеств нижних конечностей.

23. Содержание программ подготовки в ТАВС с преимущественной направленностью на воспитание быстроты движений.

24. Определение понятия «гибкость человека». Факторы, влияющие на проявление гибкости в ТАВС.

25. Сенситивные периоды для развития гибкости. Активная и пассивная гибкость. Своеобразие гибкости в тяжёлой атлетике, пауэрлифтинге, бодибилдинге и гиревом спорте.

26. Средства и методы воспитания гибкости, в том числе и с использованием отягощений. Методы оценки подвижности различных суставов.

27. Содержание программ подготовки в ТАВС с преимущественной направленностью на увеличение подвижности в суставах и растяжение (стретчинг) мышц и сухожилий.

28. Определение понятия «координационные способности человека». Факторы, влияющие на проявление координационных способностей в ТАВС.

29. Сенситивные периоды для развития координации движений.

30. Своеобразие координационных способностей в тяжёлой атлетике, пауэрлифтинге, бодибилдинге и гиревом спорте.

Вопросы к экзамену:

1. Определение понятия «силовые способности человека», их разнообразие.
2. Общие основы методики воспитания силы мышц.
3. Факторы, влияющие на проявление силовых способностей. Специализированное развитие мышечной силы.
4. Сенситивные периоды для развития силы.
5. Динамическая и статическая сила мышц. Динамические методы воспитания силы с преодолевающим режимом двигательной деятельности. Динамические методы воспитания силы с уступающим режимом двигательной деятельности.
6. Статические (изометрические), смешанные стимулирующие методы воспитания силы мышц.
7. Интенсивные и экстенсивные методы, круговая тренировка и комбинированные упражнения.
8. Особенности применения методов воспитания силы мышц в тяжёлой атлетике, пауэрлифтинге, гиревом спорте, бодибилдинге и профессионально-прикладной физической подготовке средствами ТАВС.
9. Методы оценки силовых способностей спортсменов.
10. Определение мышечной массы и её парциальной доли в общем весе тела спортсменов. Определение отношения веса тела к росту (индекс Кетле). Изучение зависимости веса тела от роста (индекс Кауба).
11. Определение физиологического и анатомического поперечника мышцы.
12. Измерение быстрой, медленной и статической силы, абсолютной и относительной силы.
13. Расчёт парциальных долей применённых методов воспитания силовых способностей в общем объёме тренировочных нагрузок по данным дневниковых записей.

14. Регистрация продолжительности интервалов отдыха между подходами к штанге при использовании повторных методов.

15. Измерение величины и продолжительности напряжения мышц.

16. Косвенное определение композиции мышечных волокон нижних конечностей.

17. Степень развития силы мышц в зависимости от половых и возрастных особенностей.

18. Наступление адаптации от применения постоянных раздражителей при воспитании силовых способностей и борьба с ней.

19. Определение понятия «скоростные способности человека». Факторы, влияющие на проявление быстроты в ТАВС.

20. Сенситивные периоды для развития быстроты. Взаимосвязь силовых способностей со скоростными. Виды скоростных способностей в ТАВС.

21. Средства и методы воспитания быстроты в ТАВС. Методы оценки быстроты движений.

22. Применение прыжковых тестов различных видов для оценки скоростно-силовых качеств нижних конечностей.

23. Содержание программ подготовки в ТАВС с преимущественной направленностью на воспитание быстроты движений.

24. Определение понятия «гибкость человека». Факторы, влияющие на проявление гибкости в ТАВС.

25. Сенситивные периоды для развития гибкости. Активная и пассивная гибкость. Своеобразие гибкости в тяжёлой атлетике, пауэрлифтинге, бодибилдинге и гиревом спорте.

26. Средства и методы воспитания гибкости, в том числе и с использованием отягощений. Методы оценки подвижности различных суставов.

27. Содержание программ подготовки в ТАВС с преимущественной направленностью на увеличение подвижности в суставах и растяжение (стретчинг) мышц и сухожилий.

28. Определение понятия «координационные способности человека». Факторы, влияющие на проявление координационных способностей в ТАВС.

29. Сенситивные периоды для развития координации движений.

30. Своеобразие координационных способностей в тяжёлой атлетике, пауэрлифтинге, бодибилдинге и гиревом спорте.

31. Упражнения для воспитания координационных способностей. Развитие координации движений при выполнении тяжелоатлетических упражнений и средствами гиревого спорта (жонглирование).

32. Методы оценки координационных способностей в ТАВС.

33. Определение понятия «выносливость человека». Факторы, влияющие на проявление выносливости в ТАВС.

34. Сенситивные периоды для развития координации движений. Общая и специальная выносливость в ТАВС.

35. Средства и методы воспитания специальной выносливости в ТАВС (круговая тренировка, интервальная тренировка, комбинированные упражнения, суперсеты и др.). 36. Методы оценки состояния выносливости в ТАВС, контрольные упражнения и нормативы по общей и специальной физической подготовке в ТАВС, отражающие выносливость.

37. Тестирование общей и специальной выносливости в контрольных нормативах и упражнениях. Выполнение теста PWC_{170} в классическом варианте и в модифицированных, применительно к ТАВС.

38. Содержание программ подготовки в ТАВС с преимущественной направленностью на совершенствование общей и специальной выносливости занимающихся ТАВС.

39. Определение понятия «психика человека». Содержание психики человека и спортсменов ТАВС.

40. Характер человека (спортсмена) – как наиболее отчётливое образование, возникающее и формирующееся под воздействием учебно-воспитательного процесса и жизнедеятельности, в частности – под воздействием тренировок в ТАВС.

41. Приёмы регуляции и саморегуляции состояний спортсмена в ТАВС.

42. Признаки, требующие применения психорегулирующих средств в ТАВС.

43. Специфика применения общедидактических принципов при обучении в тяжелоатлетических видах спорта.

44. Вариативность техники (двигательного навыка) в ТАВС в зависимости от изменения веса снаряда. Влияние координационных способностей на формирование навыков.

45. Факторы, положительно и отрицательно влияющие на формирование двигательного навыка. Понимание двигательной задачи, самоконтроль движения, эмоциональное состояние и утомление.

46. Положительный и отрицательный перенос навыков в упражнениях с отягощениями.

47. Принципы определения рациональной последовательности обучения технике упражнений в ТАВС, их научное обоснование. Возможные варианты последовательности в разучивании упражнений.

48. Ошибки в технике упражнений с отягощениями. Главные и второстепенные ошибки и методика их исправления.

49. Методическая последовательность (различные варианты) в применении и изучении упражнений в ТАВС.

50. Организация процесса обучения. Характеристика основных форм организации: групповая, индивидуальная, урочная и самостоятельная. Требования к рациональной организации обучения.

50. Периодизация спортивной тренировки в ТАВС. Основы периодизации спортивной тренировки в ТАВС.

51. Спортивная тренировка в ТАВС как многолетний процесс. Этап предварительной спортивной подготовки, этап начальной специализации, этап углубленного совершенствования, этап спортивного долголетия.

52. Понятие о количественных и качественных характеристиках тренировочной нагрузки при работе с отягощениями.

53. Вариативность - как один из факторов, способствующих повышению спортивного результата в ТАВС.

54. Характеристика рационального построения отдельного тренировочного занятия: полноценная разминка, основная и заключительная части урока. Применение профилактических упражнений. Создание положительного эмоционального фона.

55. Виды планирования: перспективное, текущее, оперативное.

56. Значение и содержание педагогического контроля процесса спортивной тренировки в ТАВС.

57. Планирование специализированной физической подготовки с использованием отягощений в разных видах спорта: в статических упражнениях, движениях с различной скоростью. Планирование темпа выполнения упражнения, веса отягощения, количества повторений в одном подходе и количества подходов и их влияние на характер развиваемых физических качеств.

58. Методика измерения (определения) скоростно-силовой подготовленности. 59. Особенности методики физической подготовки скоростно-силовой направленности у юношей, девушек, мужчин и женщин различного возраста.

60. Тяжелоатлетические виды спорта - как обязательный или факультативный курс физического воспитания в различных учебных заведениях.

Третий курс

Вопросы к зачету:

1. Цели, задачи, принципы, этапы и критерии отбора в ТАВС.
2. Специфические особенности отбора разных специализаций в ТАВС.
3. Способы определения уровня спортивного мастерства атлетов ТАВС по протоколам соревнований.
4. Оценка многолетней динамики технического мастерства по видеозаписям, стабильности выступлений атлетов ТАВС на соревнованиях в целях отбора в сборные команды.
5. Виды и содержание тренировочных циклов в ТАВС.
6. Основные принципы составления индивидуальных тренировочных программ подготовки, работа с различными документами планирования.
7. Планирование восстановительных средств, медицинского контроля и научного обеспечения при подготовке спортсменов ТАВС.
8. Способы оценки технической и тактической подготовленности атлетов ТАВС, их состояния и тренировочной нагрузки.
9. Виды обследования и контроля состояния спортсменов в ТАВС.
10. Организация работы в сборных командах, спортивных школах, училищах олимпийского резерва, коллективах физической культуры и секциях по тяжелоатлетическим видам спорта.
11. Составление сметы расходов на основе календаря спортивных мероприятий.
12. Организация и содержание работы по повышению квалификации тренерского состава.
13. Медицинский контроль за спортсменами в ТАВС.
14. Проблема совершенствования документации учёта и планирования тренировочного процесса в ТАВС.
15. Агитационно-пропагандистская и культурно-массовая работа при занятиях тяжелоатлетическими видами спорта.

16. Использование технических средств в тренировочном процессе тяжелоатлетов.
17. Основные научные методы исследования, используемые в ТАВС и их характеристика.
18. Педагогические и инструментальные методы исследования в ТАВС.
19. Назначение тренажёрно-исследовательских стендов и аппаратно-программных комплексов в ТАВС.
20. Характеристика средств срочной информации в ТАВС.
21. Основные научные проблемы в фундаментальных и прикладных исследованиях в тяжелоатлетических видах спорта.
22. Значение общетеоретических дисциплин в проведении НИР и УИРС в ТАВС.
23. Перспективы исследовательской работы в ТАВС.
24. Порядок и этапы выполнения выпускной квалификационной работы.
25. Технология и стандарты оформления выпускной квалификационной работы.
26. Общие основы теории управления, основные звенья и закономерности управления спортивной тренировкой.
27. Основные модельные характеристики тренировочной и соревновательной деятельности атлетов в зависимости от тяжелоатлетической специализации.
28. Основные компоненты управления спортивной тренировкой.
29. Связи в системе управления «тренер-атлет», роль необходимой информации в системе управления спортивной тренировкой.
30. Особенности прогнозирования результатов в ТАВС, составление краткосрочных и долгосрочных прогнозов по анализу выступлений атлетов на соревнованиях.

Вопросы к экзамену:

1. Цели, задачи, принципы, этапы и критерии отбора в ТАВС.
2. Специфические особенности отбора разных специализаций в ТАВС.
3. Способы определения уровня спортивного мастерства атлетов ТАВС по протоколам соревнований.
4. Оценка многолетней динамики технического мастерства по видеозаписям, стабильности выступлений атлетов ТАВС на соревнованиях в целях отбора в сборные команды.
5. Виды и содержание тренировочных циклов в ТАВС.
6. Основные принципы составления индивидуальных тренировочных программ подготовки, работа с различными документами планирования.
7. Планирование восстановительных средств, медицинского контроля и научного обеспечения при подготовке спортсменов ТАВС.
8. Способы оценки технической и тактической подготовленности атлетов ТАВС, их состояния и тренировочной нагрузки.
9. Виды обследования и контроля состояния спортсменов в ТАВС.
10. Организация работы в сборных командах, спортивных школах, училищах олимпийского резерва, коллективах физической культуры и секциях по тяжелоатлетическим видам спорта.
11. Составление сметы расходов на основе календаря спортивных мероприятий.
12. Организация и содержание работы по повышению квалификации тренерского состава.
13. Медицинский контроль за спортсменами в ТАВС.
14. Проблема совершенствования документации учёта и планирования тренировочного процесса в ТАВС.
15. Агитационно-пропагандистская и культурно-массовая работа при занятиях тяжелоатлетическими видами спорта.

16. Использование технических средств в тренировочном процессе тяжелоатлетов.
17. Основные научные методы исследования, используемые в ТАВС и их характеристика.
18. Педагогические и инструментальные методы исследования в ТАВС.
19. Назначение тренажёрно-исследовательских стендов и аппаратно-программных комплексов в ТАВС.
20. Характеристика средств срочной информации в ТАВС.
21. Основные научные проблемы в фундаментальных и прикладных исследованиях в тяжелоатлетических видах спорта.
22. Значение общетеоретических дисциплин в проведении НИР и УИРС в ТАВС.
23. Перспективы исследовательской работы в ТАВС.
24. Порядок и этапы выполнения выпускной квалификационной работы.
25. Технология и стандарты оформления выпускной квалификационной работы.
26. Общие основы теории управления, основные звенья и закономерности управления спортивной тренировкой.
27. Основные модельные характеристики тренировочной и соревновательной деятельности атлетов в зависимости от тяжелоатлетической специализации.
28. Основные компоненты управления спортивной тренировкой.
29. Связи в системе управления «тренер-атлет», роль необходимой информации в системе управления спортивной тренировкой.
30. Особенности прогнозирования результатов в ТАВС, составление краткосрочных и долгосрочных прогнозов по анализу выступлений атлетов на соревнованиях.

31. Сбор научной информации для составления прогноза развития спортсмена в ТАВС.
32. Понятие и сущность моделирования спортивной деятельности в ТАВС.
33. Порядок разработки модельных характеристик техники выполнения движений и тренировочных нагрузок в различных ТАВС.
34. Особенности силовой подготовки спортсменок в ТАВС.
35. Сенситивные периоды развития физических качеств у женщин.
36. Овариально-менструальный цикл у женщин и его связь с физической работоспособностью.
37. Особенности силовой тренировки женщин в зависимости от фазы ОМЦ.
38. Особенности методики силовой подготовки в дородовой и послеродовой период у спортсменок ТАВС.
39. Основные медико-биологические проблемы при подготовке спортсменок ТАВС.
40. Проблемы отбора и возрастных особенностей при подготовке женщин в ТАВС.

Четвертый курс

Вопросы к зачету:

1. Возрастные изменения параметров морфофункциональных особенностей ТАВС по данным научных исследований
2. Влияние применения различных средств и методов тренировки мужчин и женщин на их морфофункциональные особенности
3. Механизмы адаптации в ТАВС
4. Основные особенности восстановления после нагрузок в ТАВС в зависимости от половой принадлежности спортсменов и массы их тела.

5. Сердечно-сосудистая, нервная, дыхательная система мужчин и женщин в ТАВС.
6. Утомление и восстановительные процессы.
7. Система отбора как составная часть общей системы подготовки спортсмена.
8. Принципы отбора. Основные пути отбора.
9. Медико-биологические предпосылки для основных этапов отбора
10. Медико-биологические критерии отбора: возраст, состояние здоровья; уровень развития центрально-нервного и мышечного факторов
11. Потенциальные возможности функциональных систем организма к выполнению специфической двигательной деятельности; психическая устойчивость к перенесению специфических тренировочных нагрузок; наличие цели (мотивации).
12. Специфические методы отбора в тяжелоатлетических видах спорта
13. Цели и задачи отбора на различных этапах подготовки
14. Средства и методы отбора
15. Критерии объёма тренировочной нагрузки
16. Объём и доля общей нагрузки в основных и дополнительных упражнениях
17. Критерии интенсивности тренировочной нагрузки
18. Взаимосвязь параметров объёма и интенсивности нагрузки
19. Параметры интенсивности нагрузки сильнейших атлетов экстра-класса.
20. Влияние гормональных систем на управление механизмом общей адаптации организма
21. Механизмы мобилизации энергетических ресурсов и функциональных возможностей организма.
22. Виды соревнований, их значение.

23. Задачи спортивной тренировки на различных этапах подготовки
24. Характеристика основных параметров объёма и интенсивности тренировочной нагрузки
25. Применение соревновательных, специально-подготовительных, Общеразвивающих и нетрадиционных упражнений в тренировках
26. Применение тренажёрных устройств и физиотерапевтических средств.
27. Учёт, обработка и анализ тренировочных нагрузок по дневниковым записям
28. Модельные характеристики тренировочной и соревновательной деятельности атлетов в зависимости от тяжелоатлетической специализации
29. Методология разработки модельных характеристик управленческой деятельности в ТАВС.
- 30.** Реклама высоких спортивных достижений с целью развития ТАВС.

Вопросы к экзамену:

1. Возрастные изменения параметров морфофункциональных особенностей в ТАВС.
2. Психологические особенности мужчин и женщин, занимающихся ТАВС.
3. Основные механизмы адаптации при занятиях тяжелоатлетическими видами спорта.
4. Основные особенности восстановления после нагрузок в зависимости от половой принадлежности и массы тела.
5. Способы определения и сравнительный анализ параметров телосложения спортсменов ТАВС.
6. Функционирование основных систем организма у мужчин и женщин в ТАВС.

7. Особенности утомления и восстановительных процессов у мужчин и женщин в ТАВС.
8. Психолого-педагогические особенности тренировок и соревновательной деятельности в ТАВС.
9. Понятие о спортивной одарённости и его медико-биологическая составляющая в ТАВС.
10. Принципы и основные пути спортивного отбора в ТАВС.
11. Методические особенности выявления перспективных атлетов.
12. Специфические методы отбора в тяжелоатлетических видах спорта.
13. Критерии объёма тренировочной нагрузки в ТАВС.
14. Критерии интенсивности тренировочной нагрузки в ТАВС.
15. Особенности подготовки тяжелоатлетов в зависимости от массы тела.
16. Тенденции изменения параметров нагрузки с ростом уровня спортивного мастерства тяжелоатлетов.
17. Роль гормонов в адаптации организма к интенсивным физическим нагрузкам с отягощениями.
18. Влияние физических нагрузок на резистентность организма спортсменов экстра-класса в ТАВС.
19. Влияние возраста атлетов на адаптивные свойства организма.
20. Календарь соревнований – основополагающий документ, определяющий стратегию подготовки в ТАВС.
21. Задачи спортивной тренировки на различных этапах подготовки атлетов экстра-класса.
22. Применение традиционных и нетрадиционных средств и методов тренировки в ТАВС.
23. Применение тренажёрных устройств и физиотерапевтических средств в ТАВС.

24. Особенности применения методов развития различных физических качеств у атлетов экстра-класса.
25. Учёт индивидуальных особенностей при выборе методов тренировки в ТАВС.
26. Понятие об общих основах теории управления, основные звенья и закономерности управления спортивной тренировкой.
27. Основные компоненты управления спортивной тренировкой.
28. Понятие и сущность моделирования управления спортивной тренировкой и соревновательной деятельностью.
29. Организационное обеспечение подготовки атлетов и специалистов в ТАВС.
30. Реклама высоких спортивных достижений с целью развития ТАВС.
31. Характеристика основных функций, выполняемых тренером при подготовке спортсменов ТАВС.
32. Пути совершенствования профессиональных качеств тренера.
33. Методика оценки качества знаний, умений и навыков тренера по выполнению им своих функций.
34. Характеристика стилей деятельности тренера (автократический, коллегиальный, попустительский, переходный).
35. Пути совершенствования стиля деятельности тренера в зависимости от оценки его другими специалистами и самооценки.
36. Понятия деловые (формальные) и личностные (неформальные) отношения в деятельности тренера.
37. Характеристика групп причин, вызывающих конфликты на тренировках и соревнованиях в ТАВС.
38. Способы предупреждения и устранения конфликтов в процессе тренировок и соревнований.
39. Критерии оценки индивидуальных свойств личности тренера.

40. Особенности работы тренера с различным контингентом спортсменов ТАВС.

Примерные темы рефератов по всему курсу дисциплины (Без учета тем рефератов по дополнительному заданию преподавателя для студента, пропустившего тему раздела по уважительной причине)

1. Место ТАВС в системе физического воспитания РФ. Значение силовой, том числе скоростно-силовой, подготовленности в деятельности человека.
2. Роль упражнений с отягощениями и их применение в различных видах спорта и деятельности (профессионально-прикладной аспект).
3. Эволюция правил соревнований по тяжёлой атлетике и техники подъёма штанги.
4. Организационная основа отечественной школы ТАВС. Система спортивных соревнований в ТАВС.
5. Возникновение и развитие избранного вида тяжелоатлетического спорта как вида спорта.
6. Развитие ТАВС в дореволюционной России.
7. Развитие ТАВС после Октябрьской социалистической революции 1917 г. (до начала Великой Отечественной войны).
8. Тяжёлая атлетика во время Великой Отечественной войны.
9. ТАВС в СССР
10. Актуальные вопросы развития ТАВС на современном этапе
11. Характеристика тяжелоатлетических клубов и обществ.
12. Сильнейшие тяжелоатлеты России и мира.
13. Модельные характеристики тренировочной и соревновательной деятельности атлетов в зависимости от тяжелоатлетической специализации.
14. Особенности прогнозирования развития деятельности в ТАВС.

15. Финансовое, материально-техническое, медико-биологическое, научно-методическое, информационное, кадровое, организационное обеспечение подготовки атлетов в ТАВС

16. Руководство соревновательной деятельностью в ТАВС

17. Руководство тренировочной деятельностью в ТАВС.

Примерная тематика курсовых и выпускных квалификационных работ

Техника упражнений в тяжелоатлетических видах спорта

- **Микроструктура упражнений, управление дыханием, управление упражнением.**

- Определение количественных характеристик всех параметров техники, их ранжирование по значимости.

- Определение модельных характеристик техники выполнения упражнений в разных видах тяжелоатлетического спорта сильнейших атлетов, а также промежуточные модели техники атлетов различных квалификаций.

- Определение наиболее стабильных и наиболее изменяемых элементов техники, разработка тестов и критериев оценки состояния техники.

- Изучение техники тяжелоатлетических упражнений на основе количественных характеристик, получаемых с помощью электронно-вычислительной техники, моделирование этих характеристик.

Функциональное состояние системы «атлет-снаряд»

- Физиологический механизм упражнений в тяжелоатлетических видах спорта.

- Взаимодействие анализаторов при выполнении упражнений в тяжелоатлетических видах спорта, процессы регуляции поз на различных фазах упражнений.

- Биомеханический анализ позы и движений атлета в различных упражнениях.

- Изучение электроактивности мышц при выполнении тяжелоатлетических упражнений.

- Изучение функционального состояния атлета.

- Уровень работоспособности атлетов и утомление; средства и методы восстановления в тренировочном процессе и др.

Общая и специальная физическая подготовка

- Изучение общих и специальных физических качеств.

- Методы объективного контроля за уровнем развития общих и специальных качеств, специальной силы и выносливости в различных упражнениях.

- Профилактика отрицательных воздействий тяжелоатлетической нагрузки спортсменов различного возраста и специализации и др.

Моральная и специальная психологическая подготовка

- Экстремальные ситуации, риск, соперничество, самообладание, самозащита спортсмена.

- Изучение физиологических сдвигов в организме атлета в предстартовом состоянии.

- Изучение изменений техники выполнения тяжелоатлетических упражнений, возникающих под воздействием сбивающих факторов предстартового состояния.

- Изучение особенностей специальной психической подготовки.

- Средства и методы психической подготовки на каждом этапе учебно-тренировочного процесса; разработка методов регулирования психического состояния атлета, позволяющих создавать оптимальные условия для реализации наиболее совершенной техники в условиях соревнований.

Управление процессом спортивной подготовки атлетов

- Изучение средств и методов тренировки атлетов.

- Объективизация тренировочной нагрузки, модельные единицы нагрузок, моделирование и программирование тренировочного процесса на различных этапах подготовки атлетов и соотношение интенсивности объёмов тренировочной и соревновательной нагрузки.
- Изучение путей интенсификации тренировочного процесса в тяжелоатлетических видах спорта; использование технических средств в тренировке атлетов.
- Разработка программ тренирующих воздействий и обучающих программ.
- Определение уровня технической, физической, психической и тактической подготовленности.
- Разработка методов контроля за состоянием тренируемой системы.
- Планирование тренировочного процесса на всех уровнях и этапах.
- Прогнозирование спортивных результатов, отбор перспективных атлетов, отбор сильнейших атлетов к выступлению на ответственных соревнованиях, прогноз краткосрочный, среднесрочный, долгосрочный и др.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (теория и методика тяжелоатлетических видов спорта)»

а) Основная литература

1. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте / Ю.В.Верхошанский. – 3-е изд. – М. : Советский спорт, 2013. – 216 с. : ил. ISBN 978-5-9718-0609-7
2. Громов, В.А. Основы тяжелоатлетических видов спорта: пособие для поступающих в РГУФКСиТ [Текст] / В.А.Громов. – М.: Физическая культура, 2011. – 42 с.
3. Попов, Г. И. Биомеханика двигательной деятельности: Учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования / Г. И. Попов, А. В. Самсонова. - М.: издательский центр «Академия», 2011. - 320 с. (сер. «Бакалавриат»).
4. Скотников, В.Ф. Скоростно-силовая подготовка тяжелоатлетов высокой квалификации юниорского возраста [Текст]: методическое пособие для студентов, аспирантов и слушателей РГУФКСиТ / В.Ф.Скотников, В.Е.Смирнов, В.Б.Соловьёв. – М.: Физическая культура, 2010. – 36 с.
5. Стеценко, А. И. Пауэрлифтинг. Теория и методика избранного вида спорта. - Черкассы: ЧНУ Б. Хмельницкого, 2008. - 452 с.
6. Тихонов, В.Ф. Основы гиревого спорта: обучение двигательным действиям и методы тренировки: учебное пособие / В.Ф.Тихонов, А.В.Суходей, Д.В.Леонов. – М.: Советский спорт, 2009.- 1 электрон. опт. диск (CD ROM). – 132 с. - – ISBN 978-5-9718-0374-4.
7. Фалеев, А. В. Секреты силового тренинга. Как накачать силу и мышечную массу, занимаясь без тренера. - М.: изд-во АСТ; Донецк: Сталкер, 2008. - 319 с.
8. Шейко Б.И. Пауэрлифтинг. От новичка до мастера / Б. И. Шейко, П. С. Горулев, Э. Р. Румянцева, Р. А. Цедов; под общ. ред. Б. И. Шейко. -

Москва, 2013. - 560 с.: ил.

9. Шейко, Б. И. Теоретические основы техники выполнения соревновательного упражнения жим лёжа: Учебное пособие / Б. И. Шейко, Е. В. Охлюев. - Уфа: ред.-издат. центр Баш-ИФК, 2010. -190 с.: ил.

10. Эванс, Ник. Анатомия бодибилдинга / Н. Эванс; пер. с англ. С. Э. Борич. - Минск: Попурри, 2008. -192 с. :ил.

б) Дополнительная литература

1. Аксёнов, М. О. Кластерный анализ тренировочной нагрузки пауэрлифтеров / М. О. Аксёнов, А. В. Гаськов // Интеллектуальный потенциал вузов на развитие Дальневосточного региона России: Материалы VII Междунар. конф. студентов, аспирантов и молодых учёных (25-26 мая 2005 г.). Кн. 4 / Институт сервиса, моды и дизайна. - Владивосток: изд-во ВГУ-ЭС, 2005. - С. 10-12 .

2. Аксёнов, М. О. Управление тренировочным процессом в пауэрлифтинге на основе современных информационных технологий: Дис. канд. пед. наук: 13.00.04. - Улан-Удэ: изд-во БГУ, 2006. - 200 с.

3. Аксёнов, М. О. Управление тренировочным процессом спортсменов старших разрядов в пауэрлифтинге на основе современных методов моделирования // Молодёжь Забайкалья: интеллект и здоровье: Материалы VII междунар. науч. конф. - Чита, 2003. - С. 48-51.

4. Бельский, И. В. Системы эффективной тренировки: Армрестлинг. Бодибилдинг. Бенчпресс. Пауэрлифтинг. - Мн: Вида-Н, 2003. - 352 с.

5. Беркут, А.Г. Методика подготовки тяжелоатлетов 11-14 лет на основе использования изокинетических режимов: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Беркут: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2004. – 23 с.

6. Вейдер, Д. Строительство тела по системе Джо Вейдера (перевод с английского). - М.: ФиС, 1992.-112 с.

7. Вельский, И. В. Модель специальной силовой подготовленности

пауэрлифтеров // Теория и практика физической культуры. - 2000. - № 1. - С. 33-35.

8. Верхошанский, Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса [Текст] / Ю.В.Верхошанский. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 176 с., ил. – (Наука – спорту; Основы тренировки).

9. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов / Ю. В. Верхошанский.– М.: Физкультура и спорт, 1988. – 331 с.

10. Воронинцев, А.И. Гири. Спорт сильных и здоровых / А.И.Воронинцев. – М.: Советский спорт, 2002. – 272 с.: ил. – ISBN 5-85009-698-1.

11. Дворкин, А. С. Силовые единоборства. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2001. - 382 с.

12. Дворкин, Л.С. Тяжёлая атлетика и возраст / Л.С.Дворкин. – Свердловск: Из-во Урал. ун-та, 1989. – 200 с. . – ISBN 5-7525-0058-3.
Дворкин, Л.С. Подготовка юного тяжелоатлета [Текст]: Учебное пособие / Л.С.Дворкин. – М.: Советский спорт, 2006. – 396 с. – ISBN 5-9718-0078-7.

13. Дворкин, Л.С. Тяжёлая атлетика [Текст]: учебник для вузов / Л.С.Дворкин; 1-я и 2-я главы – Л.С.Дворкин, А.П.Слободян. – М.: Советский спорт, 2005. – 600 с. – ISBN 5-85009-896-8.

14. Делаویه, Фредерик. Анатомия силовых упражнений для мужчин и женщин / Пер. с фр. О.Е.Ивановой. – М.: РИПОЛ классик, 2006. – 144 с.: ил.

15. Довгич, А.А. Формирование структуры подготовленности тяжелоатлетов высокой квалификации в процессе долговременной адаптации к физическим нагрузкам: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / А.А.Довгич: Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, Министерство Украины по делам молодёжи и спорта. – Киев, 2005. – 21 с.

16. Каленикова, Н.Г. Конструктивная методика профессионально-прикладной физической подготовки средствами пауэрлифтинга студентов

технического университета: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н.Г.Каленикова: Смоленский государственный институт физической культуры. – Лаборатория оперативной полиграфии БГТУ, 2004. – 18 с.

17. Кулешова, Н.А. Укрепление силы мышц у женщин в послеродовом периоде средствами оздоровительной физической культуры: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н.А.Кулешова: ВНИИФК. – М., 2007. – 18 с.

18. Лукьянов, Б. Г. Кинематические характеристики модели техники жима лёжа / Б. Г. Лукьянов, Б. И. Шейко, Г. А. Смоляков, И. С. Фролов. - Российская научная конференция «Инновационные подходы в организации и содержании образовательного процесса в спортивной и оздоровительной деятельности». - УГАТУ, 2008. - С. 133-135.

19. Лукьянов, Б. Г. Структурная модель техники жима лёжа / Б. Г. Лукьянов, Б. И. Шейко, А. Б. Лукьянов. Российская научная конференция «Инновационные подходы в организации и содержании образовательного процесса в спортивной и оздоровительной деятельности». - УГАТУ, 2008. - С. 141-146.

20. Медведев, А.С. Объём тренировочной нагрузки в основных группах упражнений у сильнейших женщин-тяжелоатлетов мира и России в зависимости от массы тела и этапа подготовки: Учебное пособие для студентов, аспирантов и слушателей РГАФК / А.С.Медведев, Я.В.Буджак, В.Ф.Скотников. – М.: РИО РГАФК, 1999. – 78 с.

21. Медведев, А.С. Программа многолетней тренировки в тяжёлой атлетике [Текст] / А.С.Медведев. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 224 с., ил. – (Госкомспорт СССР; Главное упр. Научно-метод. работы; Упр. спорт. единоборств.).

22. Медведев, Д.Н. Спортивно-оздоровительные технологии профилактики травматизма и в посттравматический период в тяжёлой атлетике: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Д.Н.Медведев: Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья

имени П.Ф.Лесгафта. – Санкт-Петербург, 2010. – 24 с.

23. Медведев, А.С. Система многолетней тренировки в тяжёлой атлетике: Учебное пособие для тренеров / А.С. Медведев– М.: Физкультура и спорт, 1986. – 272 с.

24. Муравьёв, В. Л. Пауэрлифтинг. Путь к силе. - М.: Светлана П, 1998. - 32 с.

25. Назаренко, Ю. Ф. Методика обучения соревновательным упражнениям в силовом троеборье (пауэрлифтинг) / Ю. Ф. Назаренко, С. Ю. Тё, С. В. Матук; Сибирский ГУФК. - Омск, 2003. - 44 с.

26. Назаренко, Ю. Ф. Техника соревновательных упражнений в силовом троеборье / Ю. Ф. Назаренко, С. Ю. Тё; Сибирский ГУФК. - Омск, 2001. - 27 с.

27. Озолин, Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать / Н. Г. Озолин– М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО Издательство АСТ», 2002. – 864 с.: ил. – (Профессия – тренер).

28. Осинцев, С.А. Оптимизация тренировки на начальном этапе подготовки юных спортсменов в бодибилдинге: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / С.А.Осинцев: ГОУ ВПО Челябинский государственный педагогический университет. – Челябинск, типография ЧГПУ, 2006. – 23 с.

29. Остапенко, Л. А. Особенности тренировочного процесса в силовом троеборье на этапе отбора и начальной подготовки: Автореф. дис. канд. пед. наук. - М., 2002. - 25 с.

30. Перл, Б. Стань сильнее / Пер. с англ. В.М.Баженов; Худ. обр. М.В.Драко. – Мн.: ООО «Попурри», 2004. – 432 с.: ил. – ISBN 985-438-929-4.

31. Петров, П.К. Физическая культура: Курсовые и выпускные квалификационные работы / П.К.Петров. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. – 112 с. – (Б-ка студента). – ISBN 5-305-00005-X.

32. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения. - К.: изд-во «Олимпийская литература», 2004. - 808 с.

33. Полетаев, П.А. Моделирование кинематических характеристик соревновательного упражнения «рывок» у тяжелоатлетов высокой квалификации [Текст]: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / П.А.Полетаев: Всероссийский научно-исследовательский институт физической культуры и спорта. – М.,2006. – 22 с.

34. Румянцева, Э.Р. Спортивная подготовка тяжелоатлетов. Механизмы адаптации / Э.Р.Румянцева, П.С. Горулёв. – М.: Изд. «Теория и практика физической культуры», 2005. – 260 с., ил. - ISBN 5-93512-029-1

35. Самсонова, А. В. Гипертрофия скелетных мышц человека: Монография. / А. В. Самсонова; Национальный гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта. - СПб: [б. и.], 2011. - 203 с.: ил.

36. Смирнов, В.Е. Технология обработки тренировочных нагрузок тяжелоатлетов с использованием персонального компьютера: методическая разработка для преподавателей, тренеров, слушателей ВШТ и ФПК, аспирантов и студентов, обучающихся в РГАФК по программе бакалавра и магистра / В.Е.Смирнов, А.С.Медведев. – М., РИО РГАФК, 1997. – 60 с.

37. Солоненко, О.А. Особенности распределения тренировочной нагрузки у женщин-тяжелоатлетов высшей квалификации в годичном цикле: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / О.А.Солоненко: Педагогический институт физической культуры Московского городского педагогического университета. – М., 2004. – 21 с.

38. Скотников, В.Ф. Тяжёлая атлетика [Текст]: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства и училищ олимпийского резерва / В.Ф.Скотников, В.Е.Смирнов, Я.Э.Якубенко. – М.: Советский спорт, 2005. – 108 с. – ISBN 5-9718-0005-1.

39. Сухоцкий, И. В. Пауэрлифтинг. Методика тренировки высококвалифицированных спортсменов. - М.: МИИТ, 2000. - 38 с.

40. Терминология спорта. Толковый словарь спортивных терминов /

Сост. Ф. П. Суслов, Д. А. Тышлер. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 480 с.

41. Тё, С.Ю. Особенности спортивной подготовки женщин [Текст]: учебное пособие / С.Ю.Тё, С.Э Тё, Ю.Ф.Назаренко. – Омск: ОГИС, 2007. – 154 с.

42. Тушер, Ю.Л. Тренировочные нагрузки на начальном этапе подготовки начинающих тяжелоатлетов 16-17 лет: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Ю.Л.Тушер: Педагогический институт физической культуры Московского государственного педагогического университета. – М., «Принт Центр», 2006. – 24 с.

43. Фалеев, А. В. Анти - МакРоберт: Думай! по-русски. Как тренироваться по циклам. – Ростов н/Д: изд-во «Феникс», 2006. - 285 с. (Планета Спорт).

44. Фильгина, Е.С. Система силовой подготовки женщин в атлетизме и тяжёлой атлетике: Автореф. дис. ... д-ра. пед. наук / Е.С.Фильгина: Белорусский государственный университет физической культуры. Минск, 2009. – 46 с.

45. Хабаров, А.А. Возрастные особенности базовой физической подготовки молодых тяжелоатлетов / А.А.Хабаров. – Краснодар: Просвещение-Юг, 2000. – 108 с. – ISBN 5-93491-003-5.

46. Хабаров, А.А. Моделирование базовой силовой подготовки подростков / А.А.Хабаров. – Краснодар: Просвещение-Юг, 2000. – 43 с. – ISBN 5-93491-002-7.

47. Хабаров, А.А. Научно-методические основы организации силовой подготовки подростков / А.А.Хабаров. – Краснодар: Просвещение-Юг, 2000. – 28 с. – ISBN 5-93491-001-9.

48. Хэтфилд, Ф. К. Всестороннее руководство по развитию силы. - Новый Орлеан, 1983. Репринтное переводное издание Ассоциации федераций культуризма Восточной Сибири и Дальнего Востока. - Красноярск, 1992. - 288 с.

49. Шварценеггер, А. Новая энциклопедия бодибилдинга. - М.: изд-

во ЭКСМО-Пресс, 2000. - 824 с.: ил.

50. Шейко, Б. И. Методика обучения студентов основам техники жима лёжа // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма: Мат. VI Международной научно-практич. конференции, посвященной 80-летию УГАТУ. Уфимский гос. авиационный техн. ун-т. Уфа: УГАТУ, 2012. - С. 219-221.

51. Шейко, Б. И. Методика обучения студентов основам техники приседания со штангой на плечах // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма: Мат. VI Международной научно-практич. конференции, посвященной 80-летию УГАТУ. Уфимский гос. авиационный техн. ун-т. - Уфа: УГАТУ, 2012. - С. 221-224.

52. Шейко, Б. И. Методика обучения студентов основам техники тяги // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма: Мат. VI Международной научно-практич. конференции, посвященной 80-летию УГАТУ. Уфимский гос. авиационный техн. ун-т. - Уфа: УГАТУ, 2012. - С. 224-228.

53. Шейко, Б. И. Пауэрлифтинг (учебное пособие для студентов высших учебных заведений). - М.: ЗАО «ЕАМ СПОРТ СЕРВИС», 2005. - 544 с.

54. Шейко, Б. И. Специальные упражнения в пауэрлифтинге (Методическое пособие) / Б. И. Шейко, П. С. Горулёв. - Уфа, 2004. - 112 с.

55. Шейко, Б. И. Терминология упражнений, применяемых в пауэрлифтинге // Мир силы. - 2001. - № 4. - С. 20-27.

56. Шубин, К.М. Функциональное состояние отдельных систем организма у юных тяжелоатлетов: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / К.М.Шубин: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2004. – 21 с.

57. Якубенко, Я.Э. Сравнительный анализ объёма тренировочной нагрузки в пауэрлифтинге у мужчин в зависимости от квалификации и массы тела: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Я.Э.Якубенко: РГУФКСиТ. – М.,

Принт Центр, 2006. – 24 с.

58. Ян, Бин Шэн (КНР). Критерии и параметры тренировочной нагрузки женщин тяжелоатлетов КНР в подготовительном и соревновательном этапах [Текст]: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Ян Бин Шэн (КНР): РГАФК. – М., Типография МЭИ, 1995. – 22

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

Обучающие программы:

– 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

- справочно-информационные сайты по тяжелоатлетическим видам спорта, сайты федераций (по запросу).

- образовательные контенты: медиатека кафедры Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им. А.С.Медведева и РГУФКСМиТ (учебно-информационные видео фильмы, видеозаписи с Универсиад, Кубков мира, чемпионатов мира и Олимпийских игр);

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (теория и методика тяжелоатлетических видов спорта)», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– программное обеспечение дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (теория и методика тяжелоатлетических видов спорта)»:

- 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.
- электронный учебник: Смирнов, В.Е. Тяжелоатлетические упражнения. Методика обучения / В.Е.Смирнов, М.А.Новосёлов, А.Н.Гацунаев [и др.]: Электронное мультимедийное учебное пособие для студентов вузов физической культуры. –М.: РГУФКСиТ, 2007, CD-ROM;

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (теория и методика тяжелоатлетических видов спорта)»

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Спортивный зал и восстановительный центр кафедры ТиМ ТАВС имени А.С.Медведева и соответствующее оборудование: штанги, гири, гантели, металлические палки, тренажёрные устройства, тренировочные и соревновательные помосты, стойки для приседаний, стойки для жима лёжа, гимнастические снаряды и др.
4. Научная аппаратура: аппаратно-программный комплекс «ГЦОЛИФК 2012», глюкометры, динамометры и другая научно-исследовательская аппаратура.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

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

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 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	Компьютерное тестирование* (тестирование) по темам раздела «Общие основы теории ТАВС»: Классификация, систематика и терминология в ТАВС	7 неделя	5
3	Рабочая тетрадь (составление мини-таблиц и мини-гlossариев по ТАВС) по темам раздела «Общие основы теории ТАВС»	9 неделя	10
4	Реферат по темам раздела «Общие основы теории ТАВС»: ТАВС в системе физического воспитания РФ История развития ТАВС	4-8 неделя	15
5	Опрос (требования к местам проведения занятий и соревнований) по теме раздела «Общие основы теории ТАВС»: Техника безопасности в ТАВС	8 неделя	5
6	Контрольная работа (комплексы упражнений для профилактики травм у тяжелоатлетов) по теме раздела «Общие основы теории ТАВС»:	10-12 неделя	5

	Техника безопасности в ТАВС		
7	Собеседование по темам раздела «Общие основы теории ТАВС»: Объективные и субъективные условия спортивной деятельности в тяжелоатлетических видах спорта Правила соревнований в тяжелоатлетических видах спорта	6 неделя	5
8	Опрос по теме раздела «Общие основы теории ТАВС»: Введение в специализацию	4 неделя	5
9	Коллоквиум по теме раздела «Общие основы теории ТАВС»: Анализ состояния и тенденции развития ТАВС на современном этапе в России и мире	5 неделя	5
10	Контрольная работа по теме раздела «Общие основы теории ТАВС»: Правила соревнований в тяжелоатлетических видах спорта	13 неделя	5
11	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	14 неделя	15
12	Зачет (рубежный контроль)	16 неделя	15
13	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>	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания направления подготовки 1 курса Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения (ускоренное обучение)

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 2 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование по темам раздела «Техника выполнения упражнений в ТАВС» Теоретические основы техники тяжелоатлетических упражнений Техника выполнения соревновательных упражнений в тяжёлой атлетике Техника выполнения упражнений в пауэрлифтинге Техника упражнений в гиревом спорте Техника упражнений в бодибилдинге	В течении семестра обучения	5
2	Контрольная работа (анализ техники выполнения тяжелоатлетических упражнений в процессе тренировочных занятий и соревнований, а также по фото- и видеоматериалам с использованием методики визуального контроля техники и фиксации ошибок и недочётов) по темам раздела «Техника выполнения упражнений в ТАВС»	В течении семестра обучения	15
3	Опрос по темам раздела «Введение в НИР и УИРС» Задачи и организация НИР и УИРС в ТАВС	В течении семестра обучения	5
4	Доклад, сообщение по теме раздела	В течении	15

	«Введение в НИР и УИРС»: Задачи и организация НИР и УИРС в ТАВС	семестра обучения	
5	Деловая игра (демонстрация техники соревновательных и специально-подготовительных упражнений) по темам раздела «Техника выполнения упражнений в ТАВС»	В течении семестра обучения	15
6	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	В течении семестра обучения	15
7	Сдача экзамена (рубежный контроль)		20
8	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме пропущенного занятия	5
2	Написание реферата по теме пропущенного занятия	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения (ускоренное обучение)

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 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	Опросы по темам раздела «Физические и психические качеств в ТАВС» Методы развития силы мышц в ТАВС Методы развития быстроты в ТАВС Методы развития гибкости в ТАВС Методы развития координационных способностей в ТАВС Методы развития выносливости в ТАВС Структура психики и психические свойства спортсменов ТАВС Психические процессы и психические качества занимающихся ТАВС Психические состояния спортсменов ТАВС и пути их регуляции Психорегулирующие средства восстановления в тренировочном процессе	В течении семестра обучения	5
3	Деловая игра (практика в проведении занятий) по темам раздела «Физические и психические качеств в ТАВС»: Методы развития силы мышц в ТАВС Методы развития быстроты в ТАВС Методы развития гибкости в ТАВС Методы развития координационных способностей в ТАВС	В течении семестра обучения	15

	Методы развития выносливости в ТАВС		
4	Коллоквиум по темам раздела «Методика обучения технике выполнения упражнений в ТАВС и её совершенствование» Общедидактические принципы и методы обучения в ТАВС Факторы, влияющие на формирование двигательного навыка Методика обучения технике соревновательных упражнений в ТАВС	В течении семестра обучения	5
5	Расчетно-графические (анализ антропометрических и биомеханических показателей) и контрольные работы (подготовка план-конспектов занятий (тренировочных программ) и их защита (практика в проведении занятий) с преимущественной направленностью на развитие определенного физического качества) по темам раздела «Физические и психические качеств в ТАВС»	В течении семестра обучения	10
6	Контрольная работа (составление программ для обучения различным упражнениям в ТАВС (программ двигательных действий); анализ техники выполнения тяжелоатлетических упражнений в процессе тренировочных занятий и соревнований, а также по фото- и видеоматериалам с использованием методики визуального контроля техники и фиксации ошибок и недочётов) по теме раздела «Методика обучения технике выполнения упражнений в ТАВС и её совершенствование»	В течении семестра обучения	5
7	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	В течении семестра обучения	15
8	Деловая игра (практика в проведении занятий) по теме раздела «Методика обучения технике выполнения упражнений в ТАВС и её совершенствование» Методика обучения технике соревновательных упражнений в ТАВС	В течении семестра обучения	15
9	Доклад, сообщение по темам раздела «Физические и психические качеств в ТАВС»	В течении семестра обучения	5
10	Зачет (рубежный контроль)		15
11	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>	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения (ускоренное обучение)

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 4 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	<p>Опросы по темам раздела «Методика планирования»</p> <p>Структура управления тренировочным процессом</p> <p>Планирование объёма тренировочной нагрузки в ТАВС</p> <p>Планирование интенсивности тренировочной нагрузки в ТАВС</p> <p>Вариативность спортивной тренировки в ТАВС</p> <p>Перспективное планирование</p> <p>Текущее и оперативное планирование в ТАВС</p> <p>Контроль и учёт спортивного совершенствования в ТАВС</p> <p>Планирование применения средств и методов ТАВС для физической подготовки спортсменов разных специализаций</p> <p>Особенности планирования спортивной работы в образовательных организациях высшего и среднего профессионального образования</p>	В течении семестра обучения	<p>5</p> <p>5</p> <p>5</p>

3	Контрольная работа (подготовка план-конспектов занятий, комплексов упражнений, практика в проведении занятий) по темам раздела «Методика планирования»	В течении семестра обучения	5
4	Рабочая тетрадь (обработка дневников тренировочной нагрузки, подготовка документов учета и планирования) по темам раздела «Методика планирования»	В течении семестра обучения	5
5	Деловая игра (практика в проведении занятий) по темам раздела «Методика планирования»	В течении семестра обучения	15
	Творческое задание по темам раздела «Методика планирования» 1. Составление циклов подготовки с учётом принципов вариативности: объёма, интенсивности, средств тренировки и восстановления и других критериев и параметров тренировочной нагрузки. 2. Построение графиков динамики изменения параметров нагрузки с целью их визуальной оценки	В течении семестра обучения	15
	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	В течении семестра обучения	15
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)		20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме пропущенного занятия	5
2	Написание реферата по теме пропущенного занятия	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ
Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения (ускоренное обучение)

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта
им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 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	Опрос по темам раздела «Теория и методика тренировки в ТАВС» Система отбора в ТАВС Контроль и учёт спортивного совершенствования Организационно-методические особенности подготовки в ТАВС	В течении семестра обучения	5
3	Опрос по теме раздела «Система управления тренировкой в ТАВС» Общие основы теории управления Прогнозирование спортивных результатов Моделирование спортивной деятельности	В течении семестра обучения	5
4	Контрольная работа (подготовка документации для организации и проведения соревнований, работа с электронными базами данных, финансовая документация) по темам раздела «Теория и методика тренировки в ТАВС» Организационно-методические особенности подготовки в ТАВС	В течении семестра обучения	5
5	Доклад, сообщение по темам раздела «Научно-исследовательская работа и УИРС»: Методы и методики исследования в ТАВС Курсовая работа и выпускная квалификационная работа: выбор темы,	В течении семестра обучения	10

	обоснование, методика написания		
6	Контрольная работа (составление и анализ план-конспектов занятий на цикл подготовки, использование технических средств в тренировочном процессе спортсменов) по темам раздела «Теория и методика тренировки в ТАВС» Планирование спортивной тренировки Контроль и учёт спортивного совершенствования	В течении семестра обучения	5
7	Творческое задание, деловая игра по темам раздела «Теория и методика тренировки в ТАВС» Система отбора в ТАВС Планирование спортивной тренировки Контроль и учёт спортивного совершенствования Организационно-методические особенности подготовки в ТАВС	В течении семестра обучения	15
8	Деловая игра (практика в проведении занятий с использованием технических средств) по темам раздела «Теория и методика тренировки в ТАВС» Планирование спортивной тренировки Контроль и учёт спортивного совершенствования Организационно-методические особенности подготовки в ТАВС	В течении семестра обучения	15
9	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	В течении семестра обучения	15
10	Сдача зачета (рубежный контроль)		15
11	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	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения (ускоренное обучение)

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 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	Доклад, сообщение по темам раздела «Система управления тренировкой в ТАВС» Прогнозирование спортивных результатов Моделирование спортивной деятельности	В течении семестра обучения	5
3	Деловая игра по темам раздела «Научно-исследовательская работа и УИРС»: Методы и методики исследования в ТАВС Курсовая работа и выпускная квалификационная работа: выбор темы, обоснование, методика написания <i>Защита КР оценивается отдельно</i>	В течении семестра обучения	15
4	Творческое задание (моделирование технической подготовки – разработка и анализ), деловая игра (практика в проведении тестирования) по темам раздела «Система управления тренировкой в ТАВС» Моделирование спортивной деятельности	В течении семестра обучения	15
5	Творческое задание (составление	В течении	15

	программ тренировочных занятий на различные циклы подготовки), деловая игра (практика в проведении тестирований и занятий) по темам раздела «Научно-методические основы подготовки женщин в ТАВС» Особенности силовой подготовки спортсменок Проблема отбора и возрастных особенностей при подготовке женщин в ТАВС	семестра обучения	
6	Расчетно-графические работы, Контрольные работы (подготовка план-конспектов занятий, комплексов упражнений) по темам раздела «Научно-методические основы подготовки женщин в ТАВС» Особенности силовой подготовки спортсменок Особенности проявления ОМЦ у женщин в ТАВС Медико-биологические основы тренировок спортсменок ТАВС	В течении семестра обучения	5
7	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	В течении семестра обучения	15
8	Сдача экзамена (рубежный контроль)		20
9	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	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ
Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения (ускоренное обучение)

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 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	Собеседование по теме раздела «Медико-биологические проблемы тренировки в ТАВС» Морфофункциональные особенности спортсменов в ТАВС	В течении семестра обучения	5
3	Коллоквиум по темам раздела «Медико-биологические проблемы тренировки в ТАВС» Морфофункциональные особенности спортсменов в ТАВС Медико-биологические основы отбора в ТАВС	В течении семестра обучения	5 5
5	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	В течении семестра обучения	15
	Творческое задание (составление программ тренировочных занятий на различные циклы подготовки), деловая игра (практика в проведении тестирований и занятий) по темам раздела «Теория и методика подготовки атлетов экстра-класса» Современные представления о критериях и параметрах объёма и интенсивности	В течении семестра обучения	15

	нагрузки в ТАВС Влияние интенсивных физических нагрузок на адаптивные свойства организма Цели, задачи и содержание спортивной тренировки Контроль и учёт спортивного совершенствования		
	Деловая игра (практика в проведении тестирований и занятий) по темам раздела «Медико-биологические проблемы тренировки в ТАВС» Медико-биологические основы отбора в ТАВС	В течении семестра обучения	15
	Доклад, сообщение по теме раздела «Научно-исследовательская работа и УИРС»: Завершение написания и оформления выпускных квалификационных работ	В течении семестра обучения	15
6	Сдача зачета (рубежный контроль)		15
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения (ускоренное обучение)

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 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	Опрос по темам раздела «Спортивно-педагогическое мастерство тренера» Функции тренера	В течении семестра обучения	5
3	Коллоквиум по темам раздела «Спортивно-педагогическое мастерство тренера» Функции тренера Педагогические способности и стили деятельности тренера по ТАВС Деловые и личностные взаимоотношения тренера Оценка деятельности и личности тренера по ведущим критериям	В течении семестра обучения	5 5 5 5
4	Реферат по темам раздела «Менеджмент в ТАВС»: Менеджмент в КФК, ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ, УОР Обеспечение системы подготовки в ТАВС	В течении семестра обучения	15
	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	В течении семестра обучения	15
5	Ролевая игра по темам раздела «Спортивно-педагогическое мастерство тренера» Педагогические способности и стили деятельности тренера по ТАВС Деловые и личностные взаимоотношения тренера Оценка деятельности и личности тренера по ведущим критериям	В течении семестра обучения	15
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)		20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 тяжелоатлетических видов спорта
им.А.С.Медведева

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*
Ускоренное обучение на базе ВПО
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Общая трудоемкость дисциплины составляет

- по заочной форме обучения (ускоренное обучение) 47 зачетных единиц;

1. Семестры освоения дисциплины:

- по заочной форме обучения: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8.

2. Цель освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта)» является – обеспечить освоение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), училищах олимпийского резерва (УОР), и средних специальных учебных заведениях, владеющих теоретическими знаниями научных достижений в нашей стране и за рубежом и умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

- 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:

№ раздела/темы	Разделы и темы дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС	Контроль	
I курс 1 семестр	Всего:258 час	1	6	12	240		Зачет
1	Раздел 1. Общие основы теории ТАВС	1					
1.1	Введение в специализацию	1	1	-	-		
1.2	ТАВС в системе физического воспитания РФ	1	1	-	20		
1.3	История развития ТАВС	1	1	-	10		
1.4	Объективные и субъективные условия спортивной деятельности в ТАВС	1	-	1	24		
1.5	Анализ состояния и тенденции развития ТАВС на современном этапе в России и мире	1	-	1	24		
1.6	Правила соревнований в тяжелоатлетических видах спорта	1	-	2	26		
1.7	Классификация, систематика и терминология в ТАВС	1	1	1	20		
1.8	Техника безопасности в ТАВС	1	-	1	26		

2	Раздел 2. Техника выполнения упражнений в ТАВС	1					
2.1	Теоретические основы техники тяжелоатлетических упражнений	1	1	-	24		
2.2	Техника упражнений в тяжелой атлетике	1	1	6	66		
I курс 2 семестр	Всего: 228 часов	2	-	12	207	9	Экзамен
2	Раздел 2. Техника выполнения упражнений в ТАВС	2					
2.1	Теоретические основы техники тяжелоатлетических упражнений	2	-	1	25		
2.2	Техника упражнений в тяжелой атлетике	2	-	2	30		
2.3	Техника упражнений в пауэрлифтинге	2	-	4	36		
2.4	Техника упражнений в гиревом спорте	2	-	2	36		
2.5	Техника упражнений в бодибилдинге	2	-	2	36		
3	Раздел 3. Научно-исследовательская работа и УИРС	2					
3.1	Введение в НИР и УИРС. Задачи и организация НИР и УИРС в ТАВС	2	-	1	44		
	Подготовка в экзамену	2				9	
Всего за I курс: 486 часов (13,5 зачетных единиц)			6	24	447	9	Зачет, Экзамен
II курс 3 семестр	Всего: 214 часов	3	4	10	200		Зачет
4	Раздел 4. Физические и психические качества в ТАВС	3					
4.1	Методы развития силы мышц в ТАВС	3	1	1	28		
4.2	Методы развития быстроты в ТАВС	3	0,3	1	16		
4.3	Методы развития гибкости в ТАВС	3	0,3	1	16		
4.4	Методы развития координационных способностей в ТАВС	3	0,2	1	16		
4.5	Методы развития выносливости в ТАВС	3	0,2	1	16		

4.6	Структура психики и психические свойства спортсменов ТАВС	3	1	0,5	14		
4.7	Психические процессы и психические качества занимающихся ТАВС	3	-	0,5	14		
4.8	Психические состояния спортсменов ТАВС и пути их регуляции	3	-	0,5	14		
4.9	Психорегулирующие средства восстановления в тренировочном процессе	3	-	0,5	14		
5	Раздел 5. Методика обучения технике выполнения упражнений в ТАВС и её совершенствование	3					
5.1	Общедидактические принципы и методы обучения в ТАВС	3	0,3	-	14		
5.2	Факторы, влияющие на формирование двигательного навыка	3	0,3	1	12		
5.3	Методика обучения технике соревновательных упражнений в ТАВС	3	0,4	2	26		
II курс 4 семестр	Всего:272 час	4	2	10	251	9	Экзамен
6	Раздел 6. Методика планирования	4					
6.1	Структура управления тренировочным процессом	4	0,2	2	25		
6.2	Планирование объёма тренировочной нагрузки в ТАВС	4	0,4	1	30		
6.3	Планирование интенсивности тренировочной нагрузки в ТАВС	4	0,4	1	30		
6.4	Вариативность спортивной тренировки в ТАВС	4	-	1	20		
6.5	Перспективное планирование	4	-	1	30		
6.6	Текущее и оперативное планирование в ТАВС	4	0,3	1	30		
6.7	Контроль и учёт спортивного совершенствования в ТАВС	4	0,3	1	30		
6.8	Планирование применения средств и методов ТАВС для физической подготовки спортсменов разных специализаций	4	0,2	1	32		

6.9	Особенности планирования спортивной работы в вузах и колледжах	4	0,2	1	24		
	Подготовка к экзамену	4	-	-	-	9	
Всего за II курс: 486 часов (13,5 зачетных единиц)			6	20	451	9	Зачет, Экзамен
III курс 5 семестр	Всего:111 часов	5	4	10	97		Зачет
7	Раздел 7. Теория и методика тренировки в ТАВС	5					
7.1	Система отбора в ТАВС	5	1	-	16		
7.2	Планирование спортивной тренировки	5	-	2	20		
7.3	Контроль и учёт спортивного совершенствования	5	-	2	18		
7.4	Организационно-методические особенности подготовки в ТАВС	5	0,5	1	-		
3	Раздел 3. Научно-исследовательская работа и УИРС	5					
3.2	Методы и методики исследования в ТАВС	5	0,5	2	16		
3.3	Курсовая работа и выпускная квалификационная работа: выбор темы, обоснование, методика написания	5	0,5	1	-		
8	Раздел 9. Система управления тренировкой в ТАВС	5					
8.1	Общие основы теории управления	5	0,5	-	-		
8.2	Прогнозирование спортивных результатов	5	-	1	-		
8.3	Моделирование спортивной деятельности	5	1	1	27		
III курс 6 семестр	Всего:177 часов	6	4	10	154	9	Экзамен
8	Раздел 8. Система управления тренировкой в ТАВС	6					
8.3	Моделирование спортивной деятельности	6	1	6	50		
9	Раздел 9. Научно-методические основы подготовки женщин в ТАВС	6					
9.1	Особенности силовой подготовки спортсменок	6	1	1	-		
9.2	Особенности проявления ОМЦ у женщин в ТАВС	6	1	1	40		

9.3	Медико-биологические основы тренировок спортсменов ТАВС	6	0,5	1	32		
9.4	Проблема отбора и возрастных особенностей при подготовке женщин в ТАВС	6	0,5	1	32		
	Подготовка к экзамену	6				9	
Всего за III курс: 288 часов (8 зачетных единиц)			8	20	251	9	Зачет, Экзамен
IV курс 7 семестр	Всего:216 часов	7	4	10	202		Зачет
10	Раздел 10. Медико-биологические проблемы тренировки в ТАВС	7					
10.1	Морфофункциональные особенности спортсменов в ТАВС	7	1	1	22		
10.2	Медико-биологические основы отбора в ТАВС	7	1	1	22		
11	Раздел 11. Теория и методика подготовки атлетов экстра-класса	7					
11.1	Современные представления о критериях и параметрах объёма и интенсивности нагрузки в ТАВС	7	0,5	2	26		
11.2	Влияние интенсивных физических нагрузок на адаптивные свойства организма	7	0,5	1	30		
11.3	Цели, задачи и содержание спортивной тренировки	7	1	1	28		
11.4	Основные средства и методы тренировки	7	-	2	26		
11.5	Контроль и учёт спортивного совершенствования	7	-	1	28		
3	Раздел 3. Научно-исследовательская работа и УИРС	7					
3.4	Оформление выпускных квалификационных работ	7		1	20		
IV курс 8 семестр	Всего:216 часов	8	4	10	193	9	Экзамен
12	Раздел 12. Менеджмент в ТАВС	8					
12.1	Менеджмент в КФК, ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ, УОР	8	2	2	40		
12.2	Обеспечение системы подготовки в ТАВС	8	0,5	2	34		
13	Раздел 13. Спортивно-педагогическое мастерство	8					

тренера							
13.1	Функции тренера	8	0,5	2	33		
13.2	Педагогические способности и стили деятельности тренера в ТАВС	8	0,5	2	30		
13.3	Деловые и личностные взаимоотношения тренера	8	0,5	1	28		
13.4	Оценка деятельности и личности тренера по ведущим критериям	8	-	1	28		
	Подготовка к экзамену	8				9	
Всего за IV курс: 432 часа (12 зачетных единиц)			8	20	395	9	Зачет, Экзамен
Всего за четыре курса: 1692 часа (47 зачетных единиц)			28	84	1544	36	Зачет (4), Экзамен (4)

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 методика тяжелоатлетических видов спорта
им.А.С.Медведева**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта
(тяжелая атлетика)»**

(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
ТиМ ТАВС им. А.С. Медведева
Протокол № 25 от 27 апреля 2017 г.

Составители:

Баюрин Александр Александрович, старший преподаватель кафедры ТиМ
тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Фролов Валентин Иванович, к.п.н., доцент кафедры ТиМ
тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины **«Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта)»** является – обеспечить освоение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), училищах олимпийского резерва (УОР), и средних специальных учебных заведениях, владеющих теоретическими знаниями научных достижений в нашей стране и за рубежом и умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации.

Дисциплина преподается на русском языке.

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

Учебная дисциплина **«Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта)»** 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 тяжелоатлетических видов спорта.

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, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП направления подготовки 49.03.01 Физическая культура

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
ОПК-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 тяжелоатлетического спорта.	2-8		4-10
	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде тяжелоатлетического спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.	2-8		4-10
	Владеть: - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в избранном виде тяжелоатлетического спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта	4-8		6-10
ОПК-6	Знать: – состав средств и методов избранного вида спорта при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста.	1, 2, 3		1, 2, 3, 5
	Уметь: – применять средства и методы избранного вида спорта для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при проведении занятий с лицами различного пола и возраста.	1, 2,3,4,6		3, 4, 5, 6, 8
	Владеть: – навыками формирования здорового образа жизни средствами избранного вида спорта; построения тренировочных программ оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов	4,6		6, 8

ОПК-8	Знать: – правила соревнований по избранному виду тяжелоатлетического 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, 5, 7		1, 2, 7, 9
	Уметь: – организовывать и проводить соревнования различного уровня; – осуществлять объективное судейство соревнований; – обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.	1, 2, 5, 6		1, 2, 7, 8
	Владеть: - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.	2, 6, 8		2, 8, 10
ОПК-11	Знать: - основы научно-методической деятельности в тяжелоатлетических видах спорта; - 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	2-8		4-10
	Уметь: - 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.	2, 3, 4, 5, 6		4-8
	Владеть: – методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.	4, 5, 6, 8		6, 7, 8, 10
ПК-8	Знать: - истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; - медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в избранном виде спорта; - санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта.	1-8		1, 2, 5, 6, 7, 8, 9, 10
	Уметь: - использовать на занятиях избранным видом спорта знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки;	1, 2, 3, 4, 6, 7, 8		1-6, 8, 9, 10

	- соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности.			
	Владеть: - 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.	2, 4, 5, 6, 8		2, 6, 7, 8, 10
ПК-9	Знать: - психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям избранным видом спорта; - методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.	4, 5, 7, 8		6, 7, 9, 10
	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.	4, 6, 8		6, 8, 10
	Владеть: - умением формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта; - методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.	5, 6, 8		7, 8, 10
ПК-10	Знать: - теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; - методики отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся	1, 3, 5, 6, 7, 8		1, 5, 6, 7, 8, 9, 10
	Уметь: - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - определять предрасположенность к занятиями определенными видами спорта; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.	2, 3, 4, 5, 7, 8		4, 5, 6, 7, 9, 10
	Владеть: умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.	4, 5, 6, 7, 8		6, 7, 8, 9, 10
ПК-11	Знать: - федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта, примерные программы подготовки по виду спорта; - закономерности становления спортивного мастерства и формирования адаптационных процессов в ведущих	1-8		1-10

	<p>функциональных системах;</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание тренировочного процесса на этапах детско-юношеского и массового спорта; - медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку на этапах детско-юношеского и массового спорта; - методы планирования тренировочного процесса. 			
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки). 	2-8		2,4,5,6,7,8,9,10
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта; - информационными и компьютерными технологиями при разработке документов планирования; - навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности. 	4-8		6-10
ПК-13	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды и методы педагогического контроля и учета его результатов; - содержание и организацию педагогического контроля в избранном виде спорта; - актуальные технологии управления состоянием спортсмена. 	1-7		3-9
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; - пользоваться профессиональным инструментарием для сбора информации; - фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; - находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся. 	2-8		4-10
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию. 	4-8		6-10
ПК-14	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта. 	1, 2, 3, 5, 6, 7, 8		1-5, 7-10
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями избранного вида спорта 	1, 2, 3, 5, 6, 7, 8		1, 2, 3, 5, 6, 8, 9, 10

	демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.			
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство. 	2, 4, 8		2, 4, 6, 10
ПК-15	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; - эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки. 	1, 2, 8		1, 4, 10
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности. 	1, 2, 3, 4, 5, 8		1, 2, 4, 5, 6, 7, 10
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности; - средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности. - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия; - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия. 	4, 6, 7, 8		6, 8, 9, 10
ПК-26	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технологию составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем; - функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки; - методы составления финансовых документов. 	1, 2, 4, 5, 6, 7, 8		1, 4, 6, 7, 8, 9, 10
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	2, 4, 5, 7		2, 6, 7, 9
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками безопасной и эффективной работы и качественного ухода за оборудованием и инвентарем. - навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки. 	2, 5, 6, 8		2, 7, 8, 10

ПК-28	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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, 5, 6		1, 2, 4, 7, 8
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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, обобщение и оформление результатов исследований; - использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния занимающихся. 	2, 5		4, 7
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	6		8
ПК-30	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы организации научного исследования; - основы научного поиска, обработки и систематизации данных. 	2, 3, 5, 6		4, 7, 8
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов; - использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся. 	2, 3, 4, 5		4, 5, 6, 7
	<p>Владеть: опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности.</p>	4, 5, 6		6, 7, 8

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

4.1 Очное обучение

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 664 часов, самостоятельная работа студентов – 992 часов.

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

№ раздела/темы	Разделы и темы дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС	Контроль	
I курс 1 семестр	Всего:243 час (6,75 зачетных единиц)	1	14	66	163		Зачет
1	Раздел 1. Общие основы теории ТАВС	1					
1.1	Введение в специализацию	1	2	-	-		
1.2	ТАВС в системе физического воспитания РФ	1	2	-	10		
1.3	История развития ТАВС	1	4	-	10		
1.4	Объективные и субъективные условия спортивной деятельности в ТАВС	1	-	2	14		
1.5	Анализ состояния и тенденции развития ТАВС на современном этапе в России и мире	1	-	4	14		
1.6	Правила соревнований в тяжелоатлетических видах спорта	1	-	10	22		
1.7	Классификация, систематика и терминология в ТАВС	1	2	6	17		
1.8	Техника безопасности в ТАВС	1	-	6	14		
2	Раздел 2. Техника выполнения упражнений в ТАВС	1					

2.1	Теоретические основы техники тяжелоатлетических упражнений	1	2	-	14		
2.2	Техника упражнений в тяжелой атлетике	1	2	38	48		
I курс 2 семестр	Всего: 279 часов (7,75 зачетных единиц)	2	22	78	170	9	Экзамен
2	Раздел 2. Техника выполнения упражнений в ТАВС	2					
2.1	Теоретические основы техники тяжелоатлетических упражнений	2	1	-	15		
2.2	Техника упражнений в тяжелой атлетике	2	7	24	30		
2.3	Техника упражнений в пауэрлифтинге	2	4	18	32		
2.4	Техника упражнений в гиревом спорте	2	4	16	32		
2.5	Техника упражнений в бодибилдинге	2	4	16	32		
3	Раздел 3. Научно-исследовательская работа и УИРС	2					
3.1	Введение в НИР и УИРС. Задачи и организация НИР и УИРС в ТАВС	2	2	4	29		
	Подготовка в экзамену	2				9	
Всего за I курс: 522 часов (14,5 зачетных единиц)			36	144	333	9	Зачет, Экзамен
II курс 3 семестр	Всего: 135 часов (3,75 зачетных единиц)	3	18	72	45		Зачет
4	Раздел 4. Физические и психические качества в ТАВС	3					
4.1	Методы развития силы мышц в ТАВС	3	4	6	8		
4.2	Методы развития быстроты в ТАВС	3	1	6	4		
4.3	Методы развития гибкости в ТАВС	3	1	6	2		
4.4	Методы развития координационных способностей в ТАВС	3	1	6	2		
4.5	Методы развития выносливости в ТАВС	3	1	6	2		
4.6	Структура психики и психические свойства спортсменов ТАВС	3	2	4	2		

4.7	Психические процессы и психические качества занимающихся ТАВС	3	-	4	4		
4.8	Психические состояния спортсменов ТАВС и пути их регуляции	3	-	4	4		
4.9	Психорегулирующие средства восстановления в тренировочном процессе	3	-	4	4		
5	Раздел 5. Методика обучения технике выполнения упражнений в ТАВС и её совершенствование	3					
5.1	Общедидактические принципы и методы обучения в ТАВС	3	2	-	3		
5.2	Факторы, влияющие на формирование двигательного навыка	3	2	6	4		
5.3	Методика обучения технике соревновательных упражнений в ТАВС	3	4	20	6		
II курс 4 семестр	Всего:171 час (4,75 зачетных единиц)	4	14	72	76	9	Экзамен
6	Раздел 6. Методика планирования	4					
6.1	Структура управления тренировочным процессом	4	2	6	6		
6.2	Планирование объёма тренировочной нагрузки в ТАВС	4	2	10	8		
6.3	Планирование интенсивности тренировочной нагрузки в ТАВС	4	2	10	10		
6.4	Вариативность спортивной тренировки в ТАВС	4	-	8	10		
6.5	Перспективное планирование	4	-	8	10		
6.6	Текущее и оперативное планирование в ТАВС	4	2	8	10		
6.7	Контроль и учёт спортивного совершенствования в ТАВС	4	2	8	10		
6.8	Планирование применения средств и методов ТАВС для физической подготовки спортсменов разных специализаций	4	2	8	8		
6.9	Особенности планирования спортивной работы в вузах и колледжах	4	2	6	4		

	Подготовка к экзамену	4	-	-	-	9	
Всего за II курс: 306 часов (8,5 зачетных единиц)			32	144	121	9	Зачет, Экзамен
III курс 5 семестр	Всего:252 часа (7 зачетных единиц)	5	28	64	160		Зачет
7	Раздел 7. Теория и методика тренировки в ТАВС	5					
7.1	Система отбора в ТАВС	5	4	-	26		
7.2	Планирование спортивной тренировки	5	-	14	30		
7.3	Контроль и учёт спортивного совершенствования	5	-	14	32		
7.4	Организационно-методические особенности подготовки в ТАВС	5	4	2	-		
3	Раздел 3. Научно- исследовательская работа и УИРС	5					
3.2	Методы и методики исследования в ТАВС	5	8	8	24		
3.3	Курсовая работа и выпускная квалификационная работа: выбор темы, обоснование, методика написания	5	8	12	-		
8	Раздел 9. Система управления тренировкой в ТАВС	5					
8.1	Общие основы теории управления	5	2	-	-		
8.2	Прогнозирование спортивных результатов	5	-	10	-		
8.3	Моделирование спортивной деятельности	5	2	4	48		
III курс 6 семестр	Всего:162 часа (4,5 зачетных единиц)	6	8	52	93	9	Экзамен, КР
8	Раздел 8. Система управления тренировкой в ТАВС	6					
8.3	Моделирование спортивной деятельности	6	-	30	45		
9	Раздел 9. Научно- методические основы подготовки женщин в ТАВС	6					
9.1	Особенности силовой подготовки спортсменов	6	2	10	-		
9.2	Особенности проявления ОМЦ у женщин в ТАВС	6	2	4	20		
9.3	Медико-биологические основы тренировок спортсменов ТАВС	6	2	4	14		

9.4	Проблема отбора и возрастных особенностей при подготовке женщин в ТАВС	6	2	4	14		
	Подготовка к экзамену	6				9	
Всего за III курс: 414 часов (11,5 зачетных единиц)			36	116	253	9	Зачет, Экзамен, КР
IV курс 7 семестр	Всего:252 часа (7 зачетных единиц)	7	18	62	172		Зачет
10	Раздел 10. Медико-биологические проблемы тренировки в ТАВС	7					
10.1	Морфофункциональные особенности спортсменов в ТАВС	7	4	6	22		
10.2	Медико-биологические основы отбора в ТАВС	7	4	6	22		
11	Раздел 11. Теория и методика подготовки атлетов экстра-класса	7					
11.1	Современные представления о критериях и параметрах объема и интенсивности нагрузки в ТАВС	7	4	6	26		
11.2	Влияние интенсивных физических нагрузок на адаптивные свойства организма	7	4	8	20		
11.3	Цели, задачи и содержание спортивной тренировки	7	2	4	18		
11.4	Основные средства и методы тренировки	7	-	10	16		
11.5	Контроль и учёт спортивного совершенствования	7	-	10	18		
3	Раздел 3. Научно-исследовательская работа и УИРС	7					
3.4	Оформление выпускных квалификационных работ	7		12	30		
IV курс 8 семестр	Всего:198 часов (5,5 зачетных единиц)	8	18	58	113	9	Экзамен
12	Раздел 12. Менеджмент в ТАВС	8					
12.1	Менеджмент в КФК, ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ, УОР	8	4	10	20		
12.2	Обеспечение системы подготовки в ТАВС	8	4	10	24		
13	Раздел 13. Спортивно-педагогическое мастерство тренера	8					
13.1	Функции тренера	8	2	12	7		
13.2	Педагогические способности и	8	4	12	20		

	стили деятельности тренера в ТАВС						
13.3	Деловые и личные взаимоотношения тренера	8	4	4	22		
13.4	Оценка деятельности и личности тренера по ведущим критериям	8	-	10	20		
	Подготовка к экзамену	8				9	
Всего за IV курс: 450 часов (12,5 зачетных единиц)			36	120	285	9	Зачет, Экзамен
Всего за четыре курса: 1692 часов			140	524	992	36	Зачет (4), Экзамен (4), КР

4.2 Заочное обучение

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, экзамены – 45 часов, аудиторных занятий – 188 часов, самостоятельная работа студентов – 1459 часов.

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

№ раздела/темы	Разделы и темы дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС	Контроль	
I курс 1 семестр (в т.ч. установ сессия)	Всего:198 час (5,5 зачетных единиц)	1	2	12	184		Зачет
1	Раздел 1. Общие основы теории ТАВС	1					
1.1	Введение в специализацию	1	0,5	-	-		
1.2	ТАВС в системе физического воспитания РФ	1	0,1	-	14		
1.3	История развития ТАВС	1	0,5	-	18		
1.4	Объективные и субъективные условия спортивной деятельности в ТАВС	1	-	0,5	12		

1.5	Анализ состояния и тенденции развития ТАВС на современном этапе в России и мире	1	-	0,5	12		
1.6	Правила соревнований в тяжелоатлетических видах спорта	1	-	1	24		
1.7	Классификация, систематика и терминология в ТАВС	1	0,2	2	18		
1.8	Техника безопасности в ТАВС	1	-	2	18		
2	Раздел 2. Техника выполнения упражнений в ТАВС	1					
2.1	Теоретические основы техники тяжелоатлетических упражнений	1	0,2	-	20		
2.2	Техника упражнений в тяжелой атлетике	1	0,5	6	48		
I курс 2 семестр	Всего:126 часов (3,5 зачетные единицы)	2	4	14	99	9	Экзамен
2	Раздел 2. Техника выполнения упражнений в ТАВС	2					
2.1	Теоретические основы техники тяжелоатлетических упражнений	2	1	2	38		
2.2	Техника упражнений в тяжелой атлетике	2	3	12	61		
	Подготовка в экзамену	2				9	
Всего за I курс: 324 часа (9 зачетных единиц)			6	26	283	9	Зачет, Экзамен
II курс 3 семестр	Всего:162 часа (4,5 зачетных единиц)	3	4	16	142		Зачет
2	Раздел 2. Техника выполнения упражнений в ТАВС	3					
2.2	Техника упражнений в тяжелой атлетике	3	1	2	40		
2.3	Техника упражнений в пауэрлифтинге	3	2	10	50		
2.4	Техника упражнений в гиревом спорте	3	1	4	52		
II курс 4 семестр	Всего:198 час (5,5 зачетных единиц)	4	2	16	171	9	Экзамен
2	Раздел 2. Техника выполнения упражнений в ТАВС	4					

2.3	Техника упражнений в пауэрлифтинге	4	-	4	35		
2.4	Техника упражнений в гиревом спорте	4	0,5	4	42		
2.5	Техника упражнений в бодибилдинге	4	0,5	6	42		
3	Раздел 3. Научно-исследовательская работа и УИРС	4					
3.1	Введение в НИР и УИРС. Задачи и организация НИР и УИРС в ТАВС	4	1	2	52		
	Подготовка к экзамену	4	-	-	-	9	
Всего за II курс: 360 часов (10 зачетных единиц)			6	32	313	9	Зачет, Экзамен
III курс 5 семестр	Всего:162 час (4,5 зачетные единицы)	5	2	16	144		Зачет
4	Раздел 4. Физические и психические качества в ТАВС	5					
4.1	Методы развития силы мышц в ТАВС	5	0,2	1	14		
4.2	Методы развития быстроты в ТАВС	5	0,1	1	10		
4.3	Методы развития гибкости в ТАВС	5	0,1	1	10		
4.4	Методы развития координационных способностей в ТАВС	5	0,1	1	10		
4.5	Методы развития выносливости в ТАВС	5	0,1	1	10		
4.6	Структура психики и психические свойства спортсменов ТАВС	5	0,1	1	10		
4.7	Психические процессы и психические качества занимающихся ТАВС	5	-	1	10		
4.8	Психические состояния спортсменов ТАВС и пути их регуляции	5	-	1	10		
4.9	Психорегулирующие средства восстановления в тренировочном процессе	5	-	1	10		

5	Раздел 5. Методика обучения технике выполнения упражнений в ТАВС и её совершенствование	5					
5.1	Общедидактические принципы и методы обучения в ТАВС	5	0,2	-	12		
5.2	Факторы, влияющие на формирование двигательного навыка	5	0,1	1	10		
5.3	Методика обучения технике соревновательных упражнений в ТАВС	5	1	4	28		
III курс 6 семестр	Всего:126 часов (3,5 зачетных единиц)	6	4	14	99	9	Экзамен
6	Раздел 6. Методика планирования	6					
6.1	Структура управления тренировочным процессом	6	1	2	6		
6.2	Планирование объема тренировочной нагрузки в ТАВС	6	0,5	2	15		
6.3	Планирование интенсивности тренировочной нагрузки в ТАВС	6	0,5	2	16		
6.4	Вариативность спортивной тренировки в ТАВС	6	-	1	10		
6.5	Перспективное планирование	6	-	2	14		
6.6	Текущее и оперативное планирование в ТАВС	6	0,5	2	14		
6.7	Контроль и учёт спортивного совершенствования в ТАВС	6	0,5	1	10		
6.8	Планирование применения средств и методов ТАВС для физической подготовки спортсменов разных специализаций	6	0,5	1	10		
6.9	Особенности планирования спортивной работы в вузах и колледжах	6	0,5	1	4		
	Подготовка к экзамену	6	-	-	-	9	
Всего за III курс: 288 часов (8 зачетных единиц)			6	30	243	9	Зачет, Экзамен
IV курс 7 семестр	Всего:180 час (5 зачетных единиц)	7	2	14	164		Зачет
7	Раздел 7. Теория и методика	7					

	тренировки в ТАВС						
7.1	Система отбора в ТАВС	7	0,5	-	32		
7.2	Планирование спортивной тренировки	7	-	3	24		
7.3	Контроль и учёт спортивного совершенствования	7	-	1	24		
7.4	Организационно-методические особенности подготовки в ТАВС	7	0,2	2	-		
3	Раздел 3. Научно-исследовательская работа и УИРС	7					
3.2	Методы и методики исследования в ТАВС	7	0,2	2	22		
3.3	Курсовая работа и выпускная квалификационная работа: выбор темы, обоснование, методика написания	7	0,5	2	4		
8	Раздел 9. Система управления тренировкой в ТАВС	7					
8.1	Общие основы теории управления	7	0,1	-	6		
8.2	Прогнозирование спортивных результатов	7	-	2	10		
8.3	Моделирование спортивной деятельности	7	0,5	2	42		
IV курс 8 семестр	Всего:180 часов (5 зачетных единиц)	8	4	16	151	9	Экзамен, КР
8	Раздел 8. Система управления тренировкой в ТАВС	8					
8.3	Моделирование спортивной деятельности	8	2	8	50		
9	Раздел 9. Научно-методические основы подготовки женщин в ТАВС	8					
9.1	Особенности силовой подготовки спортсменок	8	1	2	22		
9.2	Особенности проявления ОМЦ у женщин в ТАВС	8	0,4	2	26		
9.3	Медико-биологические основы тренировок спортсменок ТАВС	8	0,3	2	26		
9.4	Проблема отбора и возрастных особенностей при подготовке женщин в ТАВС	8	0,3	2	27		
	Подготовка к экзамену	8				9	
	Всего за IV курс: 360 часов (10 зачетных единиц)		6	30	315	9	Зачет, Экзамен, КР
V курс	Всего:180 часов	9	4	18	158		Зачет

9 семестр	(5 зачетных единиц)						
10	Раздел 10. Медико-биологические проблемы тренировки в ТАВС	9					
10.1	Морфофункциональные особенности спортсменов в ТАВС	9	0,5	2	28		
10.2	Медико-биологические основы отбора в ТАВС	9	0,5	2	26		
11	Раздел 11. Теория и методика подготовки атлетов экстра-класса	9					
11.1	Современные представления о критериях и параметрах объёма и интенсивности нагрузки в ТАВС	9	1	4	24		
11.2	Влияние интенсивных физических нагрузок на адаптивные свойства организма	9	1	2	20		
11.3	Цели, задачи и содержание спортивной тренировки	9	1	4	24		
11.4	Основные средства и методы тренировки	9	-	2	18		
11.5	Контроль и учёт спортивного совершенствования	9	-	2	18		
IV курс 10 семестр	Всего:192 часов (5 зачетных единиц)	10	4	20	147	9	Экзамен
3	Раздел 3. Научно-исследовательская работа и УИРС	9					
3.4	Оформление выпускных квалификационных работ	9		4	30		
12	Раздел 12. Менеджмент в ТАВС	10					
12.1	Менеджмент в КФК, ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ, УОР	10	1	4	28		
12.2	Обеспечение системы подготовки в ТАВС	10	1	4	25		
13	Раздел 13. Спортивно-педагогическое мастерство тренера	10					
13.1	Функции тренера	10	0,5	2	18		
13.2	Педагогические способности и стили деятельности тренера в ТАВС	10	1	2	14		
13.3	Деловые и личностные взаимоотношения тренера	10	0,5	2	16		
13.4	Оценка деятельности и личности тренера по ведущим критериям	10	-	2	16		

Подготовка к экзамену	10				9	
Всего за V курс: 360 часов (10 зачетных единиц)	8	38	305	9	Зачет, Экзамен	
Всего за пять курсов: 1692 часа	28	160	1459	45	Зачет (5), Экзамен (5), КР	

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 «Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта)» (Приложения к рабочей программе дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта)»).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта)».

Методы обучения включают в себя методы преподавания (средства, приемы, способы получения, передачи, анализа и сохранения информации; управления и контроля учебной деятельностью студентов) и *методы учения* (средства, приемы, способы усвоения учебного материала; репродуктивные и продуктивные приемы учения и самоконтроля в их взаимосвязи). С помощью методов обучения в соответствии с поставленной целью реализуются и преподавание и учение.

Преподаватель призван обучать студентов, а сами студенты в созданных преподавателем обучающих ситуациях, овладевают системой знаний, умений и навыков.

Освоение материала студентами в учебном процессе проходит на теоретических (лекции), семинарских, практических занятиях и в виде самостоятельной работы студентов.

На теоретических занятиях (лекциях) студентам сообщаются основные теоретические сведения по разделам и темам курса.

На практических занятиях студенты осваивают методику преподавания и применения полученных знаний в практической деятельности, осваивают и совершенствуют двигательные действия, приобретают умения и совершенствуют навыки при обучении в видах тяжелоатлетического спорта, совершенствуют профессионально-педагогические навыки и умения, необходимые для профессиональной деятельности. Эти умения и навыки в дальнейшем совершенствуются в процессе тренерской практики по специальности.

Единицей учебного процесса является учебная тема, так как она сохраняет все его структурные особенности. Структура каждого занятия (урока) определяется целью и местом этого занятия в системе учебной темы. Материал любой темы должен быть разделен на основной, имеющий значение для последующего обучения, и дополнительный материал.

Учебная деятельность состоит из трех этапов:

- 1) вводно-мотивационный этап (уяснить тему, понять значение темы, определить основные задачи);
- 2) операционно-познавательный этап (изучить и освоить содержание темы, овладеть знаниями, умениями, навыками);
- 3) рефлексивно-оценочный этап (обобщить изученный материал темы).

При изучении любой темы должны иметь место все три указанных этапа.

Формирование содержания и объема учебной программы подготовки бакалавра 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 по направлению подготовки бакалавра реализация компетентностного подхода предусматривает широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

«Выездные» тренировки – это интенсивные формы коллективного обучения в режиме «погружения» в профессиональную среду. Студенты получают возможность упорядочить знания, развить практические навыки групповой работы, обменяться опытом и установить деловые связи.

Деловая игра – метод имитации (подражания, изображения) принятия решений и выполнения действий тренерами, судьями и руководителями спортивных структур в различных искусственно созданных ситуациях при проведении тренировочных занятий, соревнований и.п.

Дискуссия – форма учебной работы, в рамках которой студенты высказывают свое мнение по проблеме, заданной преподавателем. Проведение дискуссий по проблемным вопросам подразумевает написание студентами рефератов по предложенным тематикам.

Круглый стол – один из наиболее эффективных способов для обсуждения острых, сложных и актуальных на текущий момент вопросов в любой профессиональной сфере, обмена опытом и творческих инициатив. Такая форма позволяет лучше усвоить материал, найти необходимые решения в процессе эффективного диалога.

Метод кейс-стади – обучение, при котором студенты и преподаватели участвуют в непосредственном обсуждении тактических ситуаций или задач, решаемых с использованием различных разновидностей действий. При данном методе обучения студент самостоятельно вынужден принимать

решение применить определенные действия и обосновать их эффективность в соревновательной деятельности.

Метод проектов – это комплексный метод обучения, результатов которого является создание какого-либо продукта или явления. В основе учебных проектов лежат исследовательские методы обучения (самостоятельная работа студентов, работа в рамках научного кружка).

Тестирование – контроль знаний с помощью тестов, которые состоят из условий (вопросов) и вариантов ответов для выбора (самостоятельная работа студентов).

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

В рамках учебного курса предусмотрены встречи с представителями российской и международной федераций тяжелоатлетического спорта (тяжелая атлетика, пауэрлифтинг, гиревой спорт, бодибилдинг, кроссфит, силовой экстрим), государственных и общественных организаций, мастер-классы олимпийских чемпионов по тяжелоатлетическим видам спорта и их тренеров.

**Оценочные средства для текущего контроля успеваемости,
промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-
методическое обеспечение самостоятельной работы студентов**

Непрерывный текущий контроль способствует комплексному решению целого ряда актуальных задач обучения: - интенсивное выявление индивидуальных особенностей; - оперативное определение материала, требующего доработки; - стимулирование посещаемости (через требование отчитаться за каждый пропущенный контроль); - повышение качества образовательных услуг в свете современных требований.

Виды контроля:

1. Входной – позволяет определить степень готовности к изучению дисциплины на основе остаточных знаний (для взаимной увязки смежных дисциплин).

2. Итоговый (курсовой) – служит для оценки уровня усвоения дисциплины по завершении её прохождения.

3. Контроль остаточных знаний – по блоку дисциплин – обеспечивает определение прочности усвоенного (через 6-12 мес.); на основании его результатов корректируются программы и методика преподавания.

4. Текущий – проводится на плановых занятиях и в ходе проверки самостоятельных работ. Главная цель текущего контроля – оперативная оценка работы преподавателя и обучаемых, а также их индивидуальных особенностей. Функции текущего контроля: содействует более оперативному выявлению отстающих для надлежащего реагирования; оптимизирует индивидуальные занятия; рационализирует работу с программным материалом.

Требования к текущему контролю.

1. Итоговые оценки определяются по результатам непрерывного текущего контроля.

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

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

Базовые формы текущего контроля - проверка заданий на самостоятельную работу (конспектов, отчётных документов и др.)

Опросы. Классификация опросов: 1) по охвату обучаемых: сплошной (фронтальный), выборочный, индивидуальный; 2) по методу проверки: устный, письменный, “машинный”; 3) по методу получения ответов: альтернативный, конструируемый. 4) по объёму проверяемого материала: краткий, развёрнутый.

Примеры использования опросов: собеседование – индивидуальный устный опрос; “летучка” – краткий фронтальный письменный опрос; семинар – выборочный развёрнутый устный опрос; контрольная работа – фронтальный конструируемый письменный опрос.

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

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

Оптимизация текущего контроля на лекциях и групповых занятиях: выделить в тексте краткие фрагменты, даваемые под запись; дополнять каждый фрагмент вопросом-заглавием; пронумеровать полученные блоки ”вопрос-ответ”; выделить наиболее важные блоки, задаваемые к очередной “летучке”.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной деятельности студентов как условие формирования способностей студентов к самообучению и самореализации и как показатель качества деятельности преподавателей в подготовке будущих специалистов. Функциями учебно-методического обеспечения явились создание единства и системности теоретической, методической и практической подготовки студентов, личностной и профессиональной самоорганизации, самообучения и самореализации, среды личностного выбора и индивидуальной траектории профессионального становления, условий для повышения качества усвоения содержания педагогических дисциплин, индивидуализация процесса профессиональной самостоятельной деятельности.

Виды самостоятельной деятельности студентов во время лекций, семинарских занятий, на педагогической практике. Учебно-методическое

обеспечение представлено разнообразными видами самостоятельной работы студентов (реферирование, конспектирование, проекты, схемы, педагогические ситуации, эссе и т.п.), каждый из которых был снабжен специфическими методами работы: формулировка суждений, поиск зависимостей, доказательств, имитации и т.п. Основные методы: драматизация проблемных педагогических ситуаций, демонстрация субъект-субъектных взаимодействий, коллективная рефлексия, алгоритмизация, дифференциация научных суждений, оппонирование, «театр одного актёра», имитационные диалоги, парирование.

Особенности освоения видов самостоятельной работы: на младших курсах 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.

Вопросы для проведения промежуточной аттестации

Первый курс (очная форма обучения), первый и второй курс (заочная форма обучения)

Вопросы к зачету:

(1 семестр ОФО, 1 семестр ЗФО):

1. Характеристика ТАВС и их прикладное значение.
2. Задачи развития тяжелоатлетических видов спорта в Российской Федерации, роль спортивных школ и училищ в подготовке спортивного

резерва. Основные нормативные акты в сфере физической культуры и спорта.

3. Возникновение и развитие тяжёлой атлетики как вида спорта, успехи соотечественников в международных соревнованиях.

4. Эволюция техники соревновательных упражнений в ТАВС и методики спортивной тренировки.

5. Эволюция правил соревнований в тяжелоатлетических видах спорта.

6. Основы организации и проведения соревнований по ТАВС, виды соревнований.

7. Функциональные обязанности судей в тяжелоатлетических видах спорта.

8. Структура и содержание работы федераций по тяжелоатлетическим видам спорта.

9. Права и обязанности спортсменов, участвующих в соревнованиях по ТАВС.

10. Правила выполнения соревновательных упражнений в тяжёлой атлетике.

11. Правила выполнения соревновательных упражнений в пауэрлифтинге.

12. Правила выполнения соревновательных упражнений в гиревом спорте.

13. Позирование в бодибилдинге.

14. Классификация и ранжирование средств подготовки в ТАВС.

15. Основные гигиенические требования к местам для занятий ТАВС.

16. Типичные травмы и их предупреждение в ТАВС.

17. Техническое обслуживание инвентаря и оборудования для занятий ТАВС.

18. Техника выполнения рывка штанги и подъёма штанги на грудь.

19. Техника выполнения толчка штанги от груди.

(1 семестр ОФО, 3 семестр ЗФО):

20. Техника выполнения толчка гирь, толчка гирь по длинному циклу.

21. Техника выполнения рывка гири.

22. Техника выполнения элементов силового жонглирования гирями.

23. Техника выполнения соревновательных упражнений в пауэрлифтинге (приседание, жим, тяга).

24. Базовые средства силовой подготовки.

25. Локальные средства силовой подготовки.

26. Подводящие и специально-подготовительные упражнения в ТАВС, их характеристика.

27. Способы регистрации параметров техники в ТАВС и их анализ.

28. Характеристика факторов, влияющих на проявление силовых способностей.

29. Применение комплексов упражнений с отягощениями в оздоровительных целях.

30. Применение комплексов упражнений с отягощениями в профессионально-прикладных целях.

Вопросы к экзамену:

(2 семестр ОФО, 2 семестр ЗФО):

1. Характеристика ТАВС и их прикладное значение.

2. Задачи развития тяжелоатлетических видов спорта в Российской Федерации, роль спортивных школ и училищ в подготовке спортивного резерва.

3. Возникновение и развитие тяжёлой атлетики как вида спорта, успехи соотечественников в международных соревнованиях.

4. Эволюция техники соревновательных упражнений в ТАВС и методики спортивной тренировки.
 5. Эволюция правил соревнований в тяжелоатлетических видах спорта.
 6. Основы организации и проведения соревнований по ТАВС, виды соревнований.
 7. Функциональные обязанности судей в тяжелоатлетических видах спорта.
 8. Структура и содержание работы федераций по тяжелоатлетическим видам спорта.
 9. Права и обязанности спортсменов, участвующих в соревнованиях по ТАВС.
 10. Правила выполнения соревновательных упражнений в тяжёлой атлетике.
 11. Правила выполнения соревновательных упражнений в пауэрлифтинге.
 12. Правила выполнения соревновательных упражнений в гиревом спорте.
 13. Позирование в бодибилдинге.
 14. Классификация и ранжирование средств подготовки в ТАВС.
 15. Основные гигиенические требования к местам для занятий ТАВС.
 16. Типичные травмы и их предупреждение в ТАВС.
 17. Техническое обслуживание инвентаря и оборудования для занятий ТАВС.
 18. Техника выполнения рывка штанги и подъёма штанги на грудь.
 19. Техника выполнения толчка штанги от груди.
- (2 семестр ОФО, 4 семестр ЗФО):**
20. Техника выполнения толчка гирь, толчка гирь по длинному циклу.

21. Техника выполнения рывка гири.
22. Техника выполнения элементов силового жонглирования гирями.
23. Техника выполнения соревновательных упражнений в пауэрлифтинге (приседание, жим, тяга).
24. Базовые средства силовой подготовки.
25. Локальные средства силовой подготовки.
26. Подводящие и специально-подготовительные упражнения в ТАВС, их характеристика.
27. Способы регистрации параметров техники в ТАВС и их анализ.
28. Характеристика факторов, влияющих на проявление силовых способностей.
29. Применение комплексов упражнений с отягощениями в оздоровительных целях.
30. Применение комплексов упражнений с отягощениями в профессионально-прикладных целях.
31. Применение комплексов упражнений силового характера с весом собственного тела и подручных средств в оздоровительных и профессионально-прикладных целях.
32. Основные задачи научно-исследовательской работы в ТАВС.
33. Значение учебно-исследовательской работы студентов для подготовки высококвалифицированных специалистов.
34. Методы исследования, применяемые в тяжелоатлетических видах спорта.
35. Основные методики, применяемые при выполнении научно-исследовательских работ в ТАВС.
36. Основные направления научных исследований в ТАВС.
37. Документы учёта тренировочных нагрузок в ТАВС.
38. Порядок ведения дневника тренировок в ТАВС.

39. Критерии объёма и интенсивности тренировочной нагрузки в ТАВС и способы их определения.

40. Тестирование физической подготовленности в ТАВС: прыжковые, силовые тесты; динамометрия; тестирование уровня физической подготовленности

Второй курс (очная форма обучения), третий курс (заочная форма обучения)

Вопросы к зачету:

(3 семестр ОФО, 5 семестр ЗФО):

1. Определение понятия «силовые способности человека», их разнообразие.

2. Общие основы методики воспитания силы мышц.

3. Факторы, влияющие на проявление силовых способностей. Специализированное развитие мышечной силы.

4. Сенситивные периоды для развития силы.

5. Динамическая и статическая сила мышц. Динамические методы воспитания силы с преодолевающим режимом двигательной деятельности. Динамические методы воспитания силы с уступающим режимом двигательной деятельности.

6. Статические (изометрические), смешанные стимулирующие методы воспитания силы мышц.

7. Интенсивные и экстенсивные методы, круговая тренировка и комбинированные упражнения.

8. Особенности применения методов воспитания силы мышц в тяжёлой атлетике, пауэрлифтинге, гиревом спорте, бодибилдинге и профессионально-прикладной физической подготовке средствами ТАВС.

9. Методы оценки силовых способностей спортсменов.

10. Определение мышечной массы и её парциальной доли в общем весе тела спортсменов. Определение отношения веса тела к росту (индекс Кетле). Изучение зависимости веса тела от роста (индекс Кауба).

11. Определение физиологического и анатомического поперечника мышцы.

12. Измерение быстрой, медленной и статической силы, абсолютной и относительной силы.

13. Расчёт парциальных долей применённых методов воспитания силовых способностей в общем объёме тренировочных нагрузок по данным дневниковых записей. 14. Регистрация продолжительности интервалов отдыха между подходами к штанге при использовании повторных методов.

15. Измерение величины и продолжительности напряжения мышц.

16. Косвенное определение композиции мышечных волокон нижних конечностей.

17. Степень развития силы мышц в зависимости от половых и возрастных особенностей.

18. Наступление адаптации от применения постоянных раздражителей при воспитании силовых способностей и борьба с ней.

19. Определение понятия «скоростные способности человека». Факторы, влияющие на проявление быстроты в ТАВС.

20. Сенситивные периоды для развития быстроты. Взаимосвязь силовых способностей со скоростными. Виды скоростных способностей в ТАВС.

21. Средства и методы воспитания быстроты в ТАВС. Методы оценки быстроты движений.

22. Применение прыжковых тестов различных видов для оценки скоростно-силовых качеств нижних конечностей.

23. Содержание программ подготовки в ТАВС с преимущественной направленностью на воспитание быстроты движений.

24. Определение понятия «гибкость человека». Факторы, влияющие на проявление гибкости в ТАВС.

25. Сенситивные периоды для развития гибкости. Активная и пассивная гибкость. Своеобразие гибкости в тяжёлой атлетике, пауэрлифтинге, бодибилдинге и гиревом спорте.

26. Средства и методы воспитания гибкости, в том числе и с использованием отягощений. Методы оценки подвижности различных суставов.

27. Содержание программ подготовки в ТАВС с преимущественной направленностью на увеличение подвижности в суставах и растяжение (стретчинг) мышц и сухожилий.

28. Определение понятия «координационные способности человека». Факторы, влияющие на проявление координационных способностей в ТАВС.

29. Сенситивные периоды для развития координации движений.

30. Своеобразие координационных способностей в тяжёлой атлетике, пауэрлифтинге, бодибилдинге и гиревом спорте.

Вопросы к экзамену:

(4 семестр ОФО, 6 семестр ЗФО):

1. Определение понятия «силовые способности человека», их разнообразие.

2. Общие основы методики воспитания силы мышц.

3. Факторы, влияющие на проявление силовых способностей. Специализированное развитие мышечной силы.

4. Сенситивные периоды для развития силы.

5. Динамическая и статическая сила мышц. Динамические методы воспитания силы с преодолевающим режимом двигательной деятельности. Динамические методы воспитания силы с уступающим режимом двигательной деятельности.

6. Статические (изометрические), смешанные стимулирующие методы воспитания силы мышц.

7. Интенсивные и экстенсивные методы, круговая тренировка и комбинированные упражнения.

8. Особенности применения методов воспитания силы мышц в тяжёлой атлетике, пауэрлифтинге, гиревом спорте, бодибилдинге и профессионально-прикладной физической подготовке средствами ТАВС.

9. Методы оценки силовых способностей спортсменов.

10. Определение мышечной массы и её парциальной доли в общем весе тела спортсменов. Определение отношения веса тела к росту (индекс Кетле). Изучение зависимости веса тела от роста (индекс Кауба).

11. Определение физиологического и анатомического поперечника мышцы.

12. Измерение быстрой, медленной и статической силы, абсолютной и относительной силы.

13. Расчёт парциальных долей применённых методов воспитания силовых способностей в общем объёме тренировочных нагрузок по данным дневниковых записей.

14. Регистрация продолжительности интервалов отдыха между подходами к штанге при использовании повторных методов.

15. Измерение величины и продолжительности напряжения мышц.

16. Косвенное определение композиции мышечных волокон нижних конечностей.

17. Степень развития силы мышц в зависимости от половых и возрастных особенностей.

18. Наступление адаптации от применения постоянных раздражителей при воспитании силовых способностей и борьба с ней.

19. Определение понятия «скоростные способности человека». Факторы, влияющие на проявление быстроты в ТАВС.

20. Сенситивные периоды для развития быстроты. Взаимосвязь силовых способностей со скоростными. Виды скоростных способностей в ТАВС.

21. Средства и методы воспитания быстроты в ТАВС. Методы оценки быстроты движений.

22. Применение прыжковых тестов различных видов для оценки скоростно-силовых качеств нижних конечностей.

23. Содержание программ подготовки в ТАВС с преимущественной направленностью на воспитание быстроты движений.

24. Определение понятия «гибкость человека». Факторы, влияющие на проявление гибкости в ТАВС.

25. Сенситивные периоды для развития гибкости. Активная и пассивная гибкость. Своеобразие гибкости в тяжёлой атлетике, пауэрлифтинге, бодибилдинге и гиревом спорте.

26. Средства и методы воспитания гибкости, в том числе и с использованием отягощений. Методы оценки подвижности различных суставов.

27. Содержание программ подготовки в ТАВС с преимущественной направленностью на увеличение подвижности в суставах и растяжение (стретчинг) мышц и сухожилий.

28. Определение понятия «координационные способности человека». Факторы, влияющие на проявление координационных способностей в ТАВС.

29. Сенситивные периоды для развития координации движений.

30. Своеобразие координационных способностей в тяжёлой атлетике, пауэрлифтинге, бодибилдинге и гиревом спорте.

31. Упражнения для воспитания координационных способностей. Развитие координации движений при выполнении тяжелоатлетических упражнений и средствами гиревого спорта (жонглирование).

32. Методы оценки координационных способностей в ТАВС.

33. Определение понятия «выносливость человека». Факторы, влияющие на проявление выносливости в ТАВС.

34. Сенситивные периоды для развития координации движений. Общая и специальная выносливость в ТАВС.

35. Средства и методы воспитания специальной выносливости в ТАВС (круговая тренировка, интервальная тренировка, комбинированные упражнения, суперсеты и др.). 36. Методы оценки состояния выносливости в ТАВС, контрольные упражнения и нормативы по общей и специальной физической подготовке в ТАВС, отражающие выносливость.

37. Тестирование общей и специальной выносливости в контрольных нормативах и упражнениях. Выполнение теста PWC_{170} в классическом варианте и в модифицированных, применительно к ТАВС.

38. Содержание программ подготовки в ТАВС с преимущественной направленностью на совершенствование общей и специальной выносливости занимающихся ТАВС.

39. Определение понятия «психика человека». Содержание психики человека и спортсменов ТАВС.

40. Характер человека (спортсмена) – как наиболее отчётливое образование, возникающее и формирующееся под воздействием учебно-воспитательного процесса и жизнедеятельности, в частности – под воздействием тренировок в ТАВС.

41. Приёмы регуляции и саморегуляции состояний спортсмена в ТАВС.

42. Признаки, требующие применения психорегулирующих средств в ТАВС.

43. Специфика применения общедидактических принципов при обучении в тяжелоатлетических видах спорта.

44. Вариативность техники (двигательного навыка) в ТАВС в зависимости от изменения веса снаряда. Влияние координационных способностей на формирование навыков.

45. Факторы, положительно и отрицательно влияющие на формирование двигательного навыка. Понимание двигательной задачи, самоконтроль движения, эмоциональное состояние и утомление.

46. Положительный и отрицательный перенос навыков в упражнениях с отягощениями.

47. Принципы определения рациональной последовательности обучения технике упражнений в ТАВС, их научное обоснование. Возможные варианты последовательности в разучивании упражнений.

48. Ошибки в технике упражнений с отягощениями. Главные и второстепенные ошибки и методика их исправления.

49. Методическая последовательность (различные варианты) в применении и изучении упражнений в ТАВС.

50. Организация процесса обучения. Характеристика основных форм организации: групповая, индивидуальная, урочная и самостоятельная. Требования к рациональной организации обучения.

50. Периодизация спортивной тренировки в ТАВС. Основы периодизации спортивной тренировки в ТАВС.

51. Спортивная тренировка в ТАВС как многолетний процесс. Этап предварительной спортивной подготовки, этап начальной специализации, этап углубленного совершенствования, этап спортивного долголетия.

52. Понятие о количественных и качественных характеристиках тренировочной нагрузки при работе с отягощениями.

53. Вариативность - как один из факторов, способствующих повышению спортивного результата в ТАВС.

54. Характеристика рационального построения отдельного тренировочного занятия: полноценная разминка, основная и заключительная части урока. Применение профилактических упражнений. Создание положительного эмоционального фона.

55. Виды планирования: перспективное, текущее, оперативное.

56. Значение и содержание педагогического контроля процесса спортивной тренировки в ТАВС.

57. Планирование специализированной физической подготовки с использованием отягощений в разных видах спорта: в статических упражнениях, движениях с различной скоростью. Планирование темпа выполнения упражнения, веса отягощения, количества повторений в одном подходе и количества подходов и их влияние на характер развиваемых физических качеств.

58. Методика измерения (определения) скоростно-силовой подготовленности. 59. Особенности методики физической подготовки скоростно-силовой направленности у юношей, девушек, мужчин и женщин различного возраста.

60. Тяжелоатлетические виды спорта - как обязательный или факультативный курс физического воспитания в различных учебных заведениях.

Третий курс (очная форма обучения), четвертый курс (заочная форма обучения)

Вопросы к зачету:

(5 семестр ОФО, 7 семестр ЗФО):

1. Цели, задачи, принципы, этапы и критерии отбора в ТАВС.
2. Специфические особенности отбора разных специализаций в ТАВС.
3. Способы определения уровня спортивного мастерства атлетов ТАВС по протоколам соревнований.
4. Оценка многолетней динамики технического мастерства по видеозаписям, стабильности выступлений атлетов ТАВС на соревнованиях в целях отбора в сборные команды.
5. Виды и содержание тренировочных циклов в ТАВС.

6. Основные принципы составления индивидуальных тренировочных программ подготовки, работа с различными документами планирования.

7. Планирование восстановительных средств, медицинского контроля и научного обеспечения при подготовке спортсменов ТАВС.

8. Способы оценки технической и тактической подготовленности атлетов ТАВС, их состояния и тренировочной нагрузки.

9. Виды обследования и контроля состояния спортсменов в ТАВС.

10. Организация работы в сборных командах, спортивных школах, училищах олимпийского резерва, коллективах физической культуры и секциях по тяжелоатлетическим видам спорта.

11. Составление сметы расходов на основе календаря спортивных мероприятий.

12. Организация и содержание работы по повышению квалификации тренерского состава.

13. Медицинский контроль за спортсменами в ТАВС.

14. Проблема совершенствования документации учёта и планирования тренировочного процесса в ТАВС.

15. Агитационно-пропагандистская и культурно-массовая работа при занятиях тяжелоатлетическими видами спорта.

16. Использование технических средств в тренировочном процессе тяжелоатлетов.

17. Основные научные методы исследования, используемые в ТАВС и их характеристика.

18. Педагогические и инструментальные методы исследования в ТАВС.

19. Назначение тренажёрно-исследовательских стендов и аппаратно-программных комплексов в ТАВС.

20. Характеристика средств срочной информации в ТАВС.

21. Основные научные проблемы в фундаментальных и прикладных исследованиях в тяжелоатлетических видах спорта.

22. Значение общетеоретических дисциплин в проведении НИР и УИРС в ТАВС.

23. Перспективы исследовательской работы в ТАВС.

24. Порядок и этапы выполнения выпускной квалификационной работы.

25. Технология и стандарты оформления выпускной квалификационной работы.

26. Общие основы теории управления, основные звенья и закономерности управления спортивной тренировкой.

27. Основные модельные характеристики тренировочной и соревновательной деятельности атлетов в зависимости от тяжелоатлетической специализации.

28. Основные компоненты управления спортивной тренировкой.

29. Связи в системе управления «тренер-атлет», роль необходимой информации в системе управления спортивной тренировкой.

30. Особенности прогнозирования результатов в ТАВС, составление краткосрочных и долгосрочных прогнозов по анализу выступлений атлетов на соревнованиях.

Вопросы к экзамену:

(6 семестр ОФО, 8 семестр ЗФО):

1. Цели, задачи, принципы, этапы и критерии отбора в ТАВС.
2. Специфические особенности отбора разных специализаций в ТАВС.
3. Способы определения уровня спортивного мастерства атлетов ТАВС по протоколам соревнований.

4. Оценка многолетней динамики технического мастерства по видеозаписям, стабильности выступлений атлетов ТАВС на соревнованиях в целях отбора в сборные команды.
5. Виды и содержание тренировочных циклов в ТАВС.
6. Основные принципы составления индивидуальных тренировочных программ подготовки, работа с различными документами планирования.
7. Планирование восстановительных средств, медицинского контроля и научного обеспечения при подготовке спортсменов ТАВС.
8. Способы оценки технической и тактической подготовленности атлетов ТАВС, их состояния и тренировочной нагрузки.
9. Виды обследования и контроля состояния спортсменов в ТАВС.
10. Организация работы в сборных командах, спортивных школах, училищах олимпийского резерва, коллективах физической культуры и секциях по тяжелоатлетическим видам спорта.
11. Составление сметы расходов на основе календаря спортивных мероприятий.
12. Организация и содержание работы по повышению квалификации тренерского состава.
13. Медицинский контроль за спортсменами в ТАВС.
14. Проблема совершенствования документации учёта и планирования тренировочного процесса в ТАВС.
15. Агитационно-пропагандистская и культурно-массовая работа при занятиях тяжелоатлетическими видами спорта.
16. Использование технических средств в тренировочном процессе тяжелоатлетов.
17. Основные научные методы исследования, используемые в ТАВС и их характеристика.
18. Педагогические и инструментальные методы исследования в ТАВС.

19. Назначение тренажёрно-исследовательских стендов и аппаратно-программных комплексов в ТАВС.
20. Характеристика средств срочной информации в ТАВС.
21. Основные научные проблемы в фундаментальных и прикладных исследованиях в тяжелоатлетических видах спорта.
22. Значение общетеоретических дисциплин в проведении НИР и УИРС в ТАВС.
23. Перспективы исследовательской работы в ТАВС.
24. Порядок и этапы выполнения выпускной квалификационной работы.
25. Технология и стандарты оформления выпускной квалификационной работы.
26. Общие основы теории управления, основные звенья и закономерности управления спортивной тренировкой.
27. Основные модельные характеристики тренировочной и соревновательной деятельности атлетов в зависимости от тяжелоатлетической специализации.
28. Основные компоненты управления спортивной тренировкой.
29. Связи в системе управления «тренер-атлет», роль необходимой информации в системе управления спортивной тренировкой.
30. Особенности прогнозирования результатов в ТАВС, составление краткосрочных и долгосрочных прогнозов по анализу выступлений атлетов на соревнованиях.
31. Сбор научной информации для составления прогноза развития спортсмена в ТАВС.
32. Понятие и сущность моделирования спортивной деятельности в ТАВС.
33. Порядок разработки модельных характеристик техники выполнения движений и тренировочных нагрузок в различных ТАВС.
34. Особенности силовой подготовки спортсменок в ТАВС.

35. Сенситивные периоды развития физических качеств у женщин.
36. Овариально-менструальный цикл у женщин и его связь с физической работоспособностью.
37. Особенности силовой тренировки женщин в зависимости от фазы ОМЦ.
38. Особенности методики силовой подготовки в дородовой и послеродовой период у спортсменок ТАВС.
39. Основные медико-биологические проблемы при подготовке спортсменок ТАВС.
40. Проблемы отбора и возрастных особенностей при подготовке женщин в ТАВС.

Четвертый курс (очная форма обучения), пятый курс (заочная форма обучения)

Вопросы к зачету:

(7 семестр ОФО, 9 семестр ЗФО):

1. Возрастные изменения параметров морфофункциональных особенностей ТАВС по данным научных исследований
2. Влияние применения различных средств и методов тренировки мужчин и женщин на их морфофункциональные особенности
3. Механизмы адаптации в ТАВС
4. Основные особенности восстановления после нагрузок в ТАВС в зависимости от половой принадлежности спортсменов и массы их тела.
5. Сердечно-сосудистая, нервная, дыхательная система мужчин и женщин в ТАВС.
6. Утомление и восстановительные процессы.
7. Система отбора как составная часть общей системы подготовки спортсмена.
8. Принципы отбора. Основные пути отбора.

9. Медико-биологические предпосылки для основных этапов отбора
10. Медико-биологические критерии отбора: возраст, состояние здоровья; уровень развития центрально-нервного и мышечного факторов
11. Потенциальные возможности функциональных систем организма к выполнению специфической двигательной деятельности; психическая устойчивость к перенесению специфических тренировочных нагрузок; наличие цели (мотивации).
12. Специфические методы отбора в тяжелоатлетических видах спорта
13. Цели и задачи отбора на различных этапах подготовки
14. Средства и методы отбора
15. Критерии объёма тренировочной нагрузки
16. Объём и доля общей нагрузки в основных и дополнительных упражнениях
17. Критерии интенсивности тренировочной нагрузки
18. Взаимосвязь параметров объёма и интенсивности нагрузки
19. Параметры интенсивности нагрузки сильнейших атлетов экстра-класса.
20. Влияние гормональных систем на управление механизмом общей адаптации организма
21. Механизмы мобилизации энергетических ресурсов и функциональных возможностей организма.
22. Виды соревнований, их значение.
23. Задачи спортивной тренировки на различных этапах подготовки
24. Характеристика основных параметров объёма и интенсивности тренировочной нагрузки
25. Применение соревновательных, специально-подготовительных, Общеразвивающих и нетрадиционных упражнений в тренировках

26. Применение тренажёрных устройств и физиотерапевтических средств.

27. Учёт, обработка и анализ тренировочных нагрузок по дневниковым записям

28. Модельные характеристики тренировочной и соревновательной деятельности атлетов в зависимости от тяжелоатлетической специализации

29. Методология разработки модельных характеристик управленческой деятельности в ТАВС.

30. Реклама высоких спортивных достижений с целью развития ТАВС.

Вопросы к экзамену:

(8 семестр ОФО, 10 семестр ЗФО):

1. Возрастные изменения параметров морфофункциональных особенностей в ТАВС.

2. Психологические особенности мужчин и женщин, занимающихся ТАВС.

3. Основные механизмы адаптации при занятиях тяжелоатлетическими видами спорта.

4. Основные особенности восстановления после нагрузок в зависимости от половой принадлежности и массы тела.

5. Способы определения и сравнительный анализ параметров телосложения спортсменов ТАВС.

6. Функционирование основных систем организма у мужчин и женщин в ТАВС.

7. Особенности утомления и восстановительных процессов у мужчин и женщин в ТАВС.

8. Психолого-педагогические особенности тренировок и соревновательной деятельности в ТАВС.

9. Понятие о спортивной одарённости и его медико-биологическая составляющая в ТАВС.
10. Принципы и основные пути спортивного отбора в ТАВС.
11. Методические особенности выявления перспективных атлетов.
12. Специфические методы отбора в тяжелоатлетических видах спорта.
13. Критерии объёма тренировочной нагрузки в ТАВС.
14. Критерии интенсивности тренировочной нагрузки в ТАВС.
15. Особенности подготовки тяжелоатлетов в зависимости от массы тела.
16. Тенденции изменения параметров нагрузки с ростом уровня спортивного мастерства тяжелоатлетов.
17. Роль гормонов в адаптации организма к интенсивным физическим нагрузкам с отягощениями.
18. Влияние физических нагрузок на резистентность организма спортсменов экстра-класса в ТАВС.
19. Влияние возраста атлетов на адаптивные свойства организма.
20. Календарь соревнований – основополагающий документ, определяющий стратегию подготовки в ТАВС.
21. Задачи спортивной тренировки на различных этапах подготовки атлетов экстра-класса.
22. Применение традиционных и нетрадиционных средств и методов тренировки в ТАВС.
23. Применение тренажёрных устройств и физиотерапевтических средств в ТАВС.
24. Особенности применения методов развития различных физических качеств у атлетов экстра-класса.
25. Учёт индивидуальных особенностей при выборе методов тренировки в ТАВС.

26. Понятие об общих основах теории управления, основные звенья и закономерности управления спортивной тренировкой.
27. Основные компоненты управления спортивной тренировкой.
28. Понятие и сущность моделирования управления спортивной тренировкой и соревновательной деятельностью.
29. Организационное обеспечение подготовки атлетов и специалистов в ТАВС.
30. Реклама высоких спортивных достижений с целью развития ТАВС.
31. Характеристика основных функций, выполняемых тренером при подготовке спортсменов ТАВС.
32. Пути совершенствования профессиональных качеств тренера.
33. Методика оценки качества знаний, умений и навыков тренера по выполнению им своих функций.
34. Характеристика стилей деятельности тренера (автократический, коллегиальный, попустительский, переходный).
35. Пути совершенствования стиля деятельности тренера в зависимости от оценки его другими специалистами и самооценки.
36. Понятия деловые (формальные) и личностные (неформальные) отношения в деятельности тренера.
37. Характеристика групп причин, вызывающих конфликты на тренировках и соревнованиях в ТАВС.
38. Способы предупреждения и устранения конфликтов в процессе тренировок и соревнований.
39. Критерии оценки индивидуальных свойств личности тренера.
40. Особенности работы тренера с различным контингентом спортсменов ТАВС.

Примерные темы рефератов по всему курсу дисциплины (Без учета тем рефератов по дополнительному заданию преподавателя для студента, пропустившего тему раздела по уважительной причине)

1. Место ТАВС в системе физического воспитания РФ. Значение силовой, том числе скоростно-силовой, подготовленности в деятельности человека.
2. Роль упражнений с отягощениями и их применение в различных видах спорта и деятельности (профессионально-прикладной аспект).
3. Эволюция правил соревнований по тяжёлой атлетике и техники подъёма штанги.
4. Организационная основа отечественной школы ТАВС. Система спортивных соревнований в ТАВС.
5. Возникновение и развитие избранного вида тяжелоатлетического спорта как вида спорта.
6. Развитие ТАВС в дореволюционной России.
7. Развитие ТАВС после Октябрьской социалистической революции 1917 г. (до начала Великой Отечественной войны).
8. Тяжёлая атлетика во время Великой Отечественной войны.
9. ТАВС в СССР
10. Актуальные вопросы развития ТАВС на современном этапе
11. Характеристика тяжелоатлетических клубов и обществ.
12. Сильнейшие тяжелоатлеты России и мира.
13. Модельные характеристики тренировочной и соревновательной деятельности атлетов в зависимости от тяжелоатлетической специализации.
14. Особенности прогнозирования развития деятельности в ТАВС.
15. Финансовое, материально-техническое, медико-биологическое, научно-методическое, информационное, кадровое, организационное обеспечение подготовки атлетов в ТАВС
16. Руководство соревновательной деятельностью в ТАВС
17. Руководство тренировочной деятельностью в ТАВС.

Примерная тематика курсовых и выпускных квалификационных работ

Техника упражнений в тяжелоатлетических видах спорта

- **Микроструктура упражнений, управление дыханием, управление упражнением.**
 - Определение количественных характеристик всех параметров техники, их ранжирование по значимости.
 - Определение модельных характеристик техники выполнения упражнений в разных видах тяжелоатлетического спорта сильнейших атлетов, а также промежуточные модели техники атлетов различных квалификаций.
 - Определение наиболее стабильных и наиболее изменяемых элементов техники, разработка тестов и критериев оценки состояния техники.
 - Изучение техники тяжелоатлетических упражнений на основе количественных характеристик, получаемых с помощью электронно-вычислительной техники, моделирование этих характеристик.

Функциональное состояние системы «атлет-снаряд»

- Физиологический механизм упражнений в тяжелоатлетических видах спорта.
- Взаимодействие анализаторов при выполнении упражнений в тяжелоатлетических видах спорта, процессы регуляции поз на различных фазах упражнений.
- Биомеханический анализ позы и движений атлета в различных упражнениях.
- Изучение электроактивности мышц при выполнении тяжелоатлетических упражнений.
- Изучение функционального состояния атлета.

- Уровень работоспособности атлетов и утомление; средства и методы восстановления в тренировочном процессе и др.

Общая и специальная физическая подготовка

- Изучение общих и специальных физических качеств.
- Методы объективного контроля за уровнем развития общих и специальных качеств, специальной силы и выносливости в различных упражнениях.
- Профилактика отрицательных воздействий тяжелоатлетической нагрузки спортсменов различного возраста и специализации и др.

Моральная и специальная психологическая подготовка

- Экстремальные ситуации, риск, соперничество, самообладание, самозащита спортсмена.
- Изучение физиологических сдвигов в организме атлета в предстартовом состоянии.
- Изучение изменений техники выполнения тяжелоатлетических упражнений, возникающих под воздействием сбивающих факторов предстартового состояния.
- Изучение особенностей специальной психической подготовки.
- Средства и методы психической подготовки на каждом этапе учебно-тренировочного процесса; разработка методов регулирования психического состояния атлета, позволяющих создавать оптимальные условия для реализации наиболее совершенной техники в условиях соревнований.

Управление процессом спортивной подготовки атлетов

- Изучение средств и методов тренировки атлетов.
- Объективизация тренировочной нагрузки, модельные единицы нагрузок, моделирование и программирование тренировочного процесса на

различных этапах подготовки атлетов и соотношении интенсивности объёмов тренировочной и соревновательной нагрузки.

- Изучение путей интенсификации тренировочного процесса в тяжелоатлетических видах спорта; использование технических средств в тренировке атлетов.
- Разработка программ тренирующих воздействий и обучающих программ.
- Определение уровня технической, физической, психической и тактической подготовленности.
- Разработка методов контроля за состоянием тренируемой системы.
- Планирование тренировочного процесса на всех уровнях и этапах.
- Прогнозирование спортивных результатов, отбор перспективных атлетов, отбор сильнейших атлетов к выступлению на ответственных соревнованиях, прогноз краткосрочный, среднесрочный, долгосрочный и др.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (теория и методика тяжелоатлетических видов спорта)»

а) Основная литература

1. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте / Ю.В.Верхошанский. – 3-е изд. – М. : Советский спорт, 2013. – 216 с. : ил. ISBN 978-5-9718-0609-7
2. Громов, В.А. Основы тяжелоатлетических видов спорта: пособие для поступающих в РГУФКСиТ [Текст] / В.А.Громов. – М.: Физическая культура, 2011. – 42 с.
3. Попов, Г. И. Биомеханика двигательной деятельности: Учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования / Г. И. Попов, А. В. Самсонова. - М.: издательский центр «Академия», 2011. - 320 с. (сер. «Бакалавриат»).
4. Скотников, В.Ф. Скоростно-силовая подготовка тяжелоатлетов высокой квалификации юниорского возраста [Текст]: методическое пособие для студентов, аспирантов и слушателей РГУФКСиТ / В.Ф.Скотников, В.Е.Смирнов, В.Б.Соловьёв. – М.: Физическая культура, 2010. – 36 с.
5. Стеценко, А. И. Пауэрлифтинг. Теория и методика избранного вида спорта. - Черкассы: ЧНУ Б. Хмельницкого, 2008. - 452 с.
6. Тихонов, В.Ф. Основы гиревого спорта: обучение двигательным действиям и методы тренировки: учебное пособие / В.Ф.Тихонов, А.В.Суховой, Д.В.Леонов. – М.: Советский спорт, 2009.- 1 электрон. опт. диск (CD ROM). – 132 с. - – ISBN 978-5-9718-0374-4.
7. Фалеев, А. В. Секреты силового тренинга. Как накачать силу и мышечную массу, занимаясь без тренера. - М.: изд-во АСТ; Донецк: Сталкер, 2008. - 319 с.
8. Шейко Б.И. Пауэрлифтинг. От новичка до мастера / Б. И. Шейко, П. С. Горулев, Э. Р. Румянцева, Р. А. Цедов; под общ. ред. Б. И. Шейко. - Москва, 2013. - 560 с.: ил.
9. Шейко, Б. И. Теоретические основы техники выполнения соревновательного упражнения жим лёжа: Учебное пособие / Б. И. Шейко, Е. В. Охлюев. - Уфа: ред.-издат. центр Баш-ИФК, 2010. -190 с.: ил.
10. Эванс, Ник. Анатомия бодибилдинга / Н. Эванс; пер. с англ. С. Э. Борич. - Минск: Попурри, 2008. -192 с. :ил.

б) Дополнительная литература

1. Аксёнов, М. О. Кластерный анализ тренировочной нагрузки пауэрлифтеров // М. О. Аксёнов, А. В. Гаськов // Интеллектуальный потенциал вузов на развитие Дальневосточного региона России: Материалы VII Междунар. конф. студентов, аспирантов и молодых учёных (25-26 мая 2005 г.). Кн. 4 / Институт сервиса, моды и дизайна. - Владивосток: изд-во ВГУ-ЭС, 2005. - С. 10-12 .
2. Аксёнов, М. О. Управление тренировочным процессом в пауэрлифтинге на основе современных информационных технологий: Дис. канд. пед. наук: 13.00.04. - Улан-Удэ: изд-во БГУ, 2006. - 200 с.
3. Аксёнов, М. О. Управление тренировочным процессом спортсменов старших разрядов в пауэрлифтинге на основе современных методов моделирования // Молодёжь Забайкалья: интеллект и здоровье: Материалы VII междунар. науч. конф. - Чита, 2003. - С. 48-51.
4. Бельский, И. В. Системы эффективной тренировки: Армрестлинг. Бодибилдинг. Бенчпресс. Пауэрлифтинг. - Мн: Вида-Н, 2003. - 352 с.
5. Беркут, А.Г. Методика подготовки тяжелоатлетов 11-14 лет на основе использования изокинетических режимов: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Беркут: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2004. – 23 с.
6. Вейдер, Д. Строительство тела по системе Джо Вейдера (перевод с английского). - М.: ФиС, 1992. -112 с.
7. Вельский, И. В. Модель специальной силовой подготовленности пауэрлифтеров // Теория и практика физической культуры. - 2000. - № 1. - С. 33-35.
8. Верхошанский, Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса [Текст] / Ю.В.Верхошанский. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 176 с., ил. – (Наука – спорту; Основы тренировки).
9. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов / Ю. В. Верхошанский.– М.: Физкультура и спорт, 1988. – 331 с.
10. Воронынец, А.И. Гири. Спорт сильных и здоровых / А.И.Воротынцев. – М.: Советский спорт, 2002. – 272 с.: ил. – ISBN 5-85009-698-1.
11. Дворкин, А. С. Силовые единоборства. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2001. - 382 с.
12. Дворкин, Л.С. Тяжёлая атлетика и возраст / Л.С.Дворкин. – Свердловск: Изво Урал. ун-та, 1989. – 200 с. . – ISBN 5-7525-0058-3. Дворкин, Л.С. Подготовка юного тяжелоатлета [Текст]: Учебное пособие / Л.С.Дворкин. – М.: Советский спорт, 2006. – 396

с. – ISBN 5-9718-0078-7.

13. Дворкин, Л.С. Тяжёлая атлетика [Текст]: учебник для вузов / Л.С.Дворкин; 1-я и 2-я главы – Л.С.Дворкин, А.П.Слободян. – М.: Советский спорт, 2005. – 600 с. – ISBN 5-85009-896-8.

14. Делавье, Фредерик. Анатомия силовых упражнений для мужчин и женщин / Пер. с фр. О.Е.Ивановой. – М.: РИПОЛ классик, 2006. – 144 с.: ил.

15. Довгич, А.А. Формирование структуры подготовленности тяжелоатлетов высокой квалификации в процессе долговременной адаптации к физическим нагрузкам: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / А.А.Довгич: Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, Министерство Украины по делам молодёжи и спорта. – Киев, 2005. – 21 с.

16. Каленикова, Н.Г. Конструктивная методика профессионально-прикладной физической подготовки средствами пауэрлифтинга студентов технического университета: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н.Г.Каленикова: Смоленский государственный институт физической культуры. – Лаборатория оперативной полиграфии БГТУ, 2004. – 18 с.

17. Кулешова, Н.А. Укрепление силы мышц у женщин в послеродовом периоде средствами оздоровительной физической культуры: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н.А.Кулешова: ВНИИФК. – М., 2007. – 18 с.

18. Лукьянов, Б. Г. Кинематические характеристики модели техники жима лёжа / Б. Г. Лукьянов, Б. И. Шейко, Г. А. Смоляков, И. С. Фролов. - Российская научная конференция «Инновационные подходы в организации и содержании образовательного процесса в спортивной и оздоровительной деятельности». - УГАТУ, 2008. - С. 133-135.

19. Лукьянов, Б. Г. Структурная модель техники жима лёжа / Б. Г. Лукьянов, Б. И. Шейко, А. Б. Лукьянов. Российская научная конференция «Инновационные подходы в организации и содержании образовательного процесса в спортивной и оздоровительной деятельности». - УГАТУ, 2008. - С. 141-146.

20. Медведев, А.С. Объём тренировочной нагрузки в основных группах упражнений у сильнейших женщин-тяжелоатлеток мира и России в зависимости от массы тела и этапа подготовки: Учебное пособие для студентов, аспирантов и слушателей РГАФК / А.С.Медведев, Я.В.Буджак, В.Ф.Скотников. – М.: РИО РГАФК, 1999. – 78 с.

21. Медведев, А.С. Программа многолетней тренировки в тяжёлой атлетике [Текст] / А.С.Медведев. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 224 с., ил. – (Госкомспорт СССР; Главное упр. Научно-метод. работы; Упр. спорт. единоборств.).

22. Медведев, Д.Н. Спортивно-оздоровительные технологии профилактики

травматизма и в посттравматический период в тяжёлой атлетике: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Д.Н.Медведев: Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф.Лесгафта. – Санкт-Петербург, 2010. – 24 с.

23. Медведев, А.С. Система многолетней тренировки в тяжёлой атлетике: Учебное пособие для тренеров / А.С. Медведев– М.: Физкультура и спорт, 1986. – 272 с.

24. Муравьёв, В. Л. Пауэрлифтинг. Путь к силе. - М.: Светлана П, 1998. - 32 с.

25. Назаренко, Ю. Ф. Методика обучения соревновательным упражнениям в силовом троеборье (пауэрлифтинг) / Ю. Ф. Назаренко, С. Ю. Тё, С. В. Матук; Сибирский ГУФК. - Омск, 2003. - 44 с.

26. Назаренко, Ю. Ф. Техника соревновательных упражнений в силовом троеборье / Ю. Ф. Назаренко, С. Ю. Тё; Сибирский ГУФК. - Омск, 2001. - 27 с.

27. Озолин, Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать / Н. Г. Озолин– М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО Издательство АСТ», 2002. – 864 с.: ил. – (Профессия – тренер).

28. Осинцев, С.А. Оптимизация тренировки на начальном этапе подготовки юных спортсменов в бодибилдинге: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / С.А.Осинцев: ГОУ ВПО Челябинский государственный педагогический университет. – Челябинск, типография ЧГПУ, 2006. – 23 с.

29. Остапенко, Л. А. Особенности тренировочного процесса в силовом троеборье на этапе отбора и начальной подготовки: Автореф. дис. канд. пед. наук. - М., 2002. - 25 с.

30. Перл, Б. Стань сильнее / Пер. с англ. В.М.Баженов; Худ. обр. М.В.Драко. – Мн.: ООО «Попурри», 2004. – 432 с.: ил. – ISBN 985-438-929-4.

31. Петров, П.К. Физическая культура: Курсовые и выпускные квалификационные работы / П.К.Петров. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. – 112 с. – (Б-ка студента). – ISBN 5-305-00005-X.

32. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения. - К.: изд-во «Олимпийская литература», 2004. - 808 с.

33. Полетаев, П.А. Моделирование кинематических характеристик соревновательного упражнения «рывок» у тяжелоатлетов высокой квалификации [Текст]: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / П.А.Полетаев: Всероссийский научно-исследовательский институт физической культуры и спорта. – М., 2006. – 22 с.

34. Румянцева, Э.Р. Спортивная подготовка тяжелоатлетов. Механизмы адаптации / Э.Р.Румянцева, П.С. Горулёв. – М.: Изд. «Теория и практика физической культуры», 2006. – 112 с.

культуры», 2005. – 260 с., ил. - ISBN 5-93512-029-1

35. Самсонова, А. В. Гипертрофия скелетных мышц человека: Монография. / А. В. Самсонова; Национальный гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта. - СПб: [б. и.], 2011. - 203 с.: ил.

36. Смирнов, В.Е. Технология обработки тренировочных нагрузок тяжелоатлетов с использованием персонального компьютера: методическая разработка для преподавателей, тренеров, слушателей ВШТ и ФПК, аспирантов и студентов, обучающихся в РГАФК по программе бакалавра и магистра / В.Е.Смирнов, А.С.Медведев. – М., РИО РГАФК, 1997. – 60 с.

37. Солоненко, О.А. Особенности распределения тренировочной нагрузки у женщин-тяжелоатлеток высшей квалификации в годичном цикле: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / О.А.Солоненко: Педагогический институт физической культуры Московского городского педагогического университета. – М., 2004. – 21 с.

38. Скотников, В.Ф. Тяжёлая атлетика [Текст]: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства и училищ олимпийского резерва / В.Ф.Скотников, В.Е.Смирнов, Я.Э.Якубенко. – М.: Советский спорт, 2005. – 108 с. – ISBN 5-9718-0005-1.

39. Сухоцкий, И. В. Пауэрлифтинг. Методика тренировки высококвалифицированных спортсменов. - М.: МИИТ, 2000. - 38 с.

40. Терминология спорта. Толковый словарь спортивных терминов / Сост. Ф. П. Суслов, Д. А. Тышлер. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 480 с.

41. Тё, С.Ю. Особенности спортивной подготовки женщин [Текст]: учебное пособие / С.Ю.Тё, С.Э Тё, Ю.Ф.Назаренко. – Омск: ОГИС, 2007. – 154 с.

42. Тушер, Ю.Л. Тренировочные нагрузки на начальном этапе подготовки начинающих тяжелоатлетов 16-17 лет: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Ю.Л.Тушер: Педагогический институт физической культуры Московского государственного педагогического университета. – М., «Принт Центр», 2006. – 24 с.

43. Фалеев, А. В. Анти - МакРоберт: Думай! по-русски. Как тренироваться по циклам. – Ростов н/Д: изд-во «Феникс», 2006. - 285 с. (Планета Спорт).

44. Фильгина, Е.С. Система силовой подготовки женщин в атлетизме и тяжёлой атлетике: Автореф. дис. ... д-ра. пед. наук / Е.С.Фильгина: Белорусский государственный университет физической культуры. Минск, 2009. – 46 с.

45. Хабаров, А.А. Возрастные особенности базовой физической подготовки молодых тяжелоатлетов / А.А.Хабаров. – Краснодар: Просвещение-Юг, 2000. – 108 с. –

ISBN 5-93491-003-5.

46. Хабаров, А.А. Моделирование базовой силовой подготовки подростков / А.А.Хабаров. – Краснодар: Просвещение-Юг, 2000. – 43 с. – ISBN 5-93491-002-7.

47. Хабаров, А.А. Научно-методические основы организации силовой подготовки подростков / А.А.Хабаров. – Краснодар: Просвещение-Юг, 2000. – 28 с. – ISBN 5-93491-001-9.

48. Хэтфилд, Ф. К. Всестороннее руководство по развитию силы. - Новый Орлеан, 1983. Репринтное переводное издание Ассоциации федераций культуризма Восточной Сибири и Дальнего Востока. - Красноярск, 1992. - 288 с.

49. Шварценеггер, А. Новая энциклопедия бодибилдинга. - М.: изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. - 824 с.: ил.

50. Шейко, Б. И. Методика обучения студентов основам техники жима лёжа // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма: Мат. VI Международной научно-практич. конференции, посвященной 80-летию УГАТУ. Уфимский гос. авиационный техн. ун-т. Уфа: УГАТУ, 2012. - С. 219-221.

51. Шейко, Б. И. Методика обучения студентов основам техники приседания со штангой на плечах // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма: Мат. VI Международной научно-практич. конференции, посвященной 80-летию УГАТУ. Уфимский гос. авиационный техн. ун-т. - Уфа: УГАТУ, 2012. - С. 221-224.

52. Шейко, Б. И. Методика обучения студентов основам техники тяги // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма: Мат. VI Международной научно-практич. конференции, посвященной 80-летию УГАТУ. Уфимский гос. авиационный техн. ун-т. - Уфа: УГАТУ, 2012. - С. 224-228.

53. Шейко, Б. И. Пауэрлифтинг (учебное пособие для студентов высших учебных заведений). - М.: ЗАО «ЕАМ СПОРТ СЕРВИС», 2005. - 544 с.

54. Шейко, Б. И. Специальные упражнения в пауэрлифтинге (Методическое пособие) / Б. И. Шейко, П. С. Горулёв. - Уфа, 2004. - 112 с.

55. Шейко, Б. И. Терминология упражнений, применяемых в пауэрлифтинге // Мир силы. - 2001. - № 4. - С. 20-27.

56. Шубин, К.М. Функциональное состояние отдельных систем организма у юных тяжелоатлетов: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / К.М.Шубин: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2004. – 21 с.

57. Якубенко, Я.Э. Сравнительный анализ объёма тренировочной нагрузки в пауэрлифтинге у мужчин в зависимости от квалификации и массы тела: Автореф. дис. ...

канд. пед. наук / Я.Э.Якубенко: РГУФКСиТ. – М., Принт Центр, 2006. – 24 с.

58. Ян, Бин Шэн (КНР). Критерии и параметры тренировочной нагрузки женщин тяжелоатлетов КНР в подготовительном и соревновательном этапах [Текст]: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Ян Бин Шэн (КНР): РГАФК. – М., Типография МЭИ, 1995. – 22

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

Обучающие программы:

– 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

- справочно-информационные сайты по тяжелоатлетическим видам спорта, сайты федераций (по запросу).

- образовательные контенты: медиатека кафедры Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им. А.С.Медведева и РГУФКСМиТ (учебно-информационные видео фильмы, видеозаписи с Универсиад, Кубков мира, чемпионатов мира и Олимпийских игр);

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (теория и методика тяжелоатлетических видов спорта)», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– программное обеспечение дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (теория и методика тяжелоатлетических видов спорта)»:

– 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.

– электронный учебник: Смирнов, В.Е. Тяжелоатлетические упражнения. Методика обучения / В.Е.Смирнов, М.А.Новосёлов, А.Н.Гацунаев [и др.]: Электронное мультимедийное учебное пособие для студентов вузов физической культуры. –М.: РГУФКСиТ, 2007, CD-ROM;

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (теория и методика тяжелоатлетических видов спорта)»

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Спортивный зал и восстановительный центр кафедры ТиМ ТАВС имени А.С.Медведева и соответствующее оборудование: штанги, гири, гантели, металлические палки, тренажёрные устройства, тренировочные и соревновательные помосты, стойки для приседаний, стойки для жима лёжа, гимнастические снаряды и др.
4. Научная аппаратура: аппаратно-программный комплекс «ГЦОЛИФК 2012», глюкометры, динамометры и другая научно-исследовательская аппаратура.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 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	Компьютерное тестирование* (тестирование) по темам раздела «Общие основы теории ТАВС»: Классификация, систематика и терминология в ТАВС	7 неделя	5
3	Рабочая тетрадь (составление мини-таблиц и мини-глоссариев по ТАВС) по темам раздела «Общие основы теории ТАВС»	9 неделя	10
4	Реферат по темам раздела «Общие основы теории ТАВС»: ТАВС в системе физического воспитания РФ История развития ТАВС	4-8 неделя	15
5	Опрос (требования к местам проведения занятий и соревнований) по теме раздела «Общие основы теории ТАВС»: Техника безопасности в ТАВС	8 неделя	5
6	Контрольная работа (комплексы упражнений для профилактики травм у тяжелоатлетов) по теме раздела «Общие основы теории ТАВС»:	10-12 неделя	5

	Техника безопасности в ТАВС		
7	Собеседование по темам раздела «Общие основы теории ТАВС»: Объективные и субъективные условия спортивной деятельности в тяжелоатлетических видах спорта Правила соревнований в тяжелоатлетических видах спорта	6 неделя	5
8	Опрос по теме раздела «Общие основы теории ТАВС»: Введение в специализацию	4 неделя	5
9	Коллоквиум по теме раздела «Общие основы теории ТАВС»: Анализ состояния и тенденции развития ТАВС на современном этапе в России и мире	5 неделя	5
10	Контрольная работа по теме раздела «Общие основы теории ТАВС»: Правила соревнований в тяжелоатлетических видах спорта	13 неделя	5
11	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	14 неделя	15
12	Зачет (рубежный контроль)	16 неделя	15
13	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>	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 2 семестр.

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование по темам раздела «Техника выполнения упражнений в ТАВС» Теоретические основы техники тяжелоатлетических упражнений Техника выполнения соревновательных упражнений в тяжёлой атлетике Техника выполнения упражнений в пауэрлифтинге Техника упражнений в гиревом спорте Техника упражнений в бодибилдинге	19 неделя	5
2	Контрольная работа (анализ техники выполнения тяжелоатлетических упражнений в процессе тренировочных занятий и соревнований, а также по фото- и видеоматериалам с использованием методики визуального контроля техники и фиксации ошибок и недочётов) по темам раздела «Техника выполнения упражнений в ТАВС»	23 неделя	15
3	Опрос по темам раздела «Введение в НИР и УИРС» Задачи и организация НИР и УИРС в ТАВС	40 неделя	5
4	Доклад, сообщение по теме раздела	41-42 неделя	15

	«Введение в НИР и УИРС»: Задачи и организация НИР и УИРС в ТАВС		
5	Деловая игра (демонстрация техники соревновательных и специально-подготовительных упражнений) по темам раздела «Техника выполнения упражнений в ТАВС»	18-24 неделя	15
6	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	34 неделя	15
7	Сдача экзамена (рубежный контроль)	43 неделя	20
8	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме пропущенного занятия	5
2	Написание реферата по теме пропущенного занятия	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 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	Опросы по темам раздела «Физические и психические качеств в ТАВС» Методы развития силы мышц в ТАВС Методы развития быстроты в ТАВС Методы развития гибкости в ТАВС Методы развития координационных способностей в ТАВС Методы развития выносливости в ТАВС Структура психики и психические свойства спортсменов ТАВС Психические процессы и психические качества занимающихся ТАВС Психические состояния спортсменов ТАВС и пути их регуляции Психорегулирующие средства восстановления в тренировочном процессе	5-9 неделя	5
3	Деловая игра (практика в проведении занятий) по темам раздела «Физические и психические качеств в ТАВС»: Методы развития силы мышц в ТАВС Методы развития быстроты в ТАВС Методы развития гибкости в ТАВС Методы развития координационных способностей в ТАВС	7-11 неделя	15

	Методы развития выносливости в ТАВС		
4	Коллоквиум по темам раздела «Методика обучения технике выполнения упражнений в ТАВС и её совершенствование» Общедидактические принципы и методы обучения в ТАВС Факторы, влияющие на формирование двигательного навыка Методика обучения технике соревновательных упражнений в ТАВС	12-15 неделя	5
5	Расчетно-графические (анализ антропометрических и биомеханических показателей) и контрольные работы (подготовка план-конспектов занятий (тренировочных программ) и их защита (практика в проведении занятий) с преимущественной направленностью на развитие определенного физического качества) по темам раздела «Физические и психические качеств в ТАВС»	7-10 недели	10
6	Контрольная работа (составление программ для обучения различным упражнениям в ТАВС (программ двигательных действий); анализ техники выполнения тяжелоатлетических упражнений в процессе тренировочных занятий и соревнований, а также по фото- и видеоматериалам с использованием методики визуального контроля техники и фиксации ошибок и недочётов) по теме раздела «Методика обучения технике выполнения упражнений в ТАВС и её совершенствование»	12-15 неделя	5
7	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	14 неделя	15
8	Деловая игра (практика в проведении занятий) по теме раздела «Методика обучения технике выполнения упражнений в ТАВС и её совершенствование» Методика обучения технике соревновательных упражнений в ТАВС	13-16 неделя	15
9	Доклад, сообщение по темам раздела «Физические и психические качеств в ТАВС»	11 неделя	5
10	Зачет (рубежный контроль)	17 неделя	15
11	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>	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 4 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	<p>Опросы по темам раздела «Методика планирования»</p> <p>Структура управления тренировочным процессом</p> <p>Планирование объёма тренировочной нагрузки в ТАВС</p> <p>Планирование интенсивности тренировочной нагрузки в ТАВС</p> <p>Вариативность спортивной тренировки в ТАВС</p> <p>Перспективное планирование</p> <p>Текущее и оперативное планирование в ТАВС</p> <p>Контроль и учёт спортивного совершенствования в ТАВС</p> <p>Планирование применения средств и методов ТАВС для физической подготовки спортсменов разных специализаций</p> <p>Особенности планирования спортивной работы в образовательных организациях высшего и среднего профессионального образования</p>	25-30 неделя	<p>5</p> <p>5</p> <p>5</p>

3	Контрольная работа (подготовка план-конспектов занятий, комплексов упражнений, практика в проведении занятий) по темам раздела «Методика планирования»	22-35 неделя	5
4	Рабочая тетрадь (обработка дневников тренировочной нагрузки, подготовка документов учета и планирования) по темам раздела «Методика планирования»	25-40 неделя	5
5	Деловая игра (практика в проведении занятий) по темам раздела «Методика планирования»	25-40 неделя	15
	Творческое задание по темам раздела «Методика планирования» 1. Составление циклов подготовки с учётом принципов вариативности: объёма, интенсивности, средств тренировки и восстановления и других критериев и параметров тренировочной нагрузки. 2. Построение графиков динамики изменения параметров нагрузки с целью их визуальной оценки	41-43 неделя	15
	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	34 неделя	15
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	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ
Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 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	Опрос по темам раздела «Теория и методика тренировки в ТАВС» Система отбора в ТАВС Контроль и учёт спортивного совершенствования Организационно-методические особенности подготовки в ТАВС	5-7 неделя	5
3	Опрос по теме раздела «Система управления тренировкой в ТАВС» Общие основы теории управления Прогнозирование спортивных результатов Моделирование спортивной деятельности	9-11 неделя	5
4	Контрольная работа (подготовка документации для организации и проведения соревнований, работа с электронными базами данных, финансовая документация) по темам раздела «Теория и методика тренировки в ТАВС» Организационно-методические особенности подготовки в ТАВС	8 неделя	5
5	Доклад, сообщение по темам раздела «Научно-исследовательская работа и УИРС»: Методы и методики исследования в ТАВС Курсовая работа и выпускная квалификационная работа: выбор темы,	14 неделя	10

	обоснование, методика написания		
6	Контрольная работа (составление и анализ план-конспектов занятий на цикл подготовки, использование технических средств в тренировочном процессе спортсменов) по темам раздела «Теория и методика тренировки в ТАВС» Планирование спортивной тренировки Контроль и учёт спортивного совершенствования	9-15 неделя	5
7	Творческое задание, деловая игра по темам раздела «Теория и методика тренировки в ТАВС» Система отбора в ТАВС Планирование спортивной тренировки Контроль и учёт спортивного совершенствования Организационно-методические особенности подготовки в ТАВС	10-15 неделя	15
8	Деловая игра (практика в проведении занятий с использованием технических средств) по темам раздела «Теория и методика тренировки в ТАВС» Планирование спортивной тренировки Контроль и учёт спортивного совершенствования Организационно-методические особенности подготовки в ТАВС	10-15 неделя	15
9	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	14 неделя	15
10	Сдача зачета (рубежный контроль)	17 неделя	15
11	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	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 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	Доклад, сообщение по темам раздела «Система управления тренировкой в ТАВС» Прогнозирование спортивных результатов Моделирование спортивной деятельности	21-22 неделя	5
3	Деловая игра по темам раздела «Научно-исследовательская работа и УИРС»: Методы и методики исследования в ТАВС Курсовая работа и выпускная квалификационная работа: выбор темы, обоснование, методика написания <i>Защита КР оценивается отдельно</i>	38-42 неделя	15
4	Творческое задание (моделирование технической подготовки – разработка и анализ), деловая игра (практика в проведении тестирования) по темам раздела «Система управления тренировкой в ТАВС» Моделирование спортивной деятельности	27 неделя	15
5	Творческое задание (составление		15

	программ тренировочных занятий на различные циклы подготовки), деловая игра (практика в проведении тестирований и занятий) по темам раздела «Научно-методические основы подготовки женщин в ТАВС» Особенности силовой подготовки спортсменок Проблема отбора и возрастных особенностей при подготовке женщин в ТАВС	29-42 неделя	
6	Расчетно-графические работы, Контрольные работы (подготовка план-конспектов занятий, комплексов упражнений) по темам раздела «Научно-методические основы подготовки женщин в ТАВС» Особенности силовой подготовки спортсменок Особенности проявления ОМЦ у женщин в ТАВС Медико-биологические основы тренировок спортсменок ТАВС	30 - 35 неделя	5
7	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	34-35 неделя	15
8	Сдача экзамена (рубежный контроль)	43-44 недели	20
9	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	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ
Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта
им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 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	Собеседование по теме раздела «Медико-биологические проблемы тренировки в ТАВС» Морфофункциональные особенности спортсменов в ТАВС	4 неделя	5
3	Коллоквиум по темам раздела «Медико-биологические проблемы тренировки в ТАВС» Морфофункциональные особенности спортсменов в ТАВС	5-6 неделя	5
	Медико-биологические основы отбора в ТАВС	8-9 неделя	5
5	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	14 неделя	15
	Творческое задание (составление программ тренировочных занятий на различные циклы подготовки), деловая игра (практика в проведении тестирований и занятий) по темам раздела «Теория и методика подготовки атлетов экстра-класса» Современные представления о критериях и параметрах объёма и интенсивности	10-16 неделя	15

	нагрузки в ТАВС Влияние интенсивных физических нагрузок на адаптивные свойства организма Цели, задачи и содержание спортивной тренировки Контроль и учёт спортивного совершенствования		
	Деловая игра (практика в проведении тестирований и занятий) по темам раздела «Медико-биологические проблемы тренировки в ТАВС» Медико-биологические основы отбора в ТАВС	12-15 неделя	15
	Доклад, сообщение по теме раздела «Научно-исследовательская работа и УИРС»: Завершение написания и оформления выпускных квалификационных работ	16 неделя	15
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>	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 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	Опрос по темам раздела «Спортивно-педагогическое мастерство тренера» Функции тренера	29 неделя	5
3	Коллоквиум по темам раздела «Спортивно-педагогическое мастерство тренера» Функции тренера	30 неделя	5
	Педагогические способности и стили деятельности тренера по ТАВС	32 неделя	5
	Деловые и личностные взаимоотношения тренера	33 неделя	5
	Оценка деятельности и личности тренера по ведущим критериям	35 неделя	5
4	Реферат по темам раздела «Менеджмент в ТАВС»: Менеджмент в КФК, ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ, УОР Обеспечение системы подготовки в ТАВС	28 неделя	15
	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	34 неделя	15
5	Ролевая игра по темам раздела «Спортивно-педагогическое мастерство тренера» Педагогические способности и стили деятельности тренера по ТАВС Деловые и личностные взаимоотношения тренера Оценка деятельности и личности тренера по ведущим критериям	30-33 неделя	15
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>	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 1 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование) по темам раздела «Общие основы теории ТАВС»: Классификация, систематика и терминология в ТАВС	5
3	Рабочая тетрадь (составление мини-таблиц и мини-гlossариев по ТАВС) по темам раздела «Общие основы теории ТАВС»	10
4	Реферат по темам раздела «Общие основы теории ТАВС»: ТАВС в системе физического воспитания РФ История развития ТАВС	15
5	Опрос (требования к местам проведения занятий и соревнований) по теме раздела «Общие основы теории ТАВС»: Техника безопасности в ТАВС	5
6	Контрольная работа (комплексы упражнений для профилактики травм у тяжелоатлетов) по теме раздела «Общие основы теории ТАВС»: Техника безопасности в ТАВС	5
7	Собеседование по темам раздела «Общие основы теории ТАВС»: Объективные и субъективные условия спортивной деятельности в тяжелоатлетических видах спорта Правила соревнований в тяжелоатлетических видах спорта	5

8	Опрос по теме раздела «Общие основы теории ТАВС»: Введение в специализацию	5
9	Коллоквиум по теме раздела «Общие основы теории ТАВС»: Анализ состояния и тенденции развития ТАВС на современном этапе в России и мире	5
10	Контрольная работа по теме раздела «Общие основы теории ТАВС»: Правила соревнований в тяжелоатлетических видах спорта	5
11	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	15
12	Зачет (рубежный контроль)	15
13	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	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта
им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 2 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование по темам раздела «Техника выполнения упражнений в ТАВС» Теоретические основы техники тяжелоатлетических упражнений Техника выполнения соревновательных упражнений в тяжёлой атлетике	5 5
3	Рабочая тетрадь (составление мини-таблиц и мини-гlossариев по ТАВС) по темам раздела «Общие основы теории ТАВС»	15
4	Контрольная работа (анализ техники выполнения тяжелоатлетических упражнений в процессе тренировочных занятий и соревнований, а также по фото- и видеоматериалам с использованием методики визуального контроля техники и фиксации ошибок и недочётов) по темам раздела «Техника выполнения упражнений в ТАВС» Тяжелая атлетика	15
5	Деловая игра (демонстрация техники соревновательных и специально-подготовительных упражнений) по темам раздела «Техника выполнения упражнений в ТАВС»	15
6	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	15
7	Сдача экзамена (рубежный контроль)	20
9	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>	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта
им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 3 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование по темам раздела «Техника выполнения упражнений в ТАВС»	
	Техника выполнения соревновательных упражнений в пауэрлифтинге	5
	Техника выполнения соревновательных упражнений в гиревом спорте	5
	Техника выполнения соревновательных упражнений в бодибилдинге	5
5	Контрольная работа (анализ техники выполнения тяжелоатлетических упражнений в процессе тренировочных занятий и соревнований, а также по фото- и видеоматериалам с использованием методики визуального контроля техники и фиксации ошибок и недочётов) по темам раздела «Техника выполнения упражнений в ТАВС» 2 из 3 видов на выбор (пауэрлифтинг, гиревой спорт, бодибилдинг)	15+15
6	Деловая игра (демонстрация техники соревновательных и специально-подготовительных упражнений) по темам раздела «Техника выполнения упражнений в ТАВС»	15
7	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	15
8	Сдача зачета (рубежный контроль)	15
9	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>	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 4 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контрольная работа (анализ техники выполнения тяжелоатлетических упражнений в процессе тренировочных занятий и соревнований, а также по фото- и видеоматериалам с использованием методики визуального контроля техники и фиксации ошибок и недочётов) по темам раздела «Техника выполнения упражнений в ТАВС»	15
3	Опрос по темам раздела «Введение в НИР и УИРС» Задачи и организация НИР и УИРС в ТАВС	5
4	Доклад, сообщение по теме раздела «Введение в НИР и УИРС»: Задачи и организация НИР и УИРС в ТАВС	15
5	Деловая игра (демонстрация техники соревновательных и специально-подготовительных упражнений) по темам раздела «Техника выполнения упражнений в ТАВС»	15
6	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	15
7	Сдача экзамена (рубежный контроль)	20
8	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 5 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Опросы по темам раздела «Физические и психические качеств в ТАВС» Методы развития силы мышц в ТАВС Методы развития быстроты в ТАВС Методы развития гибкости в ТАВС Методы развития координационных способностей в ТАВС Методы развития выносливости в ТАВС Структура психики и психические свойства спортсменов ТАВС Психические процессы и психические качества занимающихся ТАВС Психические состояния спортсменов ТАВС и пути их регуляции Психорегулирующие средства восстановления в тренировочном процессе	5
3	Деловая игра (практика в проведении занятий) по темам раздела «Физические и психические качеств в ТАВС»: Методы развития силы мышц в ТАВС Методы развития быстроты в ТАВС Методы развития гибкости в ТАВС Методы развития координационных способностей в ТАВС Методы развития выносливости в ТАВС	15

4	Коллоквиум по темам раздела «Методика обучения технике выполнения упражнений в ТАВС и её совершенствование» Общедидактические принципы и методы обучения в ТАВС Факторы, влияющие на формирование двигательного навыка Методика обучения технике соревновательных упражнений в ТАВС	5
5	Расчетно-графические (анализ антропометрических и биомеханических показателей) и контрольные работы (подготовка план-конспектов занятий (тренировочных программ) и их защита (практика в проведении занятий) с преимущественной направленностью на развитие определенного физического качества) по темам раздела «Физические и психические качеств в ТАВС»	10
6	Контрольная работа (составление программ для обучения различным упражнениям в ТАВС (программ двигательных действий); анализ техники выполнения тяжелоатлетических упражнений в процессе тренировочных занятий и соревнований, а также по фото- и видеоматериалам с использованием методики визуального контроля техники и фиксации ошибок и недочётов) по теме раздела «Методика обучения технике выполнения упражнений в ТАВС и её совершенствование»	5
7	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	15
8	Деловая игра (практика в проведении занятий) по теме раздела «Методика обучения технике выполнения упражнений в ТАВС и её совершенствование» Методика обучения технике соревновательных упражнений в ТАВС	15
9	Доклад, сообщение по темам раздела «Физические и психические качеств в ТАВС»	5
10	Зачет (рубежный контроль)	15
11	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>	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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

5	Деловая игра (практика в проведении занятий) по темам раздела «Методика планирования»	15
	Творческое задание по темам раздела «Методика планирования» 1. Составление циклов подготовки с учётом принципов вариативности: объёма, интенсивности, средств тренировки и восстановления и других критериев и параметров тренировочной нагрузки. 2. Построение графиков динамики изменения параметров нагрузки с целью их визуальной оценки	15
	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	15
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	20
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме пропущенного занятия	5
2	Написание реферата по теме пропущенного занятия	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 7 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Опрос по темам раздела «Теория и методика тренировки в ТАВС» Система отбора в ТАВС Контроль и учёт спортивного совершенствования Организационно-методические особенности подготовки в ТАВС	5
3	Опрос по теме раздела «Система управления тренировкой в ТАВС» Общие основы теории управления Прогнозирование спортивных результатов Моделирование спортивной деятельности	5
4	Контрольная работа (подготовка документации для организации и проведения соревнований, работа с электронными базами данных, финансовая документация) по темам раздела «Теория и методика тренировки в ТАВС» Организационно-методические особенности подготовки в ТАВС	5
5	Доклад, сообщение по темам раздела «Научно-исследовательская работа и УИРС»: Методы и методики исследования в ТАВС Курсовая работа и выпускная квалификационная работа: выбор темы, обоснование, методика написания	10
6	Контрольная работа (составление и анализ план-конспектов занятий на цикл подготовки, использование технических средств в тренировочном процессе спортсменов) по темам раздела «Теория и методика тренировки в ТАВС» Планирование спортивной тренировки	5

	Контроль и учёт спортивного совершенствования	
7	Творческое задание, деловая игра по темам раздела «Теория и методика тренировки в ТАВС» Система отбора в ТАВС Планирование спортивной тренировки Контроль и учёт спортивного совершенствования Организационно-методические особенности подготовки в ТАВС	15
8	Деловая игра (практика в проведении занятий с использованием технических средств) по темам раздела «Теория и методика тренировки в ТАВС» Планирование спортивной тренировки Контроль и учёт спортивного совершенствования Организационно-методические особенности подготовки в ТАВС	15
9	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	15
10	Сдача зачета (рубежный контроль)	15
11	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	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 8 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Доклад, сообщение по темам раздела «Система управления тренировкой в ТАВС» Прогнозирование спортивных результатов Моделирование спортивной деятельности	5
3	Деловая игра по темам раздела «Научно-исследовательская работа и УИРС»: Методы и методики исследования в ТАВС Курсовая работа и выпускная квалификационная работа: выбор темы, обоснование, методика написания <i>Защита КР оценивается отдельно</i>	15
4	Творческое задание (моделирование технической подготовки – разработка и анализ), деловая игра (практика в проведении тестирования) по темам раздела «Система управления тренировкой в ТАВС» Моделирование спортивной деятельности	15
5	Творческое задание (составление программ тренировочных занятий на различные циклы подготовки), деловая игра (практика в проведении тестирований и занятий) по темам раздела «Научно-методические основы подготовки женщин в ТАВС» Особенности силовой подготовки спортсменов Проблема отбора и возрастных особенностей при	15

	подготовке женщин в ТАВС	
6	Расчетно-графические работы, Контрольные работы (подготовка план-конспектов занятий, комплексов упражнений) по темам раздела «Научно-методические основы подготовки женщин в ТАВС» Особенности силовой подготовки спортсменок Особенности проявления ОМЦ у женщин в ТАВС Медико-биологические основы тренировок спортсменок ТАВС	5
7	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	15
8	Сдача экзамена (рубежный контроль)	20
9	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	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта
им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 9 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Собеседование по теме раздела «Медико-биологические проблемы тренировки в ТАВС» Морфофункциональные особенности спортсменов в ТАВС	5
3	Коллоквиум по темам раздела «Медико-биологические проблемы тренировки в ТАВС» Морфофункциональные особенности спортсменов в ТАВС Медико-биологические основы отбора в ТАВС	5 5
5	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	15
	Творческое задание (составление программ тренировочных занятий на различные циклы подготовки), деловая игра (практика в проведении тестирований и занятий) по темам раздела «Теория и методика подготовки атлетов экстра-класса» Современные представления о критериях и параметрах объёма и интенсивности нагрузки в ТАВС Влияние интенсивных физических нагрузок на адаптивные свойства организма Цели, задачи и содержание спортивной тренировки Контроль и учёт спортивного совершенствования	15

	Деловая игра (практика в проведении тестирований и занятий) по темам раздела «Медико-биологические проблемы тренировки в ТАВС» Медико-биологические основы отбора в ТАВС	15
	Доклад, сообщение по теме раздела «Научно-исследовательская работа и УИРС»: Завершение написания и оформления выпускных квалификационных работ	15
6	Сдача зачета (рубежный контроль)	15
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (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 Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им.А.С.Медведева

Сроки изучения дисциплины: 10 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Опрос по темам раздела «Спортивно-педагогическое мастерство тренера» Функции тренера	5
3	Коллоквиум по темам раздела «Спортивно-педагогическое мастерство тренера» Функции тренера Педагогические способности и стили деятельности тренера по ТАВС Деловые и личностные взаимоотношения тренера Оценка деятельности и личности тренера по ведущим критериям	5 5 5 5
4	Реферат по темам раздела «Менеджмент в ТАВС»: Менеджмент в КФК, ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ, УОР Обеспечение системы подготовки в ТАВС	15
	Ролевая игра «Участие в организации и судействе соревнований различного уровня»	15
5	Ролевая игра по темам раздела «Спортивно-педагогическое мастерство тренера» Педагогические способности и стили деятельности тренера по ТАВС Деловые и личностные взаимоотношения тренера Оценка деятельности и личности тренера по ведущим критериям	15
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	20
	Всего:	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

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

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теории и методик тяжелоатлетических видов спорта
им.А.С.Медведева

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта
(тяжелоатлетические виды спорта)»
(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, заочная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины составляет

- по очной форме обучения 47 зачетных единиц;
- по заочной форме обучения 47 зачетных единиц.

2. Семестры освоения дисциплины:

- по очной форме обучения: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8.
- по заочной форме обучения: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10.

3. Цель освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта)» является – обеспечить освоение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), училищах олимпийского резерва (УОР), и средних специальных учебных заведениях, владеющих теоретическими знаниями научных достижений в нашей стране и за рубежом и умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

– 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: очная форма обучения

№ раздела/темы	Разделы и темы дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС	Контроль	
I курс 1 семестр	Всего:243 час (6,75 зачетных единиц)	1	14	66	163		Зачет
1	Раздел 1. Общие основы теории ТАВС	1	10	28	101		
2	Раздел 2. Техника выполнения упражнений в ТАВС	1	4	38	62		
I курс 2 семестр	Всего: 279 часов (7,75 зачетных единиц)	2	22	78	170	9	Экзамен
2	Раздел 2. Техника выполнения упражнений в ТАВС	2	20	74	141		
3	Раздел 3. Научно-исследовательская работа и УИРС	2	2	4	29		
	Подготовка в экзамену	2				9	
Всего за I курс: 522 часов (14,5 зачетных единиц)			36	144	333	9	Зачет, Экзамен
II курс 3 семестр	Всего:135 часов (3,75 зачетных единиц)	3	18	72	45		Зачет

4	Раздел 4. Физические и психические качества в ТАВС	3	10	46	32		
5	Раздел 5. Методика обучения технике выполнения упражнений в ТАВС и её совершенствование	3	8	26	13		
II курс 4 семестр	Всего:171 час (4,75 зачетных единиц)	4	14	72	76	9	Экзамен
6	Раздел 6. Методика планирования	4	14	72	76		
	Подготовка к экзамену	4	-	-	-	9	
Всего за II курс: 306 часов (8,5 зачетных единиц)			32	144	121	9	Зачет, Экзамен
III курс 5 семестр	Всего:252 часа (7 зачетных единиц)	5	28	64	160		Зачет
7	Раздел 7. Теория и методика тренировки в ТАВС	5	8	30	88		
3	Раздел 3. Научно-исследовательская работа и УИРС	5	16	20	24		
8	Раздел 9. Система управления тренировкой в ТАВС	5	4	14	48		
III курс 6 семестр	Всего:162 часа (4,5 зачетных единиц)	6	8	52	93	9	Экзамен, КР
8	Раздел 8. Система управления тренировкой в ТАВС	6		30	45		
9	Раздел 9. Научно-методические основы подготовки женщин в ТАВС	6	8	22	48		
	Подготовка к экзамену	6				9	
Всего за III курс: 414 часов (11,5 зачетных единиц)			36	116	253	9	Зачет, Экзамен, КР
IV курс 7 семестр	Всего:252 часа (7 зачетных единиц)	7	18	62	172		Зачет
10	Раздел 10. Медико-биологические проблемы тренировки в ТАВС	7	8	12	44		
11	Раздел 11. Теория и методика подготовки атлетов экстра-класса	7	10	38	98		
3	Раздел 3. Научно-исследовательская работа и УИРС	7		12	30		
IV курс 8 семестр	Всего:198 часов (5,5 зачетных единиц)	8	18	58	113	9	Экзамен
12	Раздел 12. Менеджмент в ТАВС	8	8	20	44		
13	Раздел 13. Спортивно-педагогическое мастерство	8	10	38	69		

	тренера						
	Подготовка к экзамену	8				9	
Всего за IV курс: 450 часов (12,5 зачетных единиц)			36	120	285	9	Зачет, Экзамен
Всего за четыре курса: 1692 часов			140	524	992	36	Зачет (4), Экзамен (4), КР

заочная форма обучения

№ раздела/темы	Разделы и темы дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (тяжелоатлетические виды спорта)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
I курс 1 семестр (в т.ч. установ сессия)	Всего:198 час (5,5 зачетных единиц)	1	2	12	184		Зачет	
1	Раздел 1. Общие основы теории ТАВС	1	1,3	6	116			
2	Раздел 2. Техника выполнения упражнений в ТАВС	1			68			
I курс 2 семестр	Всего:126 часов (3,5 зачетные единицы)	2	4	14	99	9	Экзамен	
2	Раздел 2. Техника выполнения упражнений в ТАВС	2	4	14	99			
	Подготовка в экзамену	2				9		
Всего за I курс: 324 часа (9 зачетных единиц)			6	26	283	9	Зачет, Экзамен	
II курс 3 семестр	Всего:162 часа (4,5 зачетных единиц)	3	4	16	142		Зачет	
2	Раздел 2. Техника выполнения упражнений в ТАВС	3	4	16	142			
II курс 4 семестр	Всего:198 час (5,5 зачетных единиц)	4	2	16	171	9	Экзамен	
2	Раздел 2. Техника выполнения упражнений в ТАВС	4	1	14	119			

3	Раздел 3. Научно-исследовательская работа и УИРС	4	1	2	52		
	Подготовка к экзамену	4	-	-	-	9	
Всего за II курс: 360 часов (10 зачетных единиц)			6	32	313	9	Зачет, Экзамен
III курс 5 семестр	Всего:162 час (4,5 зачетные единицы)	5	2	16	144		Зачет
4	Раздел 4. Физические и психические качества в ТАВС	5	0,7	9	94		
5	Раздел 5. Методика обучения технике выполнения упражнений в ТАВС и её совершенствование	5	1,3	5	50		
III курс 6 семестр	Всего:126 часов (3,5 зачетных единиц)	6	4	14	99	9	Экзамен
6	Раздел 6. Методика планирования	6	4	14	99		
	Подготовка к экзамену	6	-	-	-	9	
Всего за III курс: 288 часов (8 зачетных единиц)			6	30	243	9	Зачет, Экзамен
IV курс 7 семестр	Всего:180 час (5 зачетных единиц)	7	2	14	164		Зачет
7	Раздел 7. Теория и методика тренировки в ТАВС	7	0,7	6	80		
3	Раздел 3. Научно-исследовательская работа и УИРС	7	0,7	4	26		
8	Раздел 9. Система управления тренировкой в ТАВС	7	0,6	4	58		
IV курс 8 семестр	Всего:180 часов (5 зачетных единиц)	8	4	16	151	9	Экзамен, КР
8	Раздел 8. Система управления тренировкой в ТАВС	8	2	8	50		
9	Раздел 9. Научно-методические основы подготовки женщин в ТАВС	8	2	8	101		
	Подготовка к экзамену	8				9	
Всего за IV курс: 360 часов (10 зачетных единиц)			6	30	315	9	Зачет, Экзамен, КР
V курс 9 семестр	Всего:180 часов (5 зачетных единиц)	9	4	18	158		Зачет
10	Раздел 10. Медико-биологические проблемы тренировки в ТАВС	9	1	4	54		
11	Раздел 11. Теория и методика подготовки атлетов экстра-класса	9	3	14	104		

IV курс 10 семестр	Всего:192 часов (5 зачетных единиц)	10	4	20	147	9	Экзамен
3	Раздел 3. Научно-исследовательская работа и УИРС	9		4	30		
12	Раздел 12. Менеджмент в ТАВС	10	2	8	53		
13	Раздел 13. Спортивно-педагогическое мастерство тренера	10	2	8	64		
	Подготовка к экзамену	10				9	
Всего за V курс: 360 часов (10 зачетных единиц)			8	38	305	9	Зачет, Экзамен
Всего за пять курсов: 1692 часа			28	160	1459	45	Зачет (5), Экзамен (5), КР

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 танцевального спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 10 от «24» апреля 2014 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики танцевального спорта
(наименование)
Протокол № 18 от «22» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики танцевального спорта
(наименование)
Протокол № 16 от «13» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики танцевального спорта
(наименование)
Протокол № 23 от «26» апреля 2017 г.

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

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

Составители:

К.п.н., доцент, зав. Кафедрой ТиМ ТС **Сингина Надежда Федоровна**

Рецензент: **Абсалямова Ирина Васильевна**, кандидат педагогических наук, профессор кафедры Теории и методики лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины (модуля) **«Теория и методика избранного вида спорта (танцевальный спорта)»** – обеспечить освоение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению подготовки 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.

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

Учебная дисциплина **«Теория и методика избранного вида спорта (танцевальный спорт)»** 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 танцевального спорта.

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)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-3	<i>Знать:</i> – принципы и методы обучения в танцевальном спорте; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся в группах начальной подготовки; – требований стандартов спортивной подготовки в танцевальном спорте к проведению занятий с данным контингентом.			4 6 6
	<i>Уметь:</i> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в танцевальном спорте с учетом особенностей занимающихся в группах начальной подготовки и требований образовательных стандартов по танцевальному спорту			4 4
	<i>Владеть:</i> - организационно-педагогическими методами проведения тренировочного занятия со спортсменками высокой квалификации в танцевальном спорте; - планированием учебного процесса			9
ОПК-6	<i>Знать:</i> - состав средств и методов гимнастики при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста.			5
	<i>Уметь:</i> – применять средства и методы танцевального спорта для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при проведении занятий с лицами различного пола и возраста.			5
	<i>Владеть:</i>			

	– навыками формирования здорового образа жизни средствами танцевального спорта; построения тренировочных занятий оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов.			5
ОПК-8	<i>Знать:</i> – эволюцию правил соревнований по танцевальному спорту; – правила соревнований по танцевальному спорту; – основные требования к предметам танцевального спорта			2
	<i>Знать:</i> - классификацию соревнований по танцевальному спорту; –документы планирования и проведения соревнований; –особенности организации и проведения соревнований различного уровня; – обязанности организаторов и судей соревнования; - о показательных выступлениях и спортивных праздниках; - о моделировании соревнований; – материально-техническое обеспечение соревнований; - основы судейства; - судейский корпус			7
	<i>Уметь:</i> – организовывать и проводить соревнования различного уровня; – осуществлять объективное судейство соревнований; – обеспечивать безопасность и материально-техническое сопровождение соревнований			8
ОПК-11	<i>Знать:</i> - основы научно-методической деятельности, цели и задачи научных исследований в гимнастике; - апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта; - методы научного анализа и обработки результатов исследований, основные направления научных исследований и научного обеспечения в танцевальном спорте; - методы формулирования и представления обобщений и выводов			8
	<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			8

	<p>активности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы. 			
	<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 			9
ПК-8	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; - медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в танцевальном спорте; - 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 в танцевальном спорте знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки; - соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности. 			2
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - умениями осуществлять тренерскую деятельность в художественной гимнастике с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки; - современными технологиями тренировки в танцевальном спорте; - умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности. 			3
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - умениями осуществлять тренерскую деятельность в художественной гимнастике с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки; - современными технологиями тренировки в танцевальном спорте; - умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности. 			3
ПК-9	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям в танцевальном спорте - методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции. 			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 спортсменками в целях формирования у них мотивации к занятиям художественной гимнастикой и воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции 			8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - умением формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта; - методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции. 			8

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 танцевальном спорте; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 			6
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - определять предрасположенность к занятиям танцевальном спорте; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в танцевальном спорте. 			6
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в танцевальном спорте с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 			
ПК-11	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - примерные программы подготовки по танцевальному спорту; - 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. 			8
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки). 			8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско- 			8

	<p>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></p> <ul style="list-style-type: none"> - виды и методы педагогического контроля и учета его результатов; - содержание и организацию педагогического контроля в танцевальном спорте; - актуальные технологии управления состоянием спортсмена. 			6
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; -фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; -находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся. 			6
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -способностью использовать актуальные для танцевального спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию 			7
ПК-14	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики спортивной тренировки в танцевальном спорте; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в танцевальном спорте. 			6
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями танцевальном спорте демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности. 			7
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - в соответствии с особенностями танцевальном спорте техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство. 			8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - в соответствии с особенностями танцевальном спорте техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство. 			8
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 			7
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности; - средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности. - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия; - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия 			
ПК-26	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – санитарно-гигиенические нормы; – функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки; – технологии составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем. 			2
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 			7
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками получения и первичной обработки информации о достижениях в сфере ФКиС из различных источников; - навыками рационального использования учебно-лабораторного и управленческого оборудования, специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техники. - использования информационных технологий для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности; - навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в профессиональной деятельности. 			9
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-исследова- 			9
ПК-28	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-исследова- 			10

	<p>тельских работ;</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории планирования эксперимента; - способы статистической обработки полученных результатов. 			
	<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 сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик; - статистически обрабатывать и анализировать результаты; - осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов исследований; - использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния занимающихся. 			10
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 			10
ПК-30	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы организации научного исследования; - основы научного поиска, обработки и систематизации данных. 			7
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов; - 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. 			10

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

4.1 Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 18 зачетных единиц, экзамены – 9 часов, аудиторных занятий – 180 часов, самостоятельная работа студентов – 522 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).

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

Общая трудоемкость 8,5 з.е., или 522 часов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (художественная гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС	Контроль	
1.	Раздел ВВЕДЕНИЕ В СПЕЦИАЛЬНОСТЬ		2		80		
2.	Раздел: ИСТОРИЯ СТАНОВЛЕНИЯ И РАЗВИТИЯ СПОРТИВНЫХ ТАНЦЕВ	I			20		
2.1	История становления спортивного (бального) танца как вида спорта в России.	I	4		20		
2.2.	История становления спортивного (бального) танца как вида спорта в странах Европы, Америки и Азии.		2				
2.3	Спортивные танцы в системе физического воспитания.		2				
2.4	Актуальные вопросы развития спортивных танцев.		2				

3	Раздел: КЛАССИФИКАЦИЯ, СИСТЕМАТИКА И ТЕРМИНОЛОГИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ.	I			20		
2.3	Определение понятий «классификация», «система», «систематика». Общие положения. Основные принципы классифицирования в танцевальном спорте. Классификация в спортивных танцах по видам соревновательных дисциплин. Терминология танцевального спорта	I	2		20		
			2				
			2				
			2				
3	Раздел 2. ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ.			60	110		
3.1	Хореографическая подготовка как составляющая специальной подготовки танцора.	I	2	20	30		
3.2	Формирование и развитие системы классического танца		2	10			
3.3	Методика построения урока классического танца.		2	20			
3.4	Развитие физических и танцевальных данных на уроках балетной гимнастики.	I	2	10	20		
3.5	Задачи и специфика преподавания классического танца в системе обучения спортивным (бальным) танцам.		2	10			

4	Раздел: СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ И ХАРАКТЕРИСТИКА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ			84			
4.1.	Специфические требования к двигательным качествам спортсменов, специализирующихся в спортивных танцах.		2				
4.2	Основы техники стандартных танцев.		2	40			
4.3	Обязательная программа сложности Student и Associate.			20			
4.4	Основы техники латиноамериканских танцев – обязательная программа сложности Student и Associate.			20			
5	Раздел: ОСНОВЫ МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ		2				

5.1	Определение основных понятий: «методика», «классификация методов обучения».		2				
5.2	Характеристика этапов обучения; цель, задачи этапов обучения.						
5.3	Закономерности формирования двигательного умения и навыка.		2				
5.4	Характеристика подготовительных и подводящих упражнений для начального обучения в спортивных танцах.						
6	Семестровый экзамен для студентов первого курса	II			27	9	Экзамен
Всего за I курс: 306 часов (11,5 зачетных единиц)			36	144	273	9	

4.2. Второй год обучения (3-й и 4-й семестры) Общая трудоемкость 12 з.е. или 306 часа

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (художественная гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Контроль	Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
1.	Раздел: ТЕХНИКА СТАНДАРТНЫХ ТАНЦЕВ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ		2	40	120			
1.1	1.1 Основы техники стандартных танцев – обязательная программа сложности Member и Fellow.	IV	2	16	120			

1.2	Особенности методики обучения в спортивных танцах на учебно-тренировочном этапе		2	8	100		
2	Раздел: ТЕХНИКА ЛАТИНОАМЕРИКАНСКИХ ТАНЦЕВ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ	III	2	4	50		
2.1	Основы техники латиноамериканских танцев – обязательная программа сложности Member и Fellow. Особенности методики обучения в спортивных танцах на учебно-тренировочном этапе	III		4	50		
3	Раздел: ТРЕНИРОВКА В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ				70		
3.1	Научно-теоретические основы построения тренировки	IV	2		70		
3.2	Основные средства и методы спортивной тренировки танцоров		2		68		
3.2	Принципы спортивной тренировки. Пути интенсификации тренировочного процесса танцоров	IV	2		68		
3.4	Характеристика различных видов подготовки в спортивных (бальных) танцах		2				

4	<p>Раздел: ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ</p> <p>4.1. Методика преподавания историко-бытового танца</p> <p>4.2. Танцевальная культура 15-16 в.</p> <p>4.3.. Танцевальная культура 17-18 в.</p> <p>4.4. Танцевальная культура 19-20 в.</p>		10	40			
5	<p>Раздел: РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ И МЕТОДЫ ИХ ВОСПИТАНИЯ</p>		2				
5.1	<p>Общая характеристика двигательных способностей ила, как физическое качество и методы ее воспитания</p>		4				
5.2	<p>Характеристика выносливости в спортивных танцах и методы ее воспитания</p>						
5.3	<p>Быстрота и методы ее воспитания в спортивных танцах</p>						
5.4	<p>Гибкость, ее значение в спортивных танцах и методы воспитания</p>						
5.5	<p>Характеристика ловкости и ее значение для спортивных танцев. Методы воспитания ловкости</p>						
6	<p>Раздел: МЕТОДИКА НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ</p>			44			

6.1	Влияние занятий спортивными танцами на организм занимающихся						
6.2	Организация занятий с начинающими танцорами						
7	Семестровый экзамен для студентов второго курса	IV			27	9	Экзамен
Всего за II курс: 414 часов (11,5 зачетных единиц)			32	144	385	9	

**4.3. Третий год обучения (5-й и 6-й семестры)
Общая трудоемкость: 8 з. е. или 414 часов**

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (художественная 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			
1	ТРЕНИРОВОЧНЫЕ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЕ НАГРУЗКИ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	V			40			
1.1	Понятие «нагрузка» в спортивных танцах. Общее представление о нагрузке	V	2		20			
1.2	Регулирование и параметры нагрузки в танцевальном спорте.	V	2		20			
2	Раздел: Компоненты содержания тренировки танцора в различных видах соревновательных дисциплин танцевального спорта (St, La)	VI	4	40	40			

2.1	Основные средства и методы тренировки танцоров	VI	2	2	10		
2.2	Виды подготовки в спортивных танцах						
3	Раздел: ПЛАНИРОВАНИЕ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	VI			10		
3.1	«Планирование» как особое понятие коллоквиум	VI	10		20		
3.2	Долгосрочное планирование в танцевальном спорте						
3.3	Планирование подготовки танцоров в годичном цикле						
3.4	Планирование мезо- и микроциклов в танцевальном спорте.						
3	Раздел 3. ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ		6	44	72		
3.1	Народный танец как источник развития танцевального спорта	V	2	20	40		
3.2	История развития и основные технические принципы джазового танца	VI	2	10	20		
3.3	Современный (модерн) танец.	VI		14	12		
4	Раздел: КОНТРОЛЬ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	V- VI	6		60		

4.1	иды контроля, применяемые в танцевальном спорте	VI	2		20		
4.2	Педагогический контроль в танцевальном спорте						
4.3	коллоквиум						
4.4	Медикобиологический контроль в танцевальном спорте						
	Средства восстановления, применяемые в танцевальном спорте						
5	Раздел: МАССОВЫЕ ФОРМЫ ЗАНЯТИЙ СПОРТИВНЫМИ (БАЛЬНЫМИ) ТАНЦАМИ	V	2	40	40		
6	Экзамен	VI			27	9	Экзамен
Всего за III курс: 288 часов (8 зачетных единиц)			36	140	239	9	

**4.4. Четвертый год обучения (7-й и 8-й семестры)
Общая трудоемкость: 5 з. е. или 198 часов**

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (художественная гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Контроль	Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
1	Раздел: СПОРТИВНЫЕ ТАНЦЫ КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	VII	6		20			

1.1	Формы и социальные функции спортивных танцев	VII	12	2	10		
1.2	Система физического воспитания и спортивных танцев коллоквиум						
1.3	Управление физической культурой и спортом и спортивными танцами в России						
2	Раздел: МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ ВЫСОКО КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ТАНЦОРОВ	VII	8	4	10		
2.1	Особенности подготовки танцоров высших разрядов						
2.2.	Средства и методы подготовки танцоров высокой квалификации						
2.3	Организационно-методические особенности системы подготовки сборных команд по танцевальному спорту						
3	Раздел : МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	VII	10	80	60		
3.1	Морфофункциональные и психические особенности занимающихся разного возраста и их учет в процессе многолетней подготовки коллоквиум						
3.2	Организация процесса обучения в танцевальном спорт						
3.3	Частные методики обучения и применение технических средств в спортивных танцах						
3.4	Вариации и композиции стандартных танцев повышенной программы сложности						

4	Раздел : ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ			54	30		
4.1	Теория и методика преподавания дуэтного танца	VII			10		
4.2	Методика работы с коллективом спортивного (бального) танца	VII			20		
4.3	Хореографическая подготовка спортсменов-танцоров высшей квалификации						
5	Раздел: УПРАВЛЕНИЕ ПРОЦЕССОМ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ		6	6	4		
5.1	Общие основы теории управления и прогнозирования в спорте	VIII		2			
5.2	Моделирование спортивной деятельности танцоров 5.3. Планирование, контроль и учет на этапе спортивного совершенствования.	VIII			2		
5.3	Система отбора в танцевальном спорте	VIII		2			
6	Раздел: ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНЫМ ТАНЦАМ		8	10	8		
6.1	Актуальные вопросы оценки исполнительского мастерства в танцевальном спорте.	VIII	2		6		
6.2	требования к судьям всероссийских и международных соревнований по спортивным танцам	VIII			2		

6.3	Повышение квалификации судей международной категории						
4	Экзамен	VIII			27	9	Экзамен
Всего за IV курс: 180 часов (5 зачетных единиц)			36	144	145	9	

4.5. Пятый год обучения (9-й и 10-й семестры)
Общая трудоемкость: 4,5 з. е. или 162 часов

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (художественная гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Контроль	Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
1	Раздел : МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	IX	2	4	10			
2	Раздел: ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНЫМ ТАНЦАМ	IX	2	4	10			
3	Раздел: УПРАВЛЕНИЕ ПРОЦЕССОМ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ	X	2	2	26			
4	Раздел: Материально-техническое обеспечение занятий танцевальным спортом	X		2	10			

5	Раздел : Основы научно-исследовательской деятельности	X	2	2	6		
	Экзамен	X			27	9	Экзамен
Всего за V курс: 162 часа (4,5 зачетных единиц)			8	28	117	9	

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 «Теория и методика избранного вида спорта (танцевальный 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))

5.1.1 Содержание экзаменационных требований для студентов 1 курса очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Исторические предпосылки и факторы, определяющие развитие танцевального спорта, их характеристика.
2. Цель, условие и специфика деятельности тренера по танцевальному спорту.
3. Понятие классификации. Основные принципы классификации в танцевальном спорте.
4. Основные термины в спортивных танцах и их характеристика.
5. Международная терминология спортивных танцев.
6. Определение спортивных (бальных) танцев как вида спорта. Комплексный характер двигательной деятельности танцоров.
7. Характеристика энергообеспечения двигательной деятельности в спортивных танцах.
8. Предмет обучения в танцевальном спорте. Характеристика методики обучения танцоров с целью овладения техникой спортивного танца.
9. Основной путь и задачи обучения. Этапы обучения и их характеристика.
10. Основы техники в танцевальном спорте.

11. Характеристика этапов обучения в танцевальном спорте.
12. Закономерности формирования двигательного умения и навыка.
13. События 1957 года, сыгравшие основную роль в становлении и развитии спортивно-танцевального движения в РФ. Организаторы и участники.
14. Первые ведущие студии международного конкурсного бального танца в г. Москве после 1957 года, их руководители. Какие первые ведущие танцевальные пары России были ими подготовлены?
15. События 1976 года в г. Москве, демонстрирующие напряженные отношения между работниками Министерства культуры СССР и сторонниками Международного конкурсного бального танца.
16. Первая попытка официально утвердить конкурсный бальный танец как вид спорта в СССР.
17. Причины, сдерживающие развитие конкурсного бального танца в конце 70-х, начале 80-х годов в РСФСР.
18. Разногласия между представителями управленческих структур, курирующих развитие конкурсного бального танца, и специалистами, танцорами в начале 80-х годов в СССР.
19. Подготовка специалистов конкурсного бального танца в СССР. Первая специализированная группа ГИТИСа и роль ее выпускников в дальнейшем развитии конкурсного бального танца в России.
20. Представители России - члены сборной команды СССР, по конкурсному бальному танцу среди любителей в начале 80-х годов, их подготовка к международным соревнованиям.
21. Причины раскола конкурсного движения бального танца в СССР приведшего к созданию альтернативных общественных организаций, ускорившего процесс перехода от конкурсного бального к спортивному танцу.
22. Первые Чемпионаты СССР, организованные АБТ; сложности, возникшие при их проведении.
23. Причины раскола президиума АБТ Москвы, ускорившего процесс перехода от конкурсного бального к спортивному танцу.
24. Прием АБТ СССР в члены Международного совета любительского танцевания-ICAD, избрание представителя СССР в президиум ICAD.
25. Значения классической хореографии для исполнителей спортивных танцев. Специфика преподавания классической хореографии для спортсменов-танцоров.
26. Порядок урока классического танца. Понятие *battement*, его вида. Понятие *plie*.

- 27.Позиция ног и рук. Понятие rond, его виды и направления.
- 28.Вращения в классическом танце. Понятие port de brag, его виды.
- 29.Понятие эпольман, его виды. Позиция классического танца. Маленькие прыжки.

Содержание экзаменационных требований для студентов 2 курса очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Исторические предпосылки и факторы, определяющие развитие танцевального спорта, их характеристика.
2. Цель, условие и специфика деятельности тренера по танцевальному спорту.
3. Понятие классификации. Основные принципы классификации в танцевальном спорте.
4. Основные термины в спортивных танцах и их характеристика.
5. Международная терминология спортивных танцев.
6. Определение спортивных (бальных) танцев как вида спорта. Комплексный характер двигательной деятельности танцоров.
7. Характеристика энергообеспечения двигательной деятельности в спортивных танцах.
8. Предмет обучения в танцевальном спорте. Характеристика методики обучения танцоров с целью овладения техникой спортивного танца.
9. Основной путь и задачи обучения. Этапы обучения и их характеристика.
10. Основы техники в танцевальном спорте.
11. Характеристика этапов обучения в танцевальном спорте.
12. Закономерности формирования двигательного умения и навыка.
13. События 1957 года, сыгравшие основную роль в становлении и развитии спортивно-танцевального движения в РФ. Организаторы и участники.
14. Первые ведущие студии международного конкурсного бального танца в г. Москве после 1957 года, их руководители. Какие первые ведущие танцевальные пары России были ими подготовлены?
15. События 1976 года в г. Москве, демонстрирующие напряженные отношения между работниками Министерства культуры СССР и сторонниками Международного конкурсного бального танца.
16. Первая попытка официально утвердить конкурсный бальный танец как вид спорта в СССР.
17. Причины, сдерживающие развитие конкурсного бального танца в конце 70-х, начале 80-х годов в РСФСР.
18. Разногласия между представителями управленческих структур, курирующих развитие конкурсного бального танца, и специалистами, танцорами в начале 80-х годов в СССР.
19. Подготовка специалистов конкурсного бального танца в СССР. Первая специализированная группа ГИТИСа и роль ее выпускников в дальнейшем развитии конкурсного бального танца в России.
20. Представители России- члены сборной команды СССР, по конкурсно бальному танцу среди любителей в начале 80-х годов, их подготовка к международным соревнованиям.
21. Причины раскола конкурсного движения бального танца в СССР приведшего к созданию альтернативных общественных организаций, ускорившего процесс перехода от конкурсного бального к спортивному танцу.

22. Первые Чемпионаты СССР, организованные АБТ; сложности, возникшие при их проведении.
23. Причины раскола президиума АБТ Москвы, ускорившего процесс перехода от конкурсного бального к спортивному танцу.
24. Прием АБТ СССР в члены Международного совета любительского танцевания-ICAD, избрание представителя СССР в президиум ICAD.
25. Значения классической хореографии для исполнителей спортивных танцев. Специфика преподавания классической хореографии для спортсменов-танцоров.
26. Порядок урока классического танца. Понятие battement, его виды. Понятие plie.
27. Позиция ног и рук. Понятие rond, его виды и направления.
28. Вращения в классическом танце. Понятие port de bras, его виды.
29. Понятие эпольман, его виды. Позиция классического танца. Маленькие прыжки.

i. Содержание экзаменационных требований для студентов 3 курса очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Современное состояние хореографической подготовки танцоров.
2. Содержание музыкального сопровождения программ танцоров, специализирующихся в различных видах спортивно-танцевальных дисциплин.
3. История развития танцевального спорта в различных странах.
4. Анализ выступлений российских танцоров на чемпионатах мира, Европы и других международных соревнованиях.
5. Основы техники и методика в спортивных танцах.
6. Актуальные проблемы развития танцевального спорта в России.
7. Значение морфологических признаков для спортивных достижений танцоров.
8. Особенности физической подготовки танцоров.
9. Компоненты соревновательной деятельности танцоров.
10. Принципы обучения в спортивных танцах.
11. Теоретические основы обучения движениям.
12. Морфологическая характеристика танцоров на начальном этапе учебно-тренировочного процесса.
13. Пространственные параметры движения в спортивных танцах.
 1. 14. Морфологические аспекты отбора в спортивных танцах.
15. Материально-техническая база танцевального спорта в России и на рубежом.
 1. 16. Спортивные сооружения для спортивных танцев в России.

1. Содержание экзаменационных требований для студентов 4 курса очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Приемы формирования двигательных представлений.
2. Понятие «двигательных представлений» и их состав.
3. Автоматизация двигательного действия в гимнастике.
4. Этапность формирования двигательного навыка.
5. Технические средства обучения.

6. Основные принципы составления индивидуальных классификационных (соревновательных) комбинаций.
7. Вариации шагов всех танцев стандартной программы.
8. Вариации шагов всех танцев латиноамериканской программы.
9. Структура тренировочного процесса в танцевальном спорте.
10. Периодизация подготовки в танцевальном спорте.
11. Понятие «макроцикла», «мезоцикла», «микроцикла» тренировки.
12. Моделирование соревновательной подготовки в танцах.
13. Классификация типов телосложения: мышечный, торакальный и астеничный типы.
14. Особенности телосложения танцоров.
15. Методические особенности специализированного отбора.
16. Определение понятий «общая физическая подготовка» (ОФП) и «специальная физическая подготовка» (СФП), их основные цели и задачи.
17. Основные задачи и средства специальной физической подготовки высококвалифицированных танцоров.
18. Методика воздействия средствами танцевального спорта на осанку, гибкость, массу тела, компоненты телосложения занимающихся.
19. Двигательно-координационные способности занимающихся танцевальным спортом.
20. Развитие гибкости в танцевальном спорте.
21. Развитие скоростно-силовых способностей в танцевальном спорте.
22. Роль соревнований как фактора совершенствования на различных этапах подготовки танцевальном спорте высокой квалификации.

ii. Содержание экзаменационных требований для студентов 5 курса очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Правила обеспечения безопасности при обучении в танцевальном спорте.
2. Основные причины травматизма в танцевальном спорте.
3. Фактор психологической подготовки в танцевальном спорте.
4. Личность спортсмена и ее характеристики. Личностные качества.
5. Темперамент, его разновидности. Темперамент танцора.
6. Методы психической саморегуляции.
7. Теоретическая подготовка в танцевальном спорте и ее значение.
9. Принципы подготовки гимнасток высокой квалификации.
8. Концепция централизованной подготовки танцоров.
9. Питание танцора. Требования к рациону и режиму питания.
10. Регуляция веса тела в танцевальном спорте.
11. Водно-солевой режим танцевальном спорте.
12. Методика отбора в танцевальном спорте.
13. Медико-биологическое обеспечение занятий в танцевальном спорте.
14. Биомеханическое обеспечение занятий в танцевальном спорте.
15. Организационное обеспечение занятий в танцевальном спорте.

16. Современные методы компьютерной обработки данных исследования.
17. Этапность выполнения квалификационной работы.
18. Рабочая гипотеза и задачи исследования.
19. Проблема адекватности задачи и методов исследования.
20. Методика работы над текстом и оформлением ВКР.

iii. Примерная тематика выпускных квалификационных работ:

1. Анализ содержания соревновательных программ.
2. Сравнительный анализ содержания соревновательных программ.
5. Ритмическое построение индивидуальных композиций.
6. Психология общения коллектива.
7. Определение отношений в системе тренер - спортсменка и влияние данного фактора на спортивно-тренировочную и соревновательную деятельность .
8. 9. Взаимосвязь между коэффициентом надежности соревновательной деятельности танцоров высокой квалификации и спортивным результатом.
10. Исследование объема и интенсивности тренировочных (соревновательных) нагрузок в подготовительном периоде (в процессе выступления в соревнованиях) танцоров высшей квалификации, специализирующихся в групповых упражнениях.
13. Изменение характера взаимосвязи показателей физической подготовленности танцоров в паре.
14. Методика оценки уровня физической подготовленности.
16. Влияние хореографической подготовки на уровень технической подготовленности.
17. Определение уровня спортивно-технического мастерства сильнейших танцоров.
18. Контроль за хореографической подготовленностью танцоров.
21. Основные тенденции развития научных исследований в танцевальном спорте.
- 22.
30. Оздоровительная физическая культура в профилактике остеохондроза позвоночника спортсменок (на примере танцевального спорта).

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Теория и методика современного пятиборья»

а) Основная литература:

1. Альберт Г., Александр Пушкин. Школа классического танца. – М.: Артист. Режиссер. Театр., 1996. – 255 с.
2. Ваганова А.Я. Основы классического танца: учеб. Для выс. и сред. уч. зав. искусства и культуры.-СПб.:Лань,2002г.
3. Воронина И. Историко-бытовой танец. – М.: Искусство, 1980.
4. Доусон А. Система скейтинг: обработка оценок на чемпионатах по бальным танцам.
5. Ивановский Н.П. Бальный танец ХУ1-Х1Х веков. – Л.-М.: Искусство 1948.
6. Машков А.В. Терминология в спортивных танцах (стандартная программа). (учебное пособие).
7. Мур А. Техника бальных танцев. - Лондон: Б.и., Б.г.
8. Сидоров В. Современный танец. – М.: Первина, 1992.

9. Смирнова М.В. Основные элементы классического танца: Учебное пособие. – М., 1979.
10. Ховард Г. Техника европейских танцев. – М.: Артис, 2003г.
11. Хореография спортивных танцев для любителей и профессионалов. №103/сост. Хэрн Д. – М.: Артис, 1999г.
12. Хореография спортивных танцев для любителей и профессионалов. №104/сост. Хэрн Д. – М.: Артис, 1999г.
13. Хореография спортивных танцев для любителей и профессионалов. №109/сост. Хэрн Д. – М.: Артис, 2000г.
14. Хореография спортивных танцев для любителей и профессионалов. №110/сост. Хэрн Д. – М.: Артис, 2000г.

б) Дополнительная литература:

- Захаров Р.В. Сочинение танца: Страницы педагогического опыта – М.: Искусство, 1989. – 235 с.
- Кох И.Э. Основы сценического движения. – Л.: 1970.
- Меркель М.Н. Вариации в зеркале: докум. Киносценарии М.: Искусство, 1980г.
- Мессерер А. Уроки классического танца. М.: Искусство 1967.
- Никитин В.Ю. Модерн-танец. – М.: РАТИ (ГИТИС), 2000.
- Основы латиноамериканских танцев. Т.1:Соврем. бальный танец: фото пособие с техн. Пояснениями. – СПб.; Томск: Артис, 1997г.
- Регацони Г. Бальные танцы/Регацони Г., Росси М., Маджрри А.-М. (БММ АО), 2001г.
- Ромэн Э. Вопросы и ответы: на экзаменах уровня сложности "ассоушиэт" по стандарту импер. о-ва учителей танца.
- Ромэн Э. Вопросы и ответы: на экзаменах уровня сложности "ассоушиэт" по латине импер. о-ва учителей танца. – Б.м., Б.и., Б.г.
- Смит Л. Танцы: начальный курс- М.: Астрель АСТ, 2001г.
- Футбер И. Пантомима, движение и образ. – М., 1981.
- Худеков С.Н. История танцев. Ч.2-СПб.: Б.и., 1914

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

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

	<p><i>-Microsoft Word</i> <i>-Microsoft Excel</i> <i>-Microsoft PowerPoint</i> <i>-Microsoft Outlook</i></p>	<p>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></p>
3.	Adobe Acrobat DC	<p>Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>
4.	WinRAR (WinZip)	<p>Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>
5.	Dr.Web	<p>Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- «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)

7.4. Спортивный инвентарь

Комплект стандартных гимнастических снарядов:

- станок хореографический – 1 шт.;
- комплект на группу стандартной наполняемости мелкого гимнастического инвентаря: скакалки (короткие и длинная), коврики

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (танцевальный спорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 17 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики танцевального спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестры
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	ИСТОРИЯ СТАНОВЛЕНИЯ И РАЗВИТИЯ СПОРТИВНЫХ ТАНЦЕВ	20
2	КЛАССИФИКАЦИЯ, СИСТЕМАТИКА И ТЕРМИНОЛОГИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ.	10
3	ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ.	20
4	СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ И ХАРАКТЕРИСТИКА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ	10
	ОСНОВЫ МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	10
	Экзамен	30
	Итого	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балла, имея возможность, сдав экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое 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 (танцевального спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 17 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	ТЕХНИКА СТАНДАРТНЫХ ТАНЦЕВ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ	20
2	ТЕХНИКА ЛАТИНОАМЕРИКАНСКИХ ТАНЦЕВ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ	20
3	ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ.	20
4	МЕТОДИКА НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	10
	Экзамен	30
	Итого	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балла, имея возможность, сдав экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
-----------------	-----	-------	-------	-------	-------	--------

Словесно-цифровое 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 (ТАНЕЦВАЛЬНЫЙ СПОРТА) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 17 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) заочной формы обучения

I ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики
Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестры
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля	Максимальное
---	---	--------------

	успеваемости	кол-во баллов
1	ТРЕНИРОВОЧНЫЕ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЕ НАГРУЗКИ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	10
2	Компоненты содержания тренировки танцора в различных видах соревновательных дисциплин танцевального спорта (St, La)	20
3	ПЛАНИРОВАНИЕ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	20
4	КОНТРОЛЬ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	10
5	ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ	10
6	МАССОВЫЕ ФОРМЫ ЗАНЯТИЙ СПОРТИВНЫМИ (БАЛЬНЫМИ) ТАНЦАМИ	10
	Экзамен	30
	Итого	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балла, имея возможность, сдав экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

оценки						
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (танцевальный спорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 17 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка заочной формы обучения

I ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестры
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	СПОРИВНЫЕ ТАНЦЫ КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	10
2	МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ ВЫСОКО КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ТАНЦОРОВ	20
3	КОНТРОЛЬ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	10
4	ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ	10
5	УПРАВЛЕНИЕ ПРОЦЕССОМ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ	10
6	ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНЫМ ТАНЦАМ	
	Экзамен	30
	Итого	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое 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 (танцевальный спорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, 17 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики
Сроки изучения дисциплины (модуля): 9-10 семестры
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	10
2	ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНЫМ ТАНЦАМ	20
3	УПРАВЛЕНИЕ ПРОЦЕССОМ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ	10
4	ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ	10
5	Материально-техническое обеспечение занятий танцевальным спортом	10
6	Основы научно-исследовательской деятельности	10
	Экзамен	30
	Итого	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое 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 (танцевальный спорт)»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 38 зачетных единиц.

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

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

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

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

–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

Общая трудоемкость дисциплины составляет 38 зачетных единиц, экзамены – 45 часов, аудиторных занятий – 164 часов, самостоятельная работа студентов – 1159 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 8,5 з.е., или 306 часов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (художественная гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС	Контроль	
1.	Раздел ВВЕДЕНИЕ В СПЕЦИАЛЬНОСТЬ		2		80		
2.	Раздел: ИСТОРИЯ СТАНОВЛЕНИЯ И РАЗВИТИЯ СПОРТИВНЫХ ТАНЦЕВ	I			20		

2.1	История становления спортивного (бального) танца как вида спорта в России.	I	4		20		
2.2.	История становления спортивного (бального) танца как вида спорта в странах Европы, Америки и Азии.		2				
2.3	Спортивные танцы в системе физического воспитания.		2				
2.4	Актуальные вопросы развития спортивных танцев.		2				
3	Раздел: КЛАССИФИКАЦИЯ, СИСТЕМАТИКА И ТЕРМИНОЛОГИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ.	I			20		
2.3	Определение понятий «классификация», «система», «систематика». Общие положения. Основные принципы классифицирования в танцевальном спорте. Классификация в спортивных танцах по видам соревновательных дисциплин. Терминология танцевального спорта	I	2 2 2 2		20		
3	Раздел 2. ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ.			60	110		
3.1	Хореографическая подготовка как составляющая специальной подготовки танцора.	I	2	20	30		

3.2	Формирование и развитие системы классического танца		2	10			
3.3	Методика построения урока классического танца.		2	20			
3.4	Развитие физических и танцевальных данных на уроках балетной гимнастики.	I	2	10	20		
3.5	Задачи и специфика преподавания классического танца в системе обучения спортивным (бальным) танцам.		2	10			
4	Раздел: СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ И ХАРАКТЕРИСТИКА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ			84			
4.1.	Специфические требования к двигательным качествам спортсменов, специализирующихся в спортивных танцах.		2				
4.2	Основы техники стандартных танцев.		2	40			
4.3	Обязательная программа сложности Student и Associate.			20			
4.4	Основы техники латиноамериканских танцев – обязательная программа сложности Student и Associate.			20			
5	Раздел: ОСНОВЫ МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ		2				

5.1	Определение основных понятий: «методика», «классификация методов обучения».		2				
5.2	Характеристика этапов обучения; цель, задачи этапов обучения.						
5.3	Закономерности формирования двигательного умения и навыка.		2				
5.4	Характеристика подготовительных и подводящих упражнений для начального обучения в спортивных танцах.						
6	Семестровый экзамен для студентов первого курса	II			27	9	Экзамен
Всего за I курс: 306 часов (11,5 зачетных единиц)			36	144	273	9	

**4.2. Второй год обучения (3-й и 4-й семестры)
Общая трудоемкость 12 з.е. или 432 часа**

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (художественная гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС	Контроль	
1.	Раздел: ТЕХНИКА СТАНДАРТНЫХ ТАНЦЕВ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ		2	40	120		
1.1	1.1 Основы техники стандартных танцев – обязательная программа сложности Member и Fellow.	IV	2	16	120		

1.2	Особенности методики обучения в спортивных танцах на учебно-тренировочном этапе		2	8	100		
2	Раздел: ТЕХНИКА ЛАТИНОАМЕРИКАНСКИХ ТАНЦЕВ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ	III	2	4	50		
2.1	Основы техники латиноамериканских танцев – обязательная программа сложности Member и Fellow. Особенности методики обучения в спортивных танцах на учебно-тренировочном этапе	III		4	50		
3	Раздел: ТРЕНИРОВКА В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ				70		
3.1	Научно-теоретические основы построения тренировки	IV	2		70		
3.2	Основные средства и методы спортивной тренировки танцоров		2		68		
3.2	Принципы спортивной тренировки. Пути интенсификации тренировочного процесса танцоров	IV	2		68		
3.4	Характеристика различных видов подготовки в спортивных (бальных) танцах		2				

4	<p>Раздел: ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ</p> <p>4.1. Методика преподавания историко-бытового танца</p> <p>4.2. Танцевальная культура 15-16 в.</p> <p>4.3.. Танцевальная культура 17-18 в.</p> <p>4.4. Танцевальная культура 19-20 в.</p>		10	40			
5	<p>Раздел: РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ И МЕТОДЫ ИХ ВОСПИТАНИЯ</p>		2				
5.1	<p>Общая характеристика двигательных способностей ила, как физическое качество и методы ее воспитания</p>		4				
5.2	<p>Характеристика выносливости в спортивных танцах и методы ее воспитания</p>						
5.3	<p>Быстрота и методы ее воспитания в спортивных танцах</p>						
5.4	<p>Гибкость, ее значение в спортивных танцах и методы воспитания</p>						
5.5	<p>Характеристика ловкости и ее значение для спортивных танцев. Методы воспитания ловкости</p>						
6	<p>Раздел: МЕТОДИКА НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ</p>			44			

6.1	Влияние занятий спортивными танцами на организм занимающихся						
6.2	Организация занятий с начинающими танцорами						
7	Семестровый экзамен для студентов второго курса	IV			27	9	Экзамен
Всего за II курс: 414 часов (11,5 зачетных единиц)			32	144	385	9	

**4.3. Третий год обучения (5-й и 6-й семестры)
Общая трудоемкость: 8 з. е. или 306 часов**

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (художественная 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			
1	ТРЕНИРОВОЧНЫЕ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЕ НАГРУЗКИ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	V			40			
1.1	Понятие «нагрузка» в спортивных танцах. Общее представление о нагрузке	V	2		20			
1.2	Регулирование и параметры нагрузки в танцевальном спорте.	V	2		20			
2	Раздел: Компоненты содержания тренировки танцора в различных видах соревновательных дисциплин танцевального спорта (St, La)	VI	4	40	40			

2.1	Основные средства и методы тренировки танцоров	VI	2	2	10		
2.2	Виды подготовки в спортивных танцах						
3	Раздел: ПЛАНИРОВАНИЕ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	VI			10		
3.1	«Планирование» как особое понятие коллоквиум	VI	10		20		
3.2	Долгосрочное планирование в танцевальном спорте						
3.3	Планирование подготовки танцоров в годичном цикле						
3.4	Планирование мезо- и микроциклов в танцевальном спорте.						
3	Раздел 3. ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ		6	44	72		
3.1	Народный танец как источник развития танцевального спорта	V	2	20	40		
3.2	История развития и основные технические принципы джазового танца	VI	2	10	20		
3.3	Современный (модерн) танец.	VI		14	12		
4	Раздел: КОНТРОЛЬ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	V- VI	6		60		

4.1	иды контроля, применяемые в танцевальном спорте	VI	2		20		
4.2	Педагогический контроль в танцевальном спорте						
4.3	коллоквиум						
4.4	Медикобиологический контроль в танцевальном спорте						
	Средства восстановления, применяемые в танцевальном спорте						
5	Раздел: МАССОВЫЕ ФОРМЫ ЗАНЯТИЙ СПОРТИВНЫМИ (БАЛЬНЫМИ) ТАНЦАМИ	V	2	40	40		
6	Экзамен	VI			27	9	Экзамен
Всего за III курс: 288 часов (8 зачетных единиц)			36	140	239	9	

**4.4. Четвертый год обучения (7-й и 8-й семестры)
Общая трудоемкость: 5 з. е. или 180 часов**

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (художественная гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Контроль	Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
1	Раздел: СПОРТИВНЫЕ ТАНЦЫ КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	VII	6		20			

1.1	Формы и социальные функции спортивных танцев	VII	12	2	10		
1.2	Система физического воспитания и спортивных танцев коллоквиум						
1.3	Управление физической культурой и спортом и спортивными танцами в России						
2	Раздел: МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ ВЫСОКО КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ТАНЦОРОВ	VII	8	4	10		
2.1	Особенности подготовки танцоров высших разрядов						
2.2.	Средства и методы подготовки танцоров высокой квалификации						
2.3	Организационно-методические особенности системы подготовки сборных команд по танцевальному спорту						
3	Раздел : МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	VII	10	80	60		
3.1	Морфофункциональные и психические особенности занимающихся разного возраста и их учет в процессе многолетней подготовки коллоквиум						
3.2	Организация процесса обучения в танцевальном спорт						
3.3	Частные методики обучения и применение технических средств в спортивных танцах						
3.4	Вариации и композиции стандартных танцев повышенной программы сложности						

4	Раздел : ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ			54	30		
4.1	Теория и методика преподавания дуэтного танца	VII			10		
4.2	Методика работы с коллективом спортивного (бального) танца	VII			20		
4.3	Хореографическая подготовка спортсменов-танцоров высшей квалификации						
5	Раздел: УПРАВЛЕНИЕ ПРОЦЕССОМ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ		6	6	4		
5.1	Общие основы теории управления и прогнозирования в спорте	VIII		2			
5.2	Моделирование спортивной деятельности танцоров 5.3. Планирование, контроль и учет на этапе спортивного совершенствования.	VIII			2		
5.3	Система отбора в танцевальном спорте	VIII		2			
6	Раздел: ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНЫМ ТАНЦАМ		8	10	8		
6.1	Актуальные вопросы оценки исполнительского мастерства в танцевальном спорте.	VIII	2		6		
6.2	требования к судьям всероссийских и международных соревнований по спортивным танцам	VIII			2		

6.3	Повышение квалификации судей международной категории						
4	Экзамен	VIII			27	9	Экзамен
Всего за IV курс: 180 часов (5 зачетных единиц)			36	144	145	9	

**4.5. Пятый год обучения (9-й и 10-й семестры)
Общая трудоемкость: 4,5 з. е. или 162 часов**

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (художественная гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Контроль	Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
1	Раздел : МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	IX	2	4	10			
2	Раздел: ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНЫМ ТАНЦАМ	IX	2	4	10			
3	Раздел: УПРАВЛЕНИЕ ПРОЦЕССОМ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ	X	2	2	26			
4	Раздел: Материально-техническое обеспечение занятий танцевальным спортом	X		2	10			

5	Раздел : Основы научно-исследовательской деятельности	X	2	2	6		
	Экзамен	X			27	9	Экзамен
Всего за V курс: 162 часа (4,5 зачетных единиц)			8	28	117	9	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теории и методик танцевального спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 10 от «24» апреля 2014 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики танцевального спорта
(наименование)
Протокол № 18 от «22» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики танцевального спорта
(наименование)
Протокол № 16 от «13» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики танцевального спорта
(наименование)
Протокол № 23 от «26» апреля 2017 г.

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

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

Составители:

К.п.н., доцент, зав. Кафедрой ТиМ ТС **Сингина Надежда Федоровна**

Рецензент: **Абсалямова Ирина Васильевна**, кандидат педагогических наук, профессор кафедры Теории и методики лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины (модуля) «**Теория и методика избранного вида спорта (танцевальный спорт)**» – обеспечить освоение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению подготовки 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.

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

Учебная дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (танцевальный спорт)» 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 танцевального спорта.

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)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-3	<i>Знать:</i> – принципы и методы обучения в танцевальном спорте; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся в группах начальной подготовки; – требований стандартов спортивной подготовки в танцевальном спорте к проведению занятий с данным контингентом.			4 6 6
	<i>Уметь:</i> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в танцевальном спорте с учетом особенностей занимающихся в группах начальной подготовки и требований образовательных стандартов по танцевальному спорту			4 4
	<i>Владеть:</i> - организационно-педагогическими методами проведения тренировочного занятия со спортсменками высокой квалификации в танцевальном спорте; - планированием учебного процесса			9
ОПК-6	<i>Знать:</i> - состав средств и методов гимнастики при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста.			5
	<i>Уметь:</i> – применять средства и методы танцевального спорта для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при проведении занятий с лицами различного пола и возраста.			5
	<i>Владеть:</i>			

	– навыками формирования здорового образа жизни средствами танцевального спорта; построения тренировочных занятий оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов.			5
ОПК-8	<i>Знать:</i> – эволюцию правил соревнований по танцевальному спорту; – правила соревнований по танцевальному спорту; – основные требования к предметам танцевального спорта			2
	<i>Знать:</i> - классификацию соревнований по танцевальному спорту; –документы планирования и проведения соревнований; –особенности организации и проведения соревнований различного уровня; – обязанности организаторов и судей соревнования; - о показательных выступлениях и спортивных праздниках; - о моделировании соревнований; – материально-техническое обеспечение соревнований; - основы судейства; - судейский корпус			7
	<i>Уметь:</i> – организовывать и проводить соревнования различного уровня; – осуществлять объективное судейство соревнований; – обеспечивать безопасность и материально-техническое сопровождение соревнований			8
ОПК-11	<i>Знать:</i> - основы научно-методической деятельности, цели и задачи научных исследований в гимнастике; - апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта; - методы научного анализа и обработки результатов исследований, основные направления научных исследований и научного обеспечения в танцевальном спорте; - методы формулирования и представления обобщений и выводов			8
	<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			8

	<p>активности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы. 			
	<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 			9
ПК-8	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; - медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в танцевальном спорте; - 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 в танцевальном спорте знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки; - соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности. 			2
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - умениями осуществлять тренерскую деятельность в художественной гимнастике с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки; - современными технологиями тренировки в танцевальном спорте; - умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности. 			3
				3
ПК-9	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям в танцевальном спорте - методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции. 			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 спортсменками в целях формирования у них мотивации к занятиям художественной гимнастикой и воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции 			8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - умением формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта; - методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции. 			8

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 танцевальном спорте; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 			6
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - определять предрасположенность к занятиям танцевальном спорте; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в танцевальном спорте. 			6
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в танцевальном спорте с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 			
ПК-11	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - примерные программы подготовки по танцевальному спорту; - 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. 			8
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки). 			8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско- 			8

	<p>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></p> <ul style="list-style-type: none"> - виды и методы педагогического контроля и учета его результатов; - содержание и организацию педагогического контроля в танцевальном спорте; - актуальные технологии управления состоянием спортсмена. 			6
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; -фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; -находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся. 			6
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -способностью использовать актуальные для танцевального спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию 			7
ПК-14	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики спортивной тренировки в танцевальном спорте; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в танцевальном спорте. 			6
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями танцевальном спорте демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности. 			7
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - в соответствии с особенностями танцевальном спорте техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство. 			8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - в соответствии с особенностями танцевальном спорте техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство. 			8
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 			7
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности; - средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности. - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия; - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия 			
ПК-26	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – санитарно-гигиенические нормы; – функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки; – технологии составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем. 			2
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 			7
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками получения и первичной обработки информации о достижениях в сфере ФКиС из различных источников; - навыками рационального использования учебно-лабораторного и управленческого оборудования, специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техники. - использования информационных технологий для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности; - навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в профессиональной деятельности. 			9
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-исследова- 			
ПК-28	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-исследова- 			10

	<p>тельских работ;</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории планирования эксперимента; - способы статистической обработки полученных результатов. 			
	<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 сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик; - статистически обрабатывать и анализировать результаты; - осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов исследований; - использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния занимающихся. 			10
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 			10
ПК-30	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы организации научного исследования; - основы научного поиска, обработки и систематизации данных. 			7
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов; - 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. 			10

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

4.1 Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 18 зачетных единиц, экзамены – 9 часов, аудиторных занятий – 180 часов, самостоятельная работа студентов – 522 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).

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

Общая трудоемкость 8,5 з.е., или 522 часов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (художественная гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС	Контроль	
1.	Раздел ВВЕДЕНИЕ В СПЕЦИАЛЬНОСТЬ		2		80		
2.	Раздел: ИСТОРИЯ СТАНОВЛЕНИЯ И РАЗВИТИЯ СПОРТИВНЫХ ТАНЦЕВ	I			20		
2.1	История становления спортивного (бального) танца как вида спорта в России.	I	4		20		
2.2.	История становления спортивного (бального) танца как вида спорта в странах Европы, Америки и Азии.		2				
2.3	Спортивные танцы в системе физического воспитания.		2				
2.4	Актуальные вопросы развития спортивных танцев.		2				

3	Раздел: КЛАССИФИКАЦИЯ, СИСТЕМАТИКА И ТЕРМИНОЛОГИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ.	I			20		
2.3	Определение понятий «классификация», «система», «систематика». Общие положения. Основные принципы классифицирования в танцевальном спорте. Классификация в спортивных танцах по видам соревновательных дисциплин. Терминология танцевального спорта	I	2 2 2 2		20		
3	Раздел 2. ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ.			60	110		
3.1	Хореографическая подготовка как составляющая специальной подготовки танцора.	I	2	20	30		
3.2	Формирование и развитие системы классического танца		2	10			
3.3	Методика построения урока классического танца.		2	20			
3.4	Развитие физических и танцевальных данных на уроках балетной гимнастики.	I	2	10	20		
3.5	Задачи и специфика преподавания классического танца в системе обучения спортивным (бальным) танцам.		2	10			

4	Раздел: СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ И ХАРАКТЕРИСТИКА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ			84			
4.1.	Специфические требования к двигательным качествам спортсменов, специализирующихся в спортивных танцах.		2				
4.2	Основы техники стандартных танцев.		2	40			
4.3	Обязательная программа сложности Student и Associate.			20			
4.4	Основы техники латиноамериканских танцев – обязательная программа сложности Student и Associate.			20			
5	Раздел: ОСНОВЫ МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ		2				

5.1	Определение основных понятий: «методика», «классификация методов обучения».		2				
5.2	Характеристика этапов обучения; цель, задачи этапов обучения.						
5.3	Закономерности формирования двигательного умения и навыка.		2				
5.4	Характеристика подготовительных и подводящих упражнений для начального обучения в спортивных танцах.						
6	Семестровый экзамен для студентов первого курса	II			27	9	Экзамен
Всего за I курс: 306 часов (11,5 зачетных единиц)			36	144	273	9	

**4.2. Второй год обучения (3-й и 4-й семестры)
Общая трудоемкость 12 з.е. или 306 часа**

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (художественная гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС	Контроль	
1.	Раздел: ТЕХНИКА СТАНДАРТНЫХ ТАНЦЕВ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ		2	40	120		
1.1	1.1 Основы техники стандартных танцев – обязательная программа сложности Member и Fellow.	IV	2	16	120		

1.2	Особенности методики обучения в спортивных танцах на учебно-тренировочном этапе		2	8	100		
2	Раздел: ТЕХНИКА ЛАТИНОАМЕРИКАНСКИХ ТАНЦЕВ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ	III	2	4	50		
2.1	Основы техники латиноамериканских танцев – обязательная программа сложности Member и Fellow. Особенности методики обучения в спортивных танцах на учебно-тренировочном этапе	III		4	50		
3	Раздел: ТРЕНИРОВКА В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ				70		
3.1	Научно-теоретические основы построения тренировки	IV	2		70		
3.2	Основные средства и методы спортивной тренировки танцоров		2		68		
3.2	Принципы спортивной тренировки. Пути интенсификации тренировочного процесса танцоров	IV	2		68		
3.4	Характеристика различных видов подготовки в спортивных (бальных) танцах		2				

4	<p>Раздел: ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ</p> <p>4.1. Методика преподавания историко-бытового танца</p> <p>4.2. Танцевальная культура 15-16 в.</p> <p>4.3.. Танцевальная культура 17-18 в.</p> <p>4.4. Танцевальная культура 19-20 в.</p>		10	40			
5	<p>Раздел: РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ И МЕТОДЫ ИХ ВОСПИТАНИЯ</p>		2				
5.1	<p>Общая характеристика двигательных способностей ила, как физическое качество и методы ее воспитания</p>		4				
5.2	<p>Характеристика выносливости в спортивных танцах и методы ее воспитания</p>						
5.3	<p>Быстрота и методы ее воспитания в спортивных танцах</p>						
5.4	<p>Гибкость, ее значение в спортивных танцах и методы воспитания</p>						
5.5	<p>Характеристика ловкости и ее значение для спортивных танцев. Методы воспитания ловкости</p>						
6	<p>Раздел: МЕТОДИКА НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ</p>			44			

6.1	Влияние занятий спортивными танцами на организм занимающихся						
6.2	Организация занятий с начинающими танцорами						
7	Семестровый экзамен для студентов второго курса	IV			27	9	Экзамен
Всего за II курс: 414 часов (11,5 зачетных единиц)			32	144	385	9	

**4.3. Третий год обучения (5-й и 6-й семестры)
Общая трудоемкость: 8 з. е. или 414 часов**

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (художественная 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			
1	ТРЕНИРОВОЧНЫЕ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЕ НАГРУЗКИ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	V			40			
1.1	Понятие «нагрузка» в спортивных танцах. Общее представление о нагрузке	V	2		20			
1.2	Регулирование и параметры нагрузки в танцевальном спорте.	V	2		20			
2	Раздел: Компоненты содержания тренировки танцора в различных видах соревновательных дисциплин танцевального спорта (St, La)	VI	4	40	40			

2.1	Основные средства и методы тренировки танцоров	VI	2	2	10		
2.2	Виды подготовки в спортивных танцах						
3	Раздел: ПЛАНИРОВАНИЕ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	VI			10		
3.1	«Планирование» как особое понятие коллоквиум	VI	10		20		
3.2	Долгосрочное планирование в танцевальном спорте						
3.3	Планирование подготовки танцоров в годичном цикле						
3.4	Планирование мезо- и микроциклов в танцевальном спорте.						
3	Раздел 3. ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ		6	44	72		
3.1	Народный танец как источник развития танцевального спорта	V	2	20	40		
3.2	История развития и основные технические принципы джазового танца	VI	2	10	20		
3.3	Современный (модерн) танец.	VI		14	12		
4	Раздел: КОНТРОЛЬ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	V- VI	6		60		

4.1	иды контроля, применяемые в танцевальном спорте	VI	2		20		
4.2	Педагогический контроль в танцевальном спорте						
4.3	коллоквиум						
4.4	Медикобиологический контроль в танцевальном спорте						
	Средства восстановления, применяемые в танцевальном спорте						
5	Раздел: МАССОВЫЕ ФОРМЫ ЗАНЯТИЙ СПОРТИВНЫМИ (БАЛЬНЫМИ) ТАНЦАМИ	V	2	40	40		
6	Экзамен	VI			27	9	Экзамен
Всего за III курс: 288 часов (8 зачетных единиц)			36	140	239	9	

**4.4. Четвертый год обучения (7-й и 8-й семестры)
Общая трудоемкость: 5 з. е. или 198 часов**

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (художественная гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Контроль	Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
1	Раздел: СПОРТИВНЫЕ ТАНЦЫ КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	VII	6		20			

1.1	Формы и социальные функции спортивных танцев	VII	12	2	10		
1.2	Система физического воспитания и спортивных танцев коллоквиум						
1.3	Управление физической культурой и спортом и спортивными танцами в России						
2	Раздел: МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ ВЫСОКО КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ТАНЦОРОВ	VII	8	4	10		
2.1	Особенности подготовки танцоров высших разрядов						
2.2.	Средства и методы подготовки танцоров высокой квалификации						
2.3	Организационно-методические особенности системы подготовки сборных команд по танцевальному спорту						
3	Раздел : МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	VII	10	80	60		
3.1	Морфофункциональные и психические особенности занимающихся разного возраста и их учет в процессе многолетней подготовки коллоквиум						
3.2	Организация процесса обучения в танцевальном спорт						
3.3	Частные методики обучения и применение технических средств в спортивных танцах						
3.4	Вариации и композиции стандартных танцев повышенной программы сложности						

4	Раздел : ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ			54	30		
4.1	Теория и методика преподавания дуэтного танца	VII			10		
4.2	Методика работы с коллективом спортивного (бального) танца	VII			20		
4.3	Хореографическая подготовка спортсменов-танцоров высшей квалификации						
5	Раздел: УПРАВЛЕНИЕ ПРОЦЕССОМ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ		6	6	4		
5.1	Общие основы теории управления и прогнозирования в спорте	VIII		2			
5.2	Моделирование спортивной деятельности танцоров 5.3. Планирование, контроль и учет на этапе спортивного совершенствования.	VIII			2		
5.3	Система отбора в танцевальном спорте	VIII		2			
6	Раздел: ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНЫМ ТАНЦАМ		8	10	8		
6.1	Актуальные вопросы оценки исполнительского мастерства в танцевальном спорте.	VIII	2		6		
6.2	требования к судьям всероссийских и международных соревнований по спортивным танцам	VIII			2		

6.3	Повышение квалификации судей международной категории						
4	Экзамен	VIII			27	9	Экзамен
Всего за IV курс: 180 часов (5 зачетных единиц)			36	144	145	9	

**4.5. Пятый год обучения (9-й и 10-й семестры)
Общая трудоемкость: 4,5 з. е. или 162 часов**

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (художественная гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Контроль	Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
1	Раздел : МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	IX	2	4	10			
2	Раздел: ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНЫМ ТАНЦАМ	IX	2	4	10			
3	Раздел: УПРАВЛЕНИЕ ПРОЦЕССОМ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ	X	2	2	26			
4	Раздел: Материально-техническое обеспечение занятий танцевальным спортом	X		2	10			

5	Раздел : Основы научно-исследовательской деятельности	X	2	2	6		
	Экзамен	X			27	9	Экзамен
Всего за V курс: 162 часа (4,5 зачетных единиц)			8	28	117	9	

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 «Теория и методика избранного вида спорта (танцевальный 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))

5.1.1 Содержание экзаменационных требований для студентов 1 курса очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Исторические предпосылки и факторы, определяющие развитие танцевального спорта, их характеристика.
2. Цель, условие и специфика деятельности тренера по танцевальному спорту.
3. Понятие классификации. Основные принципы классификации в танцевальном спорте.
4. Основные термины в спортивных танцах и их характеристика.
5. Международная терминология спортивных танцев.
6. Определение спортивных (бальных) танцев как вида спорта. Комплексный характер двигательной деятельности танцоров.
7. Характеристика энергообеспечения двигательной деятельности в спортивных танцах.
8. Предмет обучения в танцевальном спорте. Характеристика методики обучения танцоров с целью овладения техникой спортивного танца.
9. Основной путь и задачи обучения. Этапы обучения и их характеристика.
10. Основы техники в танцевальном спорте.

11. Характеристика этапов обучения в танцевальном спорте.
12. Закономерности формирования двигательного умения и навыка.
13. События 1957 года, сыгравшие основную роль в становлении и развитии спортивно-танцевального движения в РФ. Организаторы и участники.
14. Первые ведущие студии международного конкурсного бального танца в г. Москве после 1957 года, их руководители. Какие первые ведущие танцевальные пары России были ими подготовлены?
15. События 1976 года в г. Москве, демонстрирующие напряженные отношения между работниками Министерства культуры СССР и сторонниками Международного конкурсного бального танца.
16. Первая попытка официально утвердить конкурсный бальный танец как вид спорта в СССР.
17. Причины, сдерживающие развитие конкурсного бального танца в конце 70-х, начале 80-х годов в РСФСР.
18. Разногласия между представителями управленческих структур, курирующих развитие конкурсного бального танца, и специалистами, танцорами в начале 80-х годов в СССР.
19. Подготовка специалистов конкурсного бального танца в СССР. Первая специализированная группа ГИТИСа и роль ее выпускников в дальнейшем развитии конкурсного бального танца в России.
20. Представители России - члены сборной команды СССР, по конкурсному бальному танцу среди любителей в начале 80-х годов, их подготовка к международным соревнованиям.
21. Причины раскола конкурсного движения бального танца в СССР приведшего к созданию альтернативных общественных организаций, ускорившего процесс перехода от конкурсного бального к спортивному танцу.
22. Первые Чемпионаты СССР, организованные АБТ; сложности, возникшие при их проведении.
23. Причины раскола президиума АБТ Москвы, ускорившего процесс перехода от конкурсного бального к спортивному танцу.
24. Прием АБТ СССР в члены Международного совета любительского танцевания - ICAD, избрание представителя СССР в президиум ICAD.
25. Значения классической хореографии для исполнителей спортивных танцев. Специфика преподавания классической хореографии для спортсменов-танцоров.
26. Порядок урока классического танца. Понятие *battemeut*, его вида. Понятие *plie*.

- 27.Позиция ног и рук. Понятие rond, его виды и направления.
- 28.Вращения в классическом танце. Понятие port de brag, его виды.
- 29.Понятие эпольман, его виды. Позиция классического танца. Маленькие прыжки.

Содержание экзаменационных требований для студентов 2 курса очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Исторические предпосылки и факторы, определяющие развитие танцевального спорта, их характеристика.
2. Цель, условие и специфика деятельности тренера по танцевальному спорту.
3. Понятие классификации. Основные принципы классификации в танцевальном спорте.
4. Основные термины в спортивных танцах и их характеристика.
5. Международная терминология спортивных танцев.
6. Определение спортивных (бальных) танцев как вида спорта. Комплексный характер двигательной деятельности танцоров.
7. Характеристика энергообеспечения двигательной деятельности в спортивных танцах.
8. Предмет обучения в танцевальном спорте. Характеристика методики обучения танцоров с целью овладения техникой спортивного танца.
9. Основной путь и задачи обучения. Этапы обучения и их характеристика.
10. Основы техники в танцевальном спорте.
11. Характеристика этапов обучения в танцевальном спорте.
12. Закономерности формирования двигательного умения и навыка.
13. События 1957 года, сыгравшие основную роль в становлении и развитии спортивно-танцевального движения в РФ. Организаторы и участники.
14. Первые ведущие студии международного конкурсного бального танца в г. Москве после 1957 года, их руководители. Какие первые ведущие танцевальные пары России были ими подготовлены?
15. События 1976 года в г. Москве, демонстрирующие напряженные отношения между работниками Министерства культуры СССР и сторонниками Международного конкурсного бального танца.
16. Первая попытка официально утвердить конкурсный бальный танец как вид спорта в СССР.
17. Причины, сдерживающие развитие конкурсного бального танца в конце 70-х, начале 80-х годов в РСФСР.
18. Разногласия между представителями управленческих структур, курирующих развитие конкурсного бального танца, и специалистами, танцорами в начале 80-х годов в СССР.
19. Подготовка специалистов конкурсного бального танца в СССР. Первая специализированная группа ГИТИСа и роль ее выпускников в дальнейшем развитии конкурсного бального танца в России.
20. Представители России- члены сборной команды СССР, по конкурсному бальному танцу среди любителей в начале 80-х годов, их подготовка к международным соревнованиям.
21. Причины раскола конкурсного движения бального танца в СССР приведшего к созданию альтернативных общественных организаций, ускорившего процесс перехода от конкурсного бального к спортивному танцу.

22. Первые Чемпионаты СССР, организованные АБТ; сложности, возникшие при их проведении.
23. Причины раскола президиума АБТ Москвы, ускорившего процесс перехода от конкурсного бального к спортивному танцу.
24. Прием АБТ СССР в члены Международного совета любительского танцевания- ICAD, избрание представителя СССР в президиум ICAD.
25. Значения классической хореографии для исполнителей спортивных танцев. Специфика преподавания классической хореографии для спортсменов-танцоров.
26. Порядок урока классического танца. Понятие battement, его виды. Понятие plie.
27. Позиция ног и рук. Понятие rond, его виды и направления.
28. Вращения в классическом танце. Понятие port de bras, его виды.
29. Понятие эпольман, его виды. Позиция классического танца. Маленькие прыжки.

i. Содержание экзаменационных требований для студентов 3 курса очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Современное состояние хореографической подготовки танцоров.
2. Содержание музыкального сопровождения программ танцоров, специализирующихся в различных видах спортивно-танцевальных дисциплин.
3. История развития танцевального спорта в различных странах.
4. Анализ выступлений российских танцоров на чемпионатах мира, Европы и других международных соревнованиях.
5. Основы техники и методика в спортивных танцах.
6. Актуальные проблемы развития танцевального спорта в России.
7. Значение морфологических признаков для спортивных достижений танцоров.
8. Особенности физической подготовки танцоров.
9. Компоненты соревновательной деятельности танцоров.
10. Принципы обучения в спортивных танцах.
11. Теоретические основы обучения движениям.
12. Морфологическая характеристика танцоров на начальном этапе учебно-тренировочного процесса.
13. Пространственные параметры движения в спортивных танцах.
 1. 14. Морфологические аспекты отбора в спортивных танцах.
15. Материально-техническая база танцевального спорта в России и на рубежом.
 1. 16. Спортивные сооружения для спортивных танцев в России.

1. Содержание экзаменационных требований для студентов 4 курса очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Приемы формирования двигательных представлений.
2. Понятие «двигательных представлений» и их состав.
3. Автоматизация двигательного действия в гимнастике.
4. Этапность формирования двигательного навыка.
5. Технические средства обучения.

6. Основные принципы составления индивидуальных классификационных (соревновательных) комбинаций.
7. Вариации шагов всех танцев стандартной программы.
8. Вариации шагов всех танцев латиноамериканской программы.
9. Структура тренировочного процесса в танцевальном спорте.
10. Периодизация подготовки в танцевальном спорте.
11. Понятие «макроцикла», «мезоцикла», «микроцикла» тренировки.
12. Моделирование соревновательной подготовки в танцах.
13. Классификация типов телосложения: мышечный, торакальный и астеничный типы.
14. Особенности телосложения танцоров.
15. Методические особенности специализированного отбора.
16. Определение понятий «общая физическая подготовка» (ОФП) и «специальная физическая подготовка» (СФП), их основные цели и задачи.
17. Основные задачи и средства специальной физической подготовки высококвалифицированных танцоров.
18. Методика воздействия средствами танцевального спорта на осанку, гибкость, массу тела, компоненты телосложения занимающихся.
19. Двигательно-координационные способности занимающихся танцевальным спортом.
20. Развитие гибкости в танцевальном спорте.
21. Развитие скоростно-силовых способностей в танцевальном спорте.
22. Роль соревнований как фактора совершенствования на различных этапах подготовки танцевальном спорте высокой квалификации.

ii. Содержание экзаменационных требований для студентов 5 курса очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Правила обеспечения безопасности при обучении в танцевальном спорте.
2. Основные причины травматизма в танцевальном спорте.
3. Фактор психологической подготовки в танцевальном спорте.
4. Личность спортсмена и ее характеристики. Личностные качества.
5. Темперамент, его разновидности. Темперамент танцора.
6. Методы психической саморегуляции.
7. Теоретическая подготовка в танцевальном спорте и ее значение.
9. Принципы подготовки гимнасток высокой квалификации.
8. Концепция централизованной подготовки танцоров.
9. Питание танцора. Требования к рациону и режиму питания.
10. Регуляция веса тела в танцевальном спорте.
11. Водно-солевой режим танцевальном спорте.
12. Методика отбора в танцевальном спорте.
13. Медико-биологическое обеспечение занятий в танцевальном спорте.
14. Биомеханическое обеспечение занятий в танцевальном спорте.
15. Организационное обеспечение занятий в танцевальном спорте.

16. Современные методы компьютерной обработки данных исследования.
17. Этапность выполнения квалификационной работы.
18. Рабочая гипотеза и задачи исследования.
19. Проблема адекватности задачи и методов исследования.
20. Методика работы над текстом и оформлением ВКР.

iii. Примерная тематика выпускных квалификационных работ:

1. Анализ содержания соревновательных программ.
2. Сравнительный анализ содержания соревновательных программ.
5. Ритмическое построение индивидуальных композиций.
6. Психология общения коллектива.
7. Определение отношений в системе тренер - спортсменка и влияние данного фактора на спортивно-тренировочную и соревновательную деятельность .
8. 9. Взаимосвязь между коэффициентом надежности соревновательной деятельности танцоров высокой квалификации и спортивным результатом.
10. Исследование объема и интенсивности тренировочных (соревновательных) нагрузок в подготовительном периоде (в процессе выступления в соревнованиях) танцоров высшей квалификации, специализирующихся в групповых упражнениях.
13. Изменение характера взаимосвязи показателей физической подготовленности танцоров в паре.
14. Методика оценки уровня физической подготовленности.
16. Влияние хореографической подготовки на уровень технической подготовленности.
17. Определение уровня спортивно-технического мастерства сильнейших танцоров.
18. Контроль за хореографической подготовленностью танцоров.
21. Основные тенденции развития научных исследований в танцевальном спорте.
- 22.
30. Оздоровительная физическая культура в профилактике остеохондроза позвоночника спортсменов (на примере танцевального спорта).

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Теория и методика современного пятиборья»

а) Основная литература:

1. Альберт Г., Александр Пушкин. Школа классического танца. – М.: Артист. Режиссер. Театр., 1996. – 255 с.
2. Ваганова А.Я. Основы классического танца: учеб. Для выс. и сред. уч. зав. искусства и культуры.-СПб.:Лань,2002г.
3. Воронина И. Историко-бытовой танец. – М.: Искусство, 1980.
4. Доусон А. Система скейтинг: обработка оценок на чемпионатах по бальным танцам.
5. Ивановский Н.П. Бальный танец ХУ1-Х1Х веков. – Л.-М.: Искусство 1948.
6. Машков А.В. Терминология в спортивных танцах (стандартная программа). (учебное пособие).
7. Мур А. Техника бальных танцев. - Лондон: Б.и., Б.г.
8. Сидоров В. Современный танец. – М.: Первина, 1992.

9. Смирнова М.В. Основные элементы классического танца: Учебное пособие. – М., 1979.
10. Ховард Г. Техника европейских танцев.-М.:Артис,2003г.
11. Хореография спортивных танцев для любителей и профессионалов. №103/сост. Хэрн Д. - М.:Артис, 1999г.
12. Хореография спортивных танцев для любителей и профессионалов. №104/сост. Хэрн Д.-М.:Артис, 1999г
13. Хореография спортивных танцев для любителей и профессионалов. №109/сост. Хэрн Д.-М.:Артис, 2000г.
14. Хореография спортивных танцев для любителей и профессионалов. №110/сост. Хэрн Д.-М.:Артис, 2000г.

б) Дополнительная литература:

- Захаров Р.В. Сочинение танца: Страницы педагогического опыта – М.: Искусство, 1989. – 235 с.
- Кох И.Э. Основы сценического движения. – Л.: 1970.
- Меркель М.Н. Вариации в зеркале: докум. Киносценарии М.:Искусство, 1980г.
- Мессерер А. Уроки классического танца. М.: Искусство 1967.
- Никитин В.Ю. Модерн-танец. – М.: РАТИ (ГИТИС), 2000.
- Основы латиноамериканских танцев. Т.1:Соврем. бальный танец: фото пособие с техн. Пояснениями.-СПб.;Томск:Артис,1997г.
- Регацони Г. Бальные танцы/Регацони Г., Росси М., Маджрри А.-М. (БММ АО), 2001г.
- Ромэн Э. Вопросы и ответы: на экзаменах уровня сложности "ассоушиэт" по стандарту импер. о-ва учителей танца.
- Ромэн Э. Вопросы и ответы: на экзаменах уровня сложности "ассоушиэт" по латине импер. о-ва учителей танца.-Б.м., Б.и., Б.г.
- Смит Л. Танцы: начальный курс- М.:Астрель АСТ, 2001г.
- Футбер И. Пантомима, движение и образ. – М., 1981.
- Худеков С.Н. История танцев. Ч.2-СПб.:Б.и.,1914

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

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

	<p>-Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook</p>	<p>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></p>
3.	Adobe Acrobat DC	<p>Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>
4.	WinRAR (WinZip)	<p>Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>
5.	Dr.Web	<p>Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- «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)

7.4. Спортивный инвентарь

Комплект стандартных гимнастических снарядов:

- станок хореографический – 1 шт.;
- комплект на группу стандартной наполняемости мелкого гимнастического инвентаря: скакалки (короткие и длинная), коврики

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (танцевальный спорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 17 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики танцевального спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестры
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	ИСТОРИЯ СТАНОВЛЕНИЯ И РАЗВИТИЯ СПОРТИВНЫХ ТАНЦЕВ	20
2	КЛАССИФИКАЦИЯ, СИСТЕМАТИКА И ТЕРМИНОЛОГИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ.	10
3	ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ.	20
4	СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ И ХАРАКТЕРИСТИКА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ	10
	ОСНОВЫ МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	10
	Экзамен	30
	Итого	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балла, имея возможность, сдав экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое 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 (танцевального спорта) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 17 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	ТЕХНИКА СТАНДАРТНЫХ ТАНЦЕВ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ	20
2	ТЕХНИКА ЛАТИНОАМЕРИКАНСКИХ ТАНЦЕВ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ	20
3	ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ.	20
4	МЕТОДИКА НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	10
	Экзамен	30
	Итого	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балла, имея возможность, сдав экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
-----------------	-----	-------	-------	-------	-------	--------

Словесно-цифровое 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 (ТАНЕЦВАЛЬНЫЙ СПОРТА) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 17 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) заочной формы обучения

I ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики
Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестры
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля	Максимальное
---	---	--------------

	успеваемости	кол-во баллов
1	ТРЕНИРОВОЧНЫЕ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЕ НАГРУЗКИ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	10
2	Компоненты содержания тренировки танцора в различных видах соревновательных дисциплин танцевального спорта (St, La)	20
3	ПЛАНИРОВАНИЕ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	20
4	КОНТРОЛЬ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	10
5	ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ	10
6	МАССОВЫЕ ФОРМЫ ЗАНЯТИЙ СПОРТИВНЫМИ (БАЛЬНЫМИ) ТАНЦАМИ	10
	Экзамен	30
	Итого	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балла, имея возможность, сдав экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

оценки						
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (танцевальный спорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 17 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка заочной формы обучения

I ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестры
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	СПОРИВНЫЕ ТАНЦЫ КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	10
2	МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ ВЫСОКО КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ТАНЦОРОВ	20
3	КОНТРОЛЬ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	10
4	ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ	10
5	УПРАВЛЕНИЕ ПРОЦЕССОМ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ	10
6	ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНЫМ ТАНЦАМ	
	Экзамен	30
	Итого	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое 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 (танцевальный спорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, 17 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики
Сроки изучения дисциплины (модуля): 9-10 семестры
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	10
2	ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНЫМ ТАНЦАМ	20
3	УПРАВЛЕНИЕ ПРОЦЕССОМ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ	10
4	ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ	10
5	Материально-техническое обеспечение занятий танцевальным спортом	10
6	Основы научно-исследовательской деятельности	10
	Экзамен	30
	Итого	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

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

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое 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 танцевального спорта

АННОТАЦИЯ

К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Направленность (профиль): «Спортивная подготовка»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2015г.

Москва – 2017 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 38 зачетных единиц.

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

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

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

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

–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 38 зачетных единиц, экзамены – 45 часов, аудиторных занятий – 164 часов, самостоятельная работа студентов – 1159 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 8,5 з.е., или 306 часов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (художественная гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС	Контроль	
1.	Раздел ВВЕДЕНИЕ В СПЕЦИАЛЬНОСТЬ		2		80		
2.	Раздел: ИСТОРИЯ СТАНОВЛЕНИЯ И РАЗВИТИЯ СПОРТИВНЫХ ТАНЦЕВ	I			20		

2.1	История становления спортивного (бального) танца как вида спорта в России.	I	4		20		
2.2.	История становления спортивного (бального) танца как вида спорта в странах Европы, Америки и Азии.		2				
2.3	Спортивные танцы в системе физического воспитания.		2				
2.4	Актуальные вопросы развития спортивных танцев.		2				
3	Раздел: КЛАССИФИКАЦИЯ, СИСТЕМАТИКА И ТЕРМИНОЛОГИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ.	I			20		
2.3	Определение понятий «классификация», «система», «систематика». Общие положения. Основные принципы классифицирования в танцевальном спорте. Классификация в спортивных танцах по видам соревновательных дисциплин. Терминология танцевального спорта	I	2 2 2 2		20		
3	Раздел 2. ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ.			60	110		
3.1	Хореографическая подготовка как составляющая специальной подготовки танцора.	I	2	20	30		

3.2	Формирование и развитие системы классического танца		2	10			
3.3	Методика построения урока классического танца.		2	20			
3.4	Развитие физических и танцевальных данных на уроках балетной гимнастики.	I	2	10	20		
3.5	Задачи и специфика преподавания классического танца в системе обучения спортивным (бальным) танцам.		2	10			
4	Раздел: СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ И ХАРАКТЕРИСТИКА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ			84			
4.1.	Специфические требования к двигательным качествам спортсменов, специализирующихся в спортивных танцах.		2				
4.2	Основы техники стандартных танцев.		2	40			
4.3	Обязательная программа сложности Student и Associate.			20			
4.4	Основы техники латиноамериканских танцев – обязательная программа сложности Student и Associate.			20			
5	Раздел: ОСНОВЫ МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ		2				

5.1	Определение основных понятий: «методика», «классификация методов обучения».		2				
5.2	Характеристика этапов обучения; цель, задачи этапов обучения.						
5.3	Закономерности формирования двигательного умения и навыка.		2				
5.4	Характеристика подготовительных и подводящих упражнений для начального обучения в спортивных танцах.						
6	Семестровый экзамен для студентов первого курса	II			27	9	Экзамен
Всего за I курс: 306 часов (11,5 зачетных единиц)			36	144	273	9	

**4.2. Второй год обучения (3-й и 4-й семестры)
Общая трудоемкость 12 з.е. или 432 часа**

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (художественная гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС	Контроль	
1.	Раздел: ТЕХНИКА СТАНДАРТНЫХ ТАНЦЕВ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ		2	40	120		
1.1	1.1 Основы техники стандартных танцев – обязательная программа сложности Member и Fellow.	IV	2	16	120		

1.2	Особенности методики обучения в спортивных танцах на учебно-тренировочном этапе		2	8	100		
2	Раздел: ТЕХНИКА ЛАТИНОАМЕРИКАНСКИХ ТАНЦЕВ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ	III	2	4	50		
2.1	Основы техники латиноамериканских танцев – обязательная программа сложности Member и Fellow. Особенности методики обучения в спортивных танцах на учебно-тренировочном этапе	III		4	50		
3	Раздел: ТРЕНИРОВКА В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ				70		
3.1	Научно-теоретические основы построения тренировки	IV	2		70		
3.2	Основные средства и методы спортивной тренировки танцоров		2		68		
3.2	Принципы спортивной тренировки. Пути интенсификации тренировочного процесса танцоров	IV	2		68		
3.4	Характеристика различных видов подготовки в спортивных (бальных) танцах		2				

4	<p>Раздел: ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ</p> <p>4.1. Методика преподавания историко-бытового танца</p> <p>4.2. Танцевальная культура 15-16 в.</p> <p>4.3.. Танцевальная культура 17-18 в.</p> <p>4.4. Танцевальная культура 19-20 в.</p>		10	40			
5	<p>Раздел: РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ И МЕТОДЫ ИХ ВОСПИТАНИЯ</p>		2				
5.1	<p>Общая характеристика двигательных способностей ила, как физическое качество и методы ее воспитания</p>		4				
5.2	<p>Характеристика выносливости в спортивных танцах и методы ее воспитания</p>						
5.3	<p>Быстрота и методы ее воспитания в спортивных танцах</p>						
5.4	<p>Гибкость, ее значение в спортивных танцах и методы воспитания</p>						
5.5	<p>Характеристика ловкости и ее значение для спортивных танцев. Методы воспитания ловкости</p>						
6	<p>Раздел: МЕТОДИКА НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ</p>			44			

6.1	Влияние занятий спортивными танцами на организм занимающихся						
6.2	Организация занятий с начинающими танцорами						
7	Семестровый экзамен для студентов второго курса	IV			27	9	Экзамен
Всего за II курс: 414 часов (11,5 зачетных единиц)			32	144	385	9	

**4.3. Третий год обучения (5-й и 6-й семестры)
Общая трудоемкость: 8 з. е. или 306 часов**

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (художественная 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			
1	ТРЕНИРОВОЧНЫЕ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЕ НАГРУЗКИ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	V			40			
1.1	Понятие «нагрузка» в спортивных танцах. Общее представление о нагрузке	V	2		20			
1.2	Регулирование и параметры нагрузки в танцевальном спорте.	V	2		20			
2	Раздел: Компоненты содержания тренировки танцора в различных видах соревновательных дисциплин танцевального спорта (St, La)	VI	4	40	40			

2.1	Основные средства и методы тренировки танцоров	VI	2	2	10		
2.2	Виды подготовки в спортивных танцах						
3	Раздел: ПЛАНИРОВАНИЕ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	VI			10		
3.1	«Планирование» как особое понятие коллоквиум	VI	10		20		
3.2	Долгосрочное планирование в танцевальном спорте						
3.3	Планирование подготовки танцоров в годичном цикле						
3.4	Планирование мезо- и микроциклов в танцевальном спорте.						
3	Раздел 3. ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ		6	44	72		
3.1	Народный танец как источник развития танцевального спорта	V	2	20	40		
3.2	История развития и основные технические принципы джазового танца	VI	2	10	20		
3.3	Современный (модерн) танец.	VI		14	12		
4	Раздел: КОНТРОЛЬ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	V- VI	6		60		

4.1	иды контроля, применяемые в танцевальном спорте	VI	2		20		
4.2	Педагогический контроль в танцевальном спорте						
4.3	коллоквиум						
4.4	Медикобиологический контроль в танцевальном спорте						
	Средства восстановления, применяемые в танцевальном спорте						
5	Раздел: МАССОВЫЕ ФОРМЫ ЗАНЯТИЙ СПОРТИВНЫМИ (БАЛЬНЫМИ) ТАНЦАМИ	V	2	40	40		
6	Экзамен	VI			27	9	Экзамен
Всего за III курс: 288 часов (8 зачетных единиц)			36	140	239	9	

**4.4. Четвертый год обучения (7-й и 8-й семестры)
Общая трудоемкость: 5 з. е. или 180 часов**

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (художественная гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Контроль	Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
1	Раздел: СПОРТИВНЫЕ ТАНЦЫ КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	VII	6		20			

1.1	Формы и социальные функции спортивных танцев	VII	12	2	10		
1.2	Система физического воспитания и спортивных танцев коллоквиум						
1.3	Управление физической культурой и спортом и спортивными танцами в России						
2	Раздел: МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ ВЫСОКО КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ТАНЦОРОВ	VII	8	4	10		
2.1	Особенности подготовки танцоров высших разрядов						
2.2.	Средства и методы подготовки танцоров высокой квалификации						
2.3	Организационно-методические особенности системы подготовки сборных команд по танцевальному спорту						
3	Раздел : МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	VII	10	80	60		
3.1	Морфофункциональные и психические особенности занимающихся разного возраста и их учет в процессе многолетней подготовки коллоквиум						
3.2	Организация процесса обучения в танцевальном спорт						
3.3	Частные методики обучения и применение технических средств в спортивных танцах						
3.4	Вариации и композиции стандартных танцев повышенной программы сложности						

4	Раздел : ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ			54	30		
4.1	Теория и методика преподавания дуэтного танца	VII			10		
4.2	Методика работы с коллективом спортивного (бального) танца	VII			20		
4.3	Хореографическая подготовка спортсменов-танцоров высшей квалификации						
5	Раздел: УПРАВЛЕНИЕ ПРОЦЕССОМ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ		6	6	4		
5.1	Общие основы теории управления и прогнозирования в спорте	VIII		2			
5.2	Моделирование спортивной деятельности танцоров 5.3. Планирование, контроль и учет на этапе спортивного совершенствования.	VIII			2		
5.3	Система отбора в танцевальном спорте	VIII		2			
6	Раздел: ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНЫМ ТАНЦАМ		8	10	8		
6.1	Актуальные вопросы оценки исполнительского мастерства в танцевальном спорте.	VIII	2		6		
6.2	требования к судьям всероссийских и международных соревнований по спортивным танцам	VIII			2		

6.3	Повышение квалификации судей международной категории						
4	Экзамен	VIII			27	9	Экзамен
Всего за IV курс: 180 часов (5 зачетных единиц)			36	144	145	9	

**4.5. Пятый год обучения (9-й и 10-й семестры)
Общая трудоемкость: 4,5 з. е. или 162 часов**

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (художественная гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Контроль	Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
1	Раздел : МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ	IX	2	4	10			
2	Раздел: ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНЫМ ТАНЦАМ	IX	2	4	10			
3	Раздел: УПРАВЛЕНИЕ ПРОЦЕССОМ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ В СПОРТИВНЫХ ТАНЦАХ	X	2	2	26			
4	Раздел: Материально-техническое обеспечение занятий танцевальным спортом	X		2	10			

5	Раздел : Основы научно-исследовательской деятельности	X	2	2	6		
	Экзамен	X			27	9	Экзамен
Всего за V курс: 162 часа (4,5 зачетных единиц)			8	28	117	9	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теории и методики тенниса

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*
Год набора 2016г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол №9 от «27» апреля 2016г.

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

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

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

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

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

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

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

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Иванова Татьяна Семеновна – кандидат педагогических наук, профессор
кафедры ТиМ тенниса *ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»*

Дмитров Александр Александрович – кандидат педагогических наук,
доцент кафедры ТиМ тенниса *ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»*

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (теннис)»—обеспечить освоение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), училищах олимпийского резерва (УОР), и средних специальных учебных заведениях, владеющих теоретическими знаниями научных достижений в нашей стране и за рубежом и умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

Учебная дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (теннис)» 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 тенниса.

Исходный уровень для освоения дисциплины определяется требованиями вступительных испытаний при поступлении в университет. Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как спортивно-педагогическое совершенствование, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология, Интернет-технологии в спорте, безопасность жизнедеятельности, восстановление в спорте, врачебный контроль, аналогичные виды спорта и др. Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-3	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – принципы и методы обучения в плавании, беге, теннисе; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся в группах начальной подготовки; 	4		

	– требований стандартов спортивной подготовки в теннисе к проведению занятий с данным контингентом.			
	<i>Уметь:</i> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в теннисе с учетом особенностей занимающихся в группах начальной подготовки и требований образовательных стандартов.			
	<i>Знать:</i> – основы теории и методики физической культуры и спорта; – принципы и методы обучения в теннисе; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки теннисистов; требования стандартов спортивной подготовки в теннисе к проведению занятий с данным контингентом.	6		
	<i>Уметь:</i> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в теннисе с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов.			
	<i>Знать:</i> – основы теории и методики физической культуры и спорта; – принципы и методы обучения; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся; требования стандартов спортивной подготовки в теннисе.	7		
	<i>Уметь:</i> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в теннисе с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов.			
	<i>Знать:</i> – основы разностороннего развития занимающихся средствами тенниса; принципов построения занятий по теннису оздоровительной направленности	1		
ОПК-6	<i>Знать:</i>	8		

	<ul style="list-style-type: none"> – факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе подготовки спортсменов в теннисе; – особенности протекания восстановления при занятиях различными видами тенниса. 			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – подбирать восстановительные средства, используемые после тренировочных нагрузок в теннисе; использовать восстановительные средства, при повышенных тренировочных нагрузках в теннисе. 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – планированием восстановительных мероприятий в тренировочном процессе теннисистов. 			
ОПК-8	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – эволюцию правил соревнований по теннису; – судейскую терминологию при проведении соревнований по видам и разрядам тенниса; – основные требования к оборудованию и личному инвентарю участников соревнований. 	1		
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – правила соревнований по теннису; – 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 теннисе; – 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			
	<i>Уметь:</i> – интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности	6		
	<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 апробированных методик.			
ПК-8	<i>Знать:</i> – истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; – санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта.	1		
	<i>Уметь:</i> – использовать на занятиях по теннису знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки; – соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования в профессиональной деятельности.			
	<i>Владеть:</i> – умениями осуществлять тренерскую деятельность в теннисе с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки; – современными технологиями тренировки в теннисе; умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности.			
ПК-9	<i>Знать:</i> психологическую характеристику двигательной деятельности в теннисе;	4		
	<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> – принципы формирования мотивации к занятиям теннисом;	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 теннисом; 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – умением формировать мотивацию к занятиям теннисом; 			
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 теннисе; – 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 определенными видами спорта; – анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; <p>использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в теннисе.</p>			
ПК-11	<p><i>Знать:</i></p> <p>теоретические основы программирования процесса обучения в теннисе;</p>	3		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять обучающие программы по видам и разрядам тенниса; 			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по теннису в соответствии с тренировочным этапом многолетней подготовки спортсменов; 	6		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по теннису в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства спортсменов; 	7		
ПК-13	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – содержание и организацию педагогического контроля в теннисе; – актуальные технологии управления состоянием спортсмена 	7		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; – фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; – находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся. 			
	<p><i>Владеть:</i></p>			

	– актуальными для современного тенниса технологиями управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.				
ПК-14	<i>Знать:</i> – основы теории и методики спортивной тренировки в современном теннисе; – средства и методы физической, технической и тактической подготовки в современном теннисе;	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; – выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги				
	<i>Владеть:</i> – навыками безопасной и эффективной работы, качественного ухода за оборудованием и инвентарем				
	<i>Знать:</i> – технологии составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем.		4		
	<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	<i>Знать:</i> – основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; – принципы организации и проведения научно-	2			

	исследовательских работ			
	<i>Уметь:</i> – планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в теннисе с использованием апробированных методик			
	<i>Владеть:</i> – навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в современном теннисе			
ПК-30	<i>Знать:</i> – методологии исследовательской деятельности в современном теннисе	4		
	<i>Уметь:</i> – проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов исследования; – использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся.	6		
	<i>Владеть:</i> – опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности	8		

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

4.1 Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 664 часа, самостоятельная работа студентов – 992 часа.

Условные обозначения: Л – лекции; П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов (в числителе – кол-во часов работы под наблюдением преподавателя, в знаменателе – без преподавателя).

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (современное пятиборье)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
I курс	Всего: 243 часа (6,75 зачетных единиц)	1	14	66	163		Зачет

1.1	Модуль 1 (1,5 зачетных единиц – 54 часа) Введение в дисциплину «Теория и методика тенниса»		2	12	40		
1.2	Модуль 2 (1,55 зачетная единица - 56 часов) « Модельные характеристики специалистов по теннису, подготавливаемых в вузах по физической культуре »		2	14	40		
1.3	Модуль 3 (1,52 зачетная единица – 55 часов) « История, современное состояние и перспективы развития тенниса »		2	16	37		
1.4	Модуль 4 (1,61 зачетная единица – 58 часов) « Соревновательная деятельность (СД) в теннисе »		4	14	40		
1.5	Модуль 5 (0,55 зачетных единиц – 20 часов) « Способы регистрации действий с целью получения их аналитических и оценочных характеристик »		4	10	6		
I курс	Всего:279 часов (7,75 зачетных единиц)	2	22	78	170	9	Экзамен
1.6	Модуль 6 (0,94 зачетных единиц – 34 часов) « Система подготовки теннисистов »		2	8	24		

1.7	Модуль 7 (1,13 зачетная единица – 41 часов) «Взаимосвязь физической, технической, стратеготактической, морально-волевой и психологической подготовок»		4	8	29		
1.8	Модуль 8 (1,27 зачетная единица – 46 часов) «Физическая подготовка»		4	14	28		
1.9	Модуль 9 (0,94 зачетная единица – 34 часов) «Организация, проведение и судейство соревнований, способы составления классификаций»		4	14	16		
1.10	Модуль 10 (1 зачетная единица – 36 часов) «Календарь главных международных соревнований в мире. Особенности их организации, проведения и судейства»		6	18	12		
1.11	Модуль 11 (1,44 зачетные единицы – 52 часов) «Материально-техническая база развития тенниса»		2	16	34		
1.12	Модуль 12 (1 зачетная единица – 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов первого курса»				27	9	
Всего за I курс: 522 часов (15 зачетных единиц)			36	144	333	9	
II курс	Всего:135 часов (3,75 зачетных единиц)	3	18	72	45		Зачет

2.1	Модуль 13 (1 зачетная единица – 36 часов) «История, современное состояние и перспективы развития тенниса»		4	18	14		
2.2	Модуль 14 (0,91 зачетные единицы – 33 часа) «Актуальные вопросы состояния и перспективы развития тенниса»		6	18	9		
2.3	Модуль 15 (0,94 зачетная единица – 34 часов) «Система подготовки теннисистов»		4	18	12		
2.4	Модуль 16 (0,88 зачетная единица - 32 часов) «Организация и управление развитием тенниса в России»		4	18	10		
II курс	Всего:171 час (4,75 зачетных единиц)	4	14	72	76	9	Экзамен
2.5	Модуль 17 (1 зачетная единица - 36 часов) «Организация, проведение и судейство соревнований, способы составления классификаций»		4	12	20		
2.6	Модуль 18 (0,75 зачетных единицы - 27 часов) «Материально-техническая база развития тенниса»		2	12	13		
2.7	Модуль 19 (1 зачетная единица - 36 часов) «Современные технологии, применяемые для записи, демонстрации и анализа спортивной техники»		4	28	4		
2.8	Модуль 20 (1 зачетная единица - 36 часов)		4	20	12		

	часов) «Теннис в сфере массово- оздоровительной работы»						
2.9	Модуль 21 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов второго курса»				27	9	
Всего за II курс: 306 часов (9 зачетных единиц)			32	144	121	9	
III курс	Всего:252 часа (7 зачетных единиц)	5	28	64	160		Зачет
3.1	Модуль 22 (1,61 зачетная единица – 58 часов) «Восстановление после больших тренировочных и соревновательных нагрузок»		8	10	40		
3.2	Модуль 23 (1,55 зачетная единица – 56 часов) «Структура, основные направления деятельности, основы организационной и управленческой работы Международной федерации тенниса»		6	10	40		
3.3	Модуль 24 (2,16 зачетные единицы – 78 часа) «Организация и управление работой по теннису в вузах физической культуры»		6	32	40		
3.4	Модуль 25 (1,66 зачетная единица – 60 часов) «Роль спонсорских организаций в развитии тенниса, система их подбора и юридические взаимоотношения с ними»		8	12	40		
III курс	Всего:162 часов (4,5 зачетных единиц)	6	8	52	93	9	Экзамен, курсовая работа

3.5	Модуль 26 (0,83 зачетная единица – 30 часов) «Календарь главных соревнований по теннису в России, особенности его разработки и реализации, «Российский теннисный тур»»		2	8	20		
3.6	Модуль 27 (0,83 зачетная единица – 30 часов) «Задачи и основные направления работы по теннису в детских садах, школах, высших учебных заведениях, на предприятиях и учреждениях, в санаториях и домах отдыха»		2	8	20		
3.7	Модуль 28 (0,88 зачетная единица - 32 часов) «Малый теннис в массовой оздоровительной работе»		2	18	12		
3.8	Модуль 29 (0,94 зачетные единицы – 34 часов) «Исследование истории зарубежного и отечественного тенниса»		2	18	14		
3.9	Модуль 30 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов третьего курса»				27	9	
Всего за III курс: 414 часов (12 зачетных единиц)			36	116	253	9	
IV курс	Всего:252 часов (7 зачетных единиц)	7	18	62	172		Зачет
4.1	Модуль 31 (1,5 зачетная единица – 54 часов) «Актуальные вопросы состояния и перспективы развития		4	12	38		

	тенниса»						
4.2	Модуль 32 (1,5 зачетная единица – 54 часов) «Стратегия и тактика»		4	12	38		
4.3	Модуль 33 (1,5 зачетной единицы – 54 часа) «Техническая и стратегическая-тактическая подготовки»		4	12	38		
4.4	Модуль 34 (1,5 зачетная единица – 54 часов) «Особенности подготовки теннисистов, достигших высоких результатов, в том числе и профессионалов»		2	14	38		
4.5	Модуль 35 (0,5 зачетной единицы - 18 часов) «Обеспечение участия теннисистов в российских и международных соревнованиях»		4	12	20		
IV курс	Всего:198 часов (6 зачетных единиц)	8	18	58	113	9	Экзамен
4.5	Модуль 35 (0,66 зачетных единицы - 24 часов) «Календарь главных международных соревнований в мире. Особенности их организации, проведения и судейства»			8	16		
4.6	Модуль 36 (1 зачетная единица – 36 часов) «Современные технологии, применяемые для записи, демонстрации и анализа спортивной техники»		6	14	16		

4.7	Модуль 37 (1,11 зачетная единица – 40 часов) «Организация и проведение массовых мероприятий по теннису»		6	14	20		
4.8	Модуль 38 (1,11 зачетная единица – 40 часов) «Экспериментальное конструирование новых вариантов тренажерных устройств и разработка методик их использования в занятиях с теннисистами»		6	14	20		
4.9	Модуль 39 (0,61зачетных единицы - 22 часов) «Исследование различных вариантов перспективного, годового и текущего планирования подготовки российских теннисистов»			8	14		
4.10	Модуль 40 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»				27	9	
Всего за IV курс: 450 часов (13 зачетных единиц)			36	120	285	9	
Всего за курс: 1692 часов			140	664	992	36	

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

1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (теннис)»

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

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

1.2.1. Содержание зачетных требований для студентов в I семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Этап возникновения и начального развития тенниса (до 1895 г.). Особенности инвентаря, площадок, правил игры.
2. Этап начала широкого развития тенниса (1896-1913 г.г.). установление традиционных международных связей.
3. Первый этап широкого развития тенниса между первой и второй мировыми войнами (1918-1939 г.г.).
4. Второй этап широкого развития тенниса после Второй мировой войны при отдельных выступлениях в соревнованиях теннисистов-любителей и теннисистов-профессионалов (1946-1967 г.г.).
5. Третий этап широкого развития тенниса (с 1967 г.). Совместные выступления в соревнованиях теннисистов-любителей и теннисистов-профессионалов. Значительное повышение интереса к теннисным соревнованиям. Восстановление тенниса в числе олимпийских видов спорта.
6. Турниры Большого Шлема. Кубки Девиса и Федерации. Теннисные академии. Ведущие игроки современности.
7. Зарождение отечественного лаун-тенниса. Основные вехи его развития. Всероссийские соревнования 1907-1914 г.г..
8. Теннис в СССР. Этапы развития. Чемпионы разных лет. Всесоюзные соревнования. Первые выступления на международной арене.
9. Современное состояние тенниса в стране. Материально-техническая база тенниса. Участие отечественных теннисистов в основных международных соревнованиях.

10. Структура соревновательной деятельности (СД). Классификация приемов техники, стратегии и тактики. Спортивная борьба как целостная динамическая система.

11. Аналитические характеристики СД сильнейших отечественных и зарубежных теннисистов, включая теннисистов детского и юношеского возрастов.

12. Характеристики тенденций развития СД.

13. Общие основы спортивной техники. Техника - как целостная организация двигательных действий. Фазовый состав приемов техники и влияние его особенностей на эффективность ударов.

14. Классификация основных приемов техники тенниса. полет и отскок мяча, его взаимодействие с ракеткой и поверхностью корта.

15. Способы держания ракетки и их влияние на формирование техники и стиля игры теннисистов.

16. Биомеханический анализ техники основных ударов. Анализ особенностей выполнения ударов с различным направлением, вращением и силой.

17. Понятие о стратегии и тактики тенниса. Их взаимосвязь. Главные структурные элементы стратегии и тактики двигательных действий. Задачи стратегии и тактики.

18. Методические особенности использования стратегии и тактики с учетом «разведывательных» данных об игре, физических, психологических особенностях, характеризующих соперника.

19. Прогнозирование стратегии и тактики. Контрмоделирование и планирование стратегии и тактики.

20. Способы регистрации СД. Их особенности. Анализ получаемых результатов.

21. Соревновательное поведение как элемент стратегии и тактики. Кодекс поведения теннисиста.

22. Формирование норм профессионального поведения на корте.

23. Виды подготовки. Взаимосвязь физической, технической, стратегическо-тактической, морально-волевой и психологической видов подготовки.

24. Общие основы методики обучения и совершенствования теннисиста применительно к различным видам подготовки. Основные педагогические средства, используемые при обучении и совершенствовании подготовленности теннисиста.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Быстрота теннисиста. Формы ее проявления. Основные средства и методы воспитания быстроты.
2. Скоростно-силовые качества теннисиста. Особенности их проявления в деятельности. Основные средства и методы их воспитания.
3. Ловкость теннисиста. Особенности ее проявления в деятельности теннисиста. Основные средства и методы ее воспитания.
4. Выносливость теннисиста. Особенности ее проявления в деятельности теннисиста. Основные средства и методы ее воспитания.
5. Гибкость теннисиста. Особенности ее проявления в деятельности теннисиста. Основные средства и методы ее воспитания.
6. Основы теории обучения двигательным действиям в теннисе. Понятие тренировки. Роль педагога в обучении.
7. Ранняя специализация в теннисе. Подготовка детей к активным занятиям теннисом.
8. Мини-теннис в массовой оздоровительной работе. Правила, организация и судейство соревнований по мини-теннису.
9. Игровой метод в процессе подготовки теннисистов различного возраста и уровня подготовленности.
10. Организация и проведение индивидуальных и групповых занятий с лицами разного возраста и уровня подготовленности. Учет индивидуальных, половых, возрастных особенностей занимающихся.
11. Календарь главных международных соревнований в мире для юношей и девушек. Особенности их организации и проведения.
12. Календарь главных международных соревнований в мире для взрослых. Особенности их организации и проведения.
13. История возникновения и перспективы развития классификации теннисистов. Значение классификации для теннисистов, организаторов турниров, менеджеров, спонсоров, рекламодателей и любителей тенниса.
14. Международные классификации по теннису ITF, WTA, ETA, ATP. Классификация национальных федераций. Методики, лежащие в основе их составления.
15. Разнообразие существующих теннисных классификационных систем. Их отличительные особенности.
16. Отечественные классификации теннисистов. Их достоинства и недостатки.

17. Календарь главных соревнований по теннису в России. Особенности его разработки и реализации.
18. «Российский теннисный тур». Особенности организации. Содержание работы.
19. Особенности региональных календарей соревнований, их организация, проведение и судейство.
20. Структура судейских коллегий. Распределение обязанностей между судьями. Основные виды и формы документации. Кодекс судьи по теннису.
21. Правила соревнований по теннису: одиночные и парные игры. Правила игры в теннис на колясках. Кодекс поведения игрока.
22. Особенности теннисного инвентаря. Теннисные ракетки. Струны. Мячи. Обувь и спортивная одежда.
23. Теннисные площадки, их оборудование и уход за ними.
24. Тренажеры для развития специальных физических качеств, обеспечивающих эффективное выполнение ударных действий. Методика их применения.
25. Организация и проведение массовых мероприятий по теннису. Анализ массовых мероприятий, проводимых клубами Москвы, федерациями тенниса Москвы и России. Зарубежный опыт.

Практическая демонстрация и анализ технического приема по заданию преподавателя.

1.2.3. Содержание зачетных требований для студентов в III семестре очной формы обучения:

Вопросы для собеседования:

1. Актуальные вопросы развития тенниса в стране и за рубежом. Основные задачи и мероприятия по дальнейшему развитию тенниса в стране.
2. Классификация ударов в теннисе на основе биомеханического обоснования их техники. Критерии оптимальности и факторы оптимизации ударных действий.
3. Морфологические, функциональные и психологические особенности статуса теннисиста. Их влияние на индивидуальные особенности техники выполнения ударных действий. Оптимизация технологии обучения ударным действиям.
4. Общая характеристика современной тактики. Принципы отечественной школы тактики тенниса. Характеристика тактических действий. Психологические особенности тактических действий. Тактическое мышление, предвидение и интуиция.

5. Индивидуально-тактические особенности действий. Их диагностика и совершенствование.
6. Цель и задачи многолетнего процесса подготовки теннисистов.
7. Основные этапы подготовки. Их цели, основные задачи, средства и методы тренировки.
8. Возрастные принципы, объем и интенсивность нагрузки. Влияние возрастных и половых особенностей на процесс воспитания. Сенситивные периоды.
9. Проявление физических качеств в деятельности теннисистов. Средства и методы воспитания и контроля за физическими качествами.
10. Этапы технической подготовки. Средства и методы технической подготовки юных теннисистов.
11. Особенности методики формирования навыков в процессе тренировки. Особенности методики стабилизации и совершенствования сформированных технических навыков. Пути и условия повышения помехоустойчивости к выполнению технических навыков.
12. Качества, влияющие на процесс становления и совершенствования техники. Методика их воспитания. Этапы стратегического-тактической подготовки. Средства и методы стратегического-тактической подготовки юных теннисистов.
13. Особенности методики формирования и совершенствования стратегического-тактической подготовки.
14. Качества, влияющие на процесс становления и совершенствования стратегии и тактики. Методика их воспитания.
15. Моральные и волевые качества теннисиста. Мотивация. Умение мобилизоваться.
16. Непрерывность морально-волевой подготовки теннисистов в процессе активных занятий теннисом. Роль тренера как педагога-воспитателя.
17. Методология воспитания волевых качеств, их взаимосвязь. Взаимосвязь волевой и других видов подготовки теннисистов. Воспитание моральных качеств.
18. Значение психологической подготовки в деле повышения эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности теннисистов. Компоненты психологической подготовленности теннисистов.
19. Методы психодиагностики, регуляции и саморегуляции психических состояний.
20. Игровая подготовка как процесс объединения всех видов подготовки в

систему ведения спортивной борьбы в соревнованиях. Принцип компенсации различных способностей в процессе игровой подготовки.

21. Средства и методы игровой подготовки. Соревновательный метод, его специфические особенности. Особенности игровой подготовки на возрастных этапах.

22. Цель и основные задачи теоретической подготовки теннисистов. Основное содержание теоретической подготовки.

23. Особенности организации подготовка в ДЮСШ, СДЮШОР, клубах и академиях юных теннисистов, нацеленных на достижение высоких спортивных результатов.

24. Возрастные особенности подготовки. Оптимальные сроки начала занятий. Учет сенситивных периодов развития различных качеств. Этапность обучения.

Деловая игра

Тема: Действия главной судейской коллегии при организации и проведении соревнований по теннису:

- жеребьевка;
- составление расписания;
- вызов главного судьи на корт;

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

Вопросы для устного ответа:

1. Задачи и особенности отбора юных теннисистов. Основные этапы: начальный, ежегодный, отбор в сборные команды.

2. Цель, организация и методика проведения начального этапа отбора.

3. Структура Федерации тенниса России. Функциональные обязанности президента, первого вице-президента, вице-президентов и генерального секретаря.

4. Программы Федерации. Пропаганда тенниса и информация о его развитии в средствах массовой информации. Издательская деятельность. Подготовка и повышение квалификации специалистов. Развитие международных связей.

5. Структура и деятельность Федераций тенниса региональных масштабов на примере Московской федерации тенниса.

6. Опыт создания теннисных клубов и спортивных секций в нашей стране и за рубежом. Организация, управление и содержание их работы.

7. Деятельность ведущих теннисных клубов. Юридические нормы их создания. Материально-техническая база. Членство. Оздоровительная и спортивная направленность деятельности.

8. Календарь главных международных соревнований текущего спортивного

года. Новое в особенностях организации их проведения и судейства.

9. Место всероссийского тренерского совета в структуре ФТР. Цели, задачи и управление его деятельностью.

10. Кубок Кремля - самый крупный международный турнир, проводимый в России. Его организация, проведение, судейство, финансирование. Освещение в средствах массовой информации.

11. Особенности календаря главных соревнований по теннису в России в данном спортивном году. Система определения чемпионов России по итогам участия в «Российском теннисном туре».

12. Особенности региональных календарей соревнований на примере Москвы и Московской области.

13. Права и обязанности всех членов главной судейской коллегии, проводящей соревнования. Судейская документация.

14. Оснащение, организация и функционирование ведущих теннисных центров.

15. Современные средства поддержания качественного функционирования теннисных площадок.

16. Обучающие устройства и приспособления, создающие первичные представления, мышечные ощущения, связанные с взаимодействием ракетки и мяча.

17. Тренажеры, формирующие мышечные ощущения, возникающие при взаимодействии ракетки с мячом в процессе освоения и совершенствования различных ударных действий.

18. Современные технологии, применяемые для записи, демонстрации и анализа спортивной техники.

19. Особенности проведения индивидуальных и групповых занятий в ведущих отечественных и зарубежных детских спортивных школах, теннисных клубах и академиях

20. Медицинское оснащение и деятельность, связанная с медицинским контролем, осуществляемая в ведущих отечественных и зарубежных детских спортивных школах, теннисных клубах и академиях.

21. Современные методы исследования спортивной техники, стратегии и тактики теннисистов в практике работы с взрослыми и юными теннисистами.

22. Современные методы исследования технической, стратегической и тактической подготовок теннисистов. Обработка получаемых результатов и их применение в

практике подготовки ведущих взрослых и юных теннисистов.

23. Современные методы исследования психологической подготовки теннисистов. Обработка получаемых результатов и их применение в практике подготовки ведущих взрослых и юных теннисистов.

24. Анализ результатов деятельности комплексной научной группы при сборной команде России

25. Анализ данных, полученных в ходе научной работы с ведущими юными теннисистами на смотре-конкурсе «Олимпийские надежды России».

26. Практическая демонстрация и анализ технического приема по заданию преподавателя.

1.2.5. Содержание зачетных требований для студентов в Всеместре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Актуальные вопросы развития тенниса в стране в данном спортивном году. Сравнительный анализ показателей уровней развития тенниса в России за истекший и предыдущие годы.

2. Анализ крупнейших соревнований и итогов выступления отечественных теннисистов и ведущих теннисистов мира.

3. Анализ технических особенностей игры ведущих теннисистов юношеского и взрослого возраста, продемонстрированных на крупнейших турнирах года. Сопоставление с особенностями техники «звезд» предшествующих лет.

4. Психологические, медикаментозные, гигиенические средства и методы восстановления после тренировочных и соревновательных нагрузок.

5. Учет возрастных и половых особенностей при выборе средств и методов восстановления. Опыт использования восстановительных средств и методов в практике теннисистов. Диета. Восстановительные центры.

6. Методика психологического восстановления.

7. Методика медикаментозного и гигиенического восстановления.

8. Нормативно-правовые документы, регулирующие деятельность детских спортивных школ, теннисных клубов и академий.

9. Организация работы детских спортивных школ, теннисных клубов и академий и критерии оценки их деятельности на этапах многолетней спортивной подготовки. Организация учебно-тренировочного процесса.

10. Программа для ДЮСШ и СДЮШОР по теннису. Общие положения. Характеристика программы.

11. Программирование тренировочного процесса и методика его

построения.

12. Содержание подготовки в группах начальной подготовки.
13. Содержание подготовки в учебно-тренировочных группах.
14. Содержание подготовки в группах спортивного совершенствования.
15. Цель и задачи, структура, организация и методика проведения ежегодного этапа отбора теннисистов.
16. Формы и методы планирования, учета и контроля в работе с юными теннисистами.
17. Объем и интенсивность тренировочной нагрузки. Соотношение ОФП и СФП в годичных циклах на различных этапах подготовки теннисистов.
18. Комплексный педагогический, медико-биологический, психологический контроль и его значение в управлении процессом подготовки юных теннисистов.
19. Особенности планирования, организации и проведения занятий с юными теннисистами различных лет обучения.
20. Ведущие международные теннисные федерации: ITF (международная теннисная федерация), WTA (женская теннисная ассоциация), ATP (ассоциация теннисистов профессионалов), ETA (европейская теннисная ассоциация). Структура и основные направления их деятельности.
21. Опыт создания спортивных клубов в академии. Организация, управление и содержание их работы. Юридические нормы их создания. Материально-техническая база. Членство. Оздоровительная и спортивная направленность деятельности.
22. Организация и содержание курса по теннису в ВУЗах физической культуры.

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

Вопросы для устного ответа:

1. Роль спонсорских организаций в развитии тенниса, система их подбора и юридические взаимоотношения с ними.
2. Ведущие спонсорские организации российского тенниса. Спонсорство и Кубок Кремля.
3. Спонсорство и детский теннис. Индивидуальное спонсорство. Юридическая основа взаимоотношений со спонсорами.
4. Календарь главных международных соревнований текущего спортивного года. Новое в особенностях организации их проведения и судейства.
5. Крупнейшие юношеские международные соревнования, проводимый в

России и за рубежом. Их организация, проведение, судейство, финансирование. Освещение в средствах массовой информации.

6. Сравнительный анализ классификаций международных организаций и национальных федераций с отечественными вариантами теннисных классификаций.

7. Преимущества и недостатки официальной классификации теннисистов России.

8. Любительский и профессиональный теннис. Возрастные рамки начала профессиональной карьеры. Награждение победителей детских и юношеских соревнований. Призовые фонды турниров.

9. Система контрактов с фирмами, организациями, клубами, федерациями.

10. Особенности календаря главных соревнований по теннису в России в данном спортивном году.

11. Требования к материально-технической базе соревнований.

12. Организация и проведение массовых мероприятий по теннису.

13. Особенности проведения индивидуальных и групповых занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья и инвалидами.

14. Существующий опыт планирования подготовки российских теннисистов. Структура тренировки.

15. Особенности календаря соревнований, тренировочных и соревновательных нагрузок на кортах с разным покрытием.

16. Особенности технико-тактических действий и их интенсивность на кортах с разным покрытием. Общее время матча, чистое время матча, количество сыгранных геймов, их средняя продолжительность.

17. Структура микроциклов. Контроль за нагрузкой.

18. Структура мезоциклов. . Контроль за нагрузкой.

19. Структура макроциклов. Контроль за нагрузкой.

20. Методы планирования подготовки теннисистов.

21. Современные методы исследования психологической подготовки теннисистов. Обработка получаемых результатов и их применение в практике подготовки ведущих взрослых и юных теннисистов.

22. Основные научные подходы, применяемые при конструировании тренажерных устройств и разработке методик их использования в занятиях с теннисистами.

23. Задачи и организация педагогических экспериментов на группах

теннисистов детского и юношеского возраста.

24. Практическая демонстрация и анализ технического приема по заданию преподавателя.

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

1. Основные особенности организации работы детских спортивных школ, теннисных клубов и академий на современном этапе. Критерии оценки их деятельности на этапах многолетней спортивной подготовки.
2. Программирование тренировочного процесса и методика его построения.
3. Содержание подготовки в группах начальной подготовки.
4. Содержание подготовки в учебно-тренировочных группах.
5. Содержание подготовки в группах спортивного совершенствования.
6. Цель и задачи, структура, организация и методика проведения отбора теннисистов.
7. Формы и методы планирования, учета и контроля в работе с юными теннисистами.

1.2.8. Содержание зачетных требований для студентов в VII семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Актуальные вопросы развития тенниса в стране в данном спортивном году. Сравнительный анализ показателей уровней развития тенниса в России за истекший и предыдущие годы.
2. Анализ крупнейших соревнований и итогов выступления отечественных теннисистов и ведущих теннисистов мира.
3. Анализ технических особенностей игры ведущих теннисистов юношеского и взрослого возраста, продемонстрированных на крупнейших турнирах года. Сопоставление с особенностями техники «звезд» предшествующих лет.
4. Модельные требования к технике теннисистов на этапах подготовки.
5. Модельные требования к технике ведущих теннисистов.
6. Требования, предъявляемые к стратегии и тактики ведущих теннисистов различных возрастных групп. Прогнозируемые перспективы стратегии и тактики тенниса.
7. Основные закономерности тренировки теннисистов. Направленность к высшим достижениям и углубленная специализация.
8. Единство общей и специальной подготовки теннисистов.

9. Зависимость средств общей и специальной подготовки от уровня мастерства и возраста занимающихся. Непрерывность тренировочного процесса. Единство постепенности и тенденции к максимальным нагрузкам. Волнообразность динамики нагрузки. Цикличность.

10. Анализ основных характеристик тренировочных и соревновательных нагрузок теннисистов различной квалификации при игре на различных покрытиях.

11. Физическая подготовка на этапе спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства.

12. Особенности технико-тактической подготовленности ведущих отечественных и зарубежных теннисистов и пути ее совершенствования.

13. Система записи и сравнительный анализ технико-тактических действий ведущих игроков в условиях тренировки и соревнования.

14. Характеристика двигательной деятельности высококлассных теннисистов.

15. Планирование тактики. Факторы, лежащие в основе планирования тактических действий.

16. Общий тактический план участия в соревновании и тактические планы участия в отдельных матчах. Примеры наиболее удачных тактических планов ведущих теннисистов.

17. Календарь соревнований. Динамика спортивных результатов. Закономерности развития спортивной формы, ее фазовость.

18. Особенности длительности и содержания подготовительного периода подготовки.

19. Особенности длительности и содержания соревновательного периода подготовки.

20. Особенности длительности и содержания переходного периода подготовки.

21. Специализированность, направленность, координационная сложность и величина нагрузки тренировочных занятий и соревновательных матчей.

22. Формы и методы планирования, учета и контроля в работе с высококлассными теннисистами.

23. Объем и интенсивность тренировочной нагрузки. Соотношение ОФП и СФП в годичных циклах на различных этапах подготовки.

24. Комплексный педагогический, медико-биологический, психологический контроль и его значение в управлении процессом подготовки высококлассных

теннисистов.

25. Виды контроля. Цели, задачи и основное содержание текущего, этапного контроля. Анализ результатов контроля и коррекция учебно-тренировочного процесса.

26. Организации, участвующие в обеспечении подготовки теннисистов и особенности их взаимодействия.

27. Деятельность ЗАО и АНО «Кубок Кремля», спортивного агентства, «Фонда развития тенниса», временных комитетов и директоров крупных теннисных мероприятий, Всероссийской коллегии судей.

28. Структура и стратегические задачи комплексной целевой программы развития тенниса в России.

29. Подготовка специалистов по теннису в высших учебных заведениях. Деятельность системы повышения квалификации.

30. Организация и содержание работы комплексной научной группы (КНГ).

31. Организация и содержание медицинского обеспечения.

32. Финансово-инвестиционные программы: маркетинговые, рекламно-спонсорские. Коммерческие проекты.

33. Расширение календаря отечественных и международных соревнований. Обеспечение финансовых и других возможностей для выступления российских теннисистов в международных соревнованиях за рубежом, начиная с подросткового возраста.

34. Участие средств массовой информации в развитии отечественного тенниса. Проект «Русский Кубок».

35. PR – деятельность в теннисе

36. Разработка и анализ «зоны ближайшего развития» PR – стратегии для конкретного теннисного клуба.

37. Календарь главных международных соревнований текущего спортивного года. Новое в особенностях организации их проведения и судейства.

38. Организация и проведение турниров «Большого шлема».

39. Особенности календаря главных соревнований по теннису в России в данном спортивном году.

40. Основная документация по планированию, проведению и отчетности о соревнованиях в соответствии со стандартами «Российского теннисного тура».

41. Международные правила соревнований по теннису, организационные

вопросы, связанные с подготовкой и проведением международных соревнований.

42. Судейская документация.
43. Обзор рынка информационных услуг по теннисной тематике.
44. Приемы применения графических возможностей современных компьютеров для обучения технике исполнения различных элементов игры.
45. Технология применения персональных компьютеров для измерения скоростей ударов, темпа игры.
46. Деятельность КНГ при исследовании спортивной техники, стратегии, тактики ведущих отечественных теннисистов. Анализ результатов исследований.
47. Деятельность КНГ по планированию подготовки ведущих российских теннисистов.
48. Современные методы исследования подготовки ведущих российских теннисистов.
49. Экспериментальные исследования конструирования тренажерных устройств и разработки методик их использования в мировой теннисной практике.
50. Методические разработки системы поэтапного отбора теннисистов, способных в перспективе достигнуть высоких спортивных результатов
51. Методика проведения педагогического экспериментирования. Использование получаемых научных результатов в практике подготовки теннисистов.
52. Практическая демонстрация и анализ технического приема по заданию преподавателя.
53. Актуальные вопросы развития тенниса в стране в данном спортивном году. Сравнительный анализ показателей уровней развития тенниса в России за истекший и предыдущие годы.
54. Анализ крупнейших соревнований и итогов выступления отечественных теннисистов и ведущих теннисистов мира.
55. Современные тенденции и прогнозируемые перспективы техники на уровне высшего спортивного мастерства.
56. Модельные требования к технике ведущих теннисистов.
57. Модельные требования к технике ведущих теннисистов детского и юношеского возрастов на этапах спортивной подготовки.
58. Современные тенденции и прогнозируемые перспективы стратегии и тактики на уровне высшего спортивного мастерства.
59. Модельные требования к стратегии и тактике ведущих теннисистов.

60. Модельные требования к стратегии и тактике ведущих теннисистов детского и юношеского возрастов на этапах спортивной подготовки.
61. Структура и содержание физической подготовки в мужской и женской сборных командах страны.
62. Структура и содержание физической подготовки в сборных командах страны среди юношей и девушек.
63. Динамика результатов тестирования физической подготовленности и изменение содержания тренировочного процесса по физической подготовке в сборных командах страны различных лет.
64. Динамика результатов тестирования морально-волевой и психологической подготовленности и изменение содержания тренировочного процесса по этим видам подготовки в сборных командах страны различных лет.
65. Специфические особенности длительности и содержания периодов подготовки профессиональных теннисистов.
66. Особенности длительности и содержания подготовительного периода подготовки членов мужской и женской сборных команд страны.
67. Особенности длительности и содержания соревновательного периода подготовки членов мужской и женской сборных команд страны.
68. Особенности длительности и содержания переходного периода подготовки мужской и женской сборных команд страны.
69. Структура, основные направления деятельности, перспективное и текущее планирование работы Всероссийского тренерского совета.
70. Сравнительный анализ опыта создания и функционирования теннисных клубов Европы, Америки и России. Оздоровительная и спортивная направленность деятельности.

1.2.9. Содержание экзаменационных требований для студентов во VIII семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Тенденции развития соревновательной деятельности сильнейших теннисистов мира.
2. Начальная подготовка юных теннисистов. Задачи и направленность тренировочных нагрузок с учетом биологических и психологических особенностей.
3. Внутренняя сторона нагрузки соревновательного матча в теннисе.
4. Тенденции развития современной техники тенниса.

5. Влияние температуры окружающей среды на психику и организм человека, а также на его работоспособность. Механизмы адаптации и особенности тренировки в условиях пониженной и повышенной температуры окружающей среды в теннисе.
6. Внешняя сторона нагрузки в соревновательном теннисном матче.
7. Принцип оздоровительной направленности физического воспитания. Состав упражнений и величина нагрузки в зависимости от решаемых задач, возраста и подготовленности занимающихся теннисом.
8. Структура макроциклов в тренировке теннисиста и их характеристика. Спортивная форма и ее фазы. Механизмы адаптации к нагрузкам.
9. Этап углубленной спортивной специализации. Задачи и направленность тренировочных нагрузок с учетом биологических и психологических особенностей. Особенности тренировочных и соревновательных нагрузок у теннисистов на этом этапе.
10. Анализ техники ударов по отскочившему мячу, методика обучения и совершенствование.
11. Учебно-тренировочный этап подготовки юных теннисистов. Решаемые задачи, направленность и режим нагрузок.
12. Виды передвижений теннисиста, особенности «работы ног» при разных ударах. Методика обучения и совершенствования.
13. Особенности питания теннисистов. Основные требования к калорийности рациона, к его углеводному, липидному, белковому, минеральному и витаминному компонентам.
14. Планирование подготовительного периода подготовки теннисиста (задачи, средства и методы).
15. Теннис в сфере массово – оздоровительной работы.
16. Структура микроцикла в теннисе и его характеристика. Типы микроциклов.
17. Техническая и тактическая подготовка юных теннисистов для одиночной и парной игры со счетом.
18. Структура мезоцикла в теннисе и факторы ее обуславливающие. Типы мезоциклов.
19. Система спортивной подготовки теннисистов: цели, задачи, принципы; основные виды подготовки; основные этапы и периоды; соревнования в системе подготовки; оценка эффективности.
20. Хватки ракетки и условия их применения.

21. Общенаучные и специфические методы в комплексных исследованиях в сфере физической культуры и спорта (системный, модельный и интегративный подходы, методы наблюдения, анкетирования, тестирования, собеседования, интервью, анализа литературы и документов, педагогический эксперимент, опытная проверка и др.
22. Анализ техники ударов с лета. Методика обучения и совершенствования.
23. Составление тактического плана игры в теннисе против конкретного соперника.
24. Анализ техники укороченных ударов, методика ее формирования и совершенствования.
25. Тренажеры, используемые при становлении техники основных ударов в теннисе.
26. Анализ соревновательной деятельности теннисиста (нотационная запись, расчет коэффициентов стабильности и надежности технических приемов, анализ и коррекция подготовки).
27. Специальная техническая и физическая подготовка юных теннисистов к действиям у сетки в сложных игровых условиях.
28. Средства тренировки в теннисе соревновательной направленности.
29. Специальная техническая и физическая подготовка юных теннисистов к действиям у сетки в сложных игровых условиях.
30. Средства тренировки в теннисе соревновательной направленности.
31. Тенденции в конструировании и технологии производства теннисных ракеток, выбор ракетки.
32. Основы тактики одиночной игры.
33. Этап начального отбора юных теннисистов. Задачи, методы и организация.
34. Выбор стиля игры.
35. Тестирование специальной физической подготовленности теннисистов в ДЮСШ.
36. Техника подачи, методика ее становления и совершенствования
37. Построение персонализированного годичного тренировочного плана для игроков высокой квалификации. Учет и контроль работы.
38. Анализ техники ударов с полулета и тактические особенности их использования. Методика обучения и совершенствования.
39. Особенности проявления и методика воспитания у теннисистов гибкости и способности к мышечному расслаблению.
40. Классификация ударов с отскока в теннисе

41. Система отбора в процессе многолетней подготовки теннисистов. Структура и содержание отбора (состояние здоровья, морфофункциональные, психологические и спортивно-педагогические критерии).

42. Управление психическим состоянием теннисиста во время тренировок и соревнований.

43. Травматизм в теннисе Локализация травм. Их причины и способы профилактики. Особенности соблюдения безопасности на занятиях.

44. Анализ техники ударов слева одной и двумя руками, методика обучения и совершенствования.

45. Особенности технической, физической подготовленности и соревновательной деятельности сильнейших теннисистов и теннисисток мира.

46. Техника выполнения различных видов ударов над головой, методика обучения и совершенствование.

47. Основные направления научно-исследовательской работы по теннису.

48. Анализ техники свечи, тактические особенности ее использования и методика обучения.

49. Основы тактики парной игры.

50. Классификация ударов с лета

51. Организация, судейство и проведение основных соревнований по теннису в мире и России.

52. Виды разминки в тренировке теннисистов.

1.2.10. Примерная тематика выпускных квалификационных работ:

1. Модельные требования к технике теннисистов на этапах подготовки.

2. Требования, предъявляемые к стратегии и тактики ведущих теннисистов различных возрастных групп. Прогнозируемые перспективы стратегии и тактики тенниса.

3. Основные закономерности тренировки теннисистов. Направленность к высшим достижениям и углубленная специализация.

4. Зависимость средств общей и специальной подготовки от уровня мастерства и возраста занимающихся.

5. Анализ основных характеристик тренировочных и соревновательных нагрузок теннисистов различной квалификации при игре на различных покрытиях.

6. Особенности технико-тактической подготовленности ведущих отечественных и зарубежных теннисистов и пути ее совершенствования.

7. Система записи и сравнительный анализ технико-тактических действий ведущих игроков в условиях тренировки и соревнования.

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

а) Основная литература:

1. Белиц-Гейман С.П. Теннис : учебник для ин-тов физ. культуры: Ком. по физ. культуре и спорту / Белиц-Гейман Семен Павлович. - М.: ФиС, 1977. - 224 с.: ил.
2. Белиц-Гейман С.П. Теннис для родителей и детей / Белиц-Гейман Семен Павлович. - М.: Педагогика, 1988. - 224 с.: ил.
3. Белиц-Гейман С. В мире большого тенниса /Белиц-Гейман Семен Павлович. - М.: ИНТЕРГРАФ СЕРВИС, 1994. - 351 с.: ил.
4. Белиц-Гейман С.П. Теннис : школа чемпионской игры и подготовки / Белиц-Гейман Семен Павлович.. - М.: АСТ-Пресс, 2001. - 223 с.: ил.
5. Всеволодов И.В. Материально-техническая база развития тенниса : Лекции для студентов РГАФК / И.В. Всеволодов.; РГАФК. - М., 2000. - 38 с.
6. Голенко В. Азбука тенниса / В.А.Голенко, А.П. Скородумова, Ш.А. Тарпищев. - М.: ДЕДАЛУС, 2003. - 149 с.: ил.
7. Голенко В.А. Школа тенниса / В.А.Голенко, А.П. Скородумова, Ш.А. Тарпищев. - М.: ДЕДАЛУС, 2003. - 190 с.
8. Голенко В. Академия тенниса / В.А.Голенко, А.П. Скородумова, Ш.А. Тарпищев. - М.: ДЕДАЛУС, 2003. – 237 С. ил.
9. Зайцева Л.С. Теннис для всех : учеб. пособие для студентов вузов по специальности N 022300 : рек. науч.-метод. советом УМО / Л.С. Зайцева - М.: Колос, 1998. - 129 с.: ил.
10. Иванова, Т. С. Путь к мастерству: Организационные и методические основы подготовки юных теннисистов / Т. С. Иванова – М.:ФиС, 1993. – 115 с.
11. Иванова Т.С. Организационно-методические основы подготовки юных теннисистов : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта : доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту / Т.С. Иванова. - М.: Физ. культура, 2007. - 117 с.: табл
12. Скородумова А.П. Современный теннис : Основы тренировки / А.П. Скородумова - М.: ФиС, 1984. - 160 с.: ил.

13. Скородумова А.П. Пути совершенствования мастерства : Конференция специалистов по теннису социалистических стран // Теннис: Ежегодник. - М., 1986. - С. 22-28.

14. Скородумова А.П. Теннис : Как добиться успеха / А.П. Скородумова. - М.: Pro-press, 1994. - 176 с.: ил.

15. Фоменко Б.И. История лаун-тенниса в России / Фоменко Борис Иванович. - М.: Большая Рос. энцикл., 2001. - 223 с.: ил.

16. Шокин А.И. Мини-теннис в подготовке юных теннисистов, ориентированных на достижение высоких спортивных результатов : учеб. пособие для студентов РГАФК / А.И.Шокин, РГАФК. - М., 1999. - 93 с.

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

<http://www.itftennis.com/> - Официальный сайт Международной федерации тенниса.

<http://www.tenniseurope.org/> - Официальный сайт Европейской федерации тенниса

<http://www.wtatennis.com> - Женская теннисная ассоциация

<http://www.itftennis.com/juniors/> - Международная федерации тенниса, раздел юниоры.

<http://www.tennis-russia.ru/>

<http://www.daviscup.com/en/home.aspx>

<http://www.fedcup.com/en/home.aspx>

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

	<p>-Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook</p>	<p>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></p>
3.	Adobe Acrobat DC	<p>Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>
4.	WinRAR (WinZip)	<p>Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>
5.	Dr.Web	<p>Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>

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

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

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

7.2. Теннисный центр.

7.3. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

7.3.1. Видеопроектор SanyoPLC-XU 58 – 2006 г.

7.3.2. Диктофон OLYMPUSWS-300M – 2007 г.

7.3.3. Ноутбук AserAspire 5100 series – 2008 г.

7.3.4. Принтер HPLaserJet 1320 – 2007 г.

7.3.5. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.

7.3.6. Копировальный аппарат CanonMF 4150 – 2007 г.

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

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

7.3.9. Плеер DVDBBK – 2007 г.

7.3.10. Принтер HPLaserJetP2015D – 2007 г.

7.3.11. Телевизор LCDSonyKDL-32U2000 – 2007 г.

7.3.12. Монитор сердечного ритма PolarS-610.

7.6. Спортивный инвентарь

7.6.1. Теннисные ракетки "Wish".

7.6.2. Теннисные мячи.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (теннис) для обучающихся институтаспорта и физического воспитания I курса, 7 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тенниса.

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 знаний по темам: 1. История тенниса в мире и нашей стране 2. Условия соревновательной деятельности теннисов.	5 неделя 9 неделя	3 3
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Формирование тенниса как в олимпийского вида. 2. Инвентарь и оборудование для проведения тренировок по теннису. 3. Термины, используемые для характеристики соревновательного пространства в теннисе. 4. Организация и методика проведения частей занятия. 5. Оздоровительный эффект от любительских занятий теннисом.	4 неделя 8 неделя 10 неделя 12 неделя 15 неделя	5 5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Описать правила проведения соревнований по теннису. 2. Составить хронологию изменения правил соревнований по теннису. 3. Подготовка инвентаря и оборудования для проведения соревнований по теннису. 4. Проведение жеребьевки и составление турнирных сеток. 5. Процесс подачи заявок и регистрации в РТТ.. 6. Календарь соревнований ТЕ и ITF.	3 неделя 5-7 недели 7-8 недели 7-8 недели 7-8 недели 7-8 недели	2 3 3 3 3 3

	7. Структура и деятельность ФТР.	7-8 недели	3
	8. Выписать основные термины, характеризующие соревновательную деятельность теннисиста.	9-10 недели	3
	9. Составление конспектов и проведение подготовительной части учебно-тренировочных занятий.	12 неделя	3
	10. Анализ санитарно-гигиенических требований для помещений при занятиях теннисом.	13 неделя	3
5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Теннис в системе физического воспитания. 2. Оборудование мест для проведения соревнований по теннису. 3. Структура тренировочного занятия.	2 неделя 5-7 недели 11-12 недели	5 5 5
6	Зачет (рубежный контроль)	16 неделя	15
7	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (теннис) для обучающихся институтаспорта и физического воспитания 1 курса, 7 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тенниса.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр.

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по темам: 1. Условия соревновательной деятельности профессиональных теннисистов в условиях современного календаря соревнований. 2. Игра с лета и методики ее формирования. 3. Тестирование спортсменов в рамках формирования стиля «подача-выход к сетке». 4. Тестирование спортсменов в рамках формирования стиля «универсал». 5. Основы техники передвижений по корту.	31 неделя 39 неделя 28 неделя 35 неделя 28 неделя	2 2 2 2 2
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Техника выполнения различных вариантов подачи. 2. Основы техники игры с лета. 3. Основы техники выполнения смеша 4. Техника передвижений по корту	27 неделя 31 неделя 35 неделя 39 неделя	5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1 Анализ техники подачи. 2 Анализ техники выполнения ударов с лета. 3 Оценка выступления юных теннисистов на международных соревнованиях. 4 Соревнования по теннису в рамках правил по системе «tennis 10's» 5 Выбор направления исследовательской деятельности и формулирование рабочего	24-26 недели 28-31 недели 32-35 недели	3 3 3

	названия темы 6 Составление индивидуального и рабочего планов исследовательской деятельности 7 Определение предполагаемых результатов, которые могут быть получены в результате исследований	36-38 недели 40 неделя 41 неделя 42 неделя	3 3 3 2
5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Основы техники выполнения подачи 2. Основы техники выполнения смеша 3. Роль реферера на международных соревнованиях 4. Техника ударов с лета.	24-27 недели 28-31 недели 32-35 недели 37-39 недели	5 5 5 5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	43 неделя	20
7	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, 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	2		3	4	5	
	Неудовлетворительно		Удовлетворительно	Хорошо	Отлично	

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (стеннис) для обучающихся институтаспорта и физического воспитания 2 курса, 7 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тенниса.

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. Методики обучения в современном теннисе 2. Организация процесса обучения в теннисе	10 неделя 14 неделя	5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Методики обучения одиночной игре. 2. Методики обучения парной игре. 3. Программирование процесса обучения спортсменов 4. Организация и проведение соревнований по теннису	5 неделя 9 неделя 13 неделя 16 неделя	5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Анализ построения процесса обучения в одиночном разряде 2. Освоение методики обучения технике тенниса. 3. Методики обучения передвижениям по корту. 4. Составление обучающих программ по теннису. 5. Разработка и написание положения о соревнованиях. 6. Составление сметы на проведение соревнований. 7. Соблюдение правил техники безопасности при проведении соревнований. 8. Организация медицинского обеспечения	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

	во время проведения турниров по теннису. 9. Организация и проведение соревнований в различных разрядах. 10. Написание сценариев открытия и закрытия соревнований.	15-16 недели 15-16 недели	3 3
5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Правила составления основных документов необходимых для проведения соревнований. 2. Соблюдение техники безопасности при проведении соревнований. 3. Сценарии открытия и закрытия соревнований	13-16 недели 13-16 недели 13-16 недели	5 5 5
6	Зачет (рубежный контроль)	17 неделя	15
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (теннис) для обучающихся институтаспорта и физического воспитания 2 курса, 7 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методика тенниса.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр.

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Проявления физических качеств	37 неделя	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам:		
	1. Анализ содержания тренировочного плана подготовки 1-го, 2-го и 3-го годов обучения на начальном этапе подготовки	21 неделя	5
	2. Обсуждение применения технических средств в подготовке спортсменов	24 неделя	5
	3. Комплексный анализ необходимых спортсмену двигательных качеств в сложившихся условиях соревнований по теннису	37 неделя	5
4. Методология исследовательской деятельности	38 неделя	5	
4	Контроль освоения практических навыков:		
	1. Применение разнообразных общеразвивающих и специальных упражнений, их дозировка, сочетание с играми и состязательными формами проведения	21-23 недели	5
	2. Изучение элементов техники теннисиста и применение упражнений по ее формированию.	22 неделя	5
	3. Подготовка протоколов сдачи контрольно-переводных нормативов по годам обучения на данном этапе.	23 неделя	5
	4. 5. Применение тренажеров в тренировочном процессе	27 неделя	5

	6. Использование мониторов сердечного ритма в тренировке	28 неделя	5
	7. Организация и проведение НИР	38-43 недели	5
5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Роль технических средств в подготовке спортсменов 2. Общая характеристика основных физических качеств 3. Характеристика основных методов исследования, используемых в теннисе	24-31 недели 32-37 недели 38-43 недели	5 5 5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	44 неделя	20
	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

К зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, 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 (теннис) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 7 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и тенниса.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Основы спортивной тактики. 2. Физические качества спортсмена и методика их улучшения	10 неделя 14 неделя	5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Особенности применения методов тренировки спортсменов на различных этапах многолетней подготовки. 2. Виды подготовки теннисистов 3. Тренировочный этап (начальной специализации) многолетней подготовки.	7 неделя 9 неделя 13 неделя	5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Использование основных и дополнительных средств тренировки . 2. Применение методов тренировки для различных разрядов соревнований. 3. Особенности применения методов тренировки спортсменов на различных этапах многолетней подготовки. 4. Практическое выполнение упражнений общей и специальной физической подготовки в теннисе. 5. Подбор и выполнение упражнений для развития тактических умений, навыков, способностей и тактического мышления . 6. Подбор и выполнение упражнений в совершенствовании технико-тактической подготовки теннисистов в парном разряде. 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. Средства и методы тренировки спортсменов и особенности применения в различных соревновательных разрядах. 2. Роль и значение тактической подготовки в теннисе. 3. Содержание занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки спортсменов.	1-6 недели 9-11 недели 13-15 недели	5 5 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, сдать зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (теннис) для обучающихся институтаспорта и физического воспитания 3 курса, 7 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тенниса..

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 теннисе. 2. Структура соревновательной деятельности теннисистов.	24 неделя 25 неделя	5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Объективные условия спортивной деятельности в теннисе 2. Отбор в процессе многолетней подготовки юных теннисистов. 3. Тренировочный процесс на этапе углубленной специализации	26 неделя 30 неделя 35 неделя	5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Анализ компонентов соревновательной деятельности в парном разряде. 2. Оценка воздействия тренировочных нагрузок. 3. Средства и методы отбора в теннисе. 4. Подготовить батарею тестов и контрольные нормативы для одного из этапов отбора спортсменов. 5. Разработка план-схемы подготовки тренировочной группы 1-го года обучения 6. Создание презентации к докладу на конференции по материалам ВКР	24-25 недели 24-25 недели 27-29 недели 27-29 недели 32-35 недели 36-40 недели	5 5 5 5 5 5

5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Компоненты соревновательной деятельности и оценка их параметров в различных разрядах соревнований. 2. Характеристика тренировочных нагрузок. 3. Основные пути отбора.	24-26 недели	5
		24-26 недели	5
		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	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 (теннис) для обучающихся институтаспорта и физического воспитания 4 курса, 7 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта, очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тенниса.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Тренировочные нагрузки в теннисе.	3 неделя	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам:		
	1. Основы управления подготовкой спортсменов.	3 неделя	5
	2. Прогнозирование спортивных результатов и его значение в теннисе.	6 неделя	5
	3. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования.	9 неделя	5
4. Значение моделирования спортивной деятельности и его особенности в теннисе.	14 неделя	5	
4	Контроль освоения практических навыков:		
	1. Составление примерного годового плана подготовки сборной команды.	1 неделя	5
	2. Прогнозирование спортивного результата по различным разрядам.	5-6 неделя	5
	3. Разработка дневных циклов тренировок.	8 неделя	5
	4. Разработка недельных циклов тренировок	8 неделя	5
	5. Проведение тренировочных занятий по теннису в группах спортивного совершенствования	8 неделя	5
6. Анализ результатов по различным разрядам на чемпионатах мира и олимпийских играх	8-9 недели	5	
		12-16 недели	5
5	Написание рефератов на темы:		
	1. Планирование подготовки.	5 неделя	5

	2. Прогнозирование спортивных результатов в различных категориях соревнований. 3. Структура годового цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства 4. Особенности моделирования в теннисе.	6 неделя	5
		7-9 недели	5
		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	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (теннис) для обучающихся институтаспорта и физического воспитания 4 курса, 7 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта, очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики тенниса.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 8 семестр.

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Модельные характеристики профессиональной деятельности и личности тренера по теннису	26 неделя	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по теннису 2. Технологии восстановления спортсменов 3. Формирование общественного мнения о теннисе посредством средств массовой информации 4. Особенности применения фармакологии в теннисе	26 неделя 30 неделя 35 неделя 38 неделя	5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Анализ субъективных факторов ускоряющих адаптацию к профессиональной деятельности 2. Планирование восстановительных мероприятий в тренировочном процессе теннисистов 3. Анализ рынка печатных изданий на спортивную тематику 4. Составление схемы применения препаратов максимально реализующих возможности теннисистов 5. Использование средств фармакологического характера на подавление нежелательных реакций, не снижая работоспособность 6. Составление краткой характеристики	26 неделя 28 неделя 31 неделя 36 неделя 36 неделя 39 неделя	5 5 5 5 5

	исследовательской работы		
5	Написание рефератов на темы: 1. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по теннису. 2. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по теннису. 3. Создание имиджа современного тенниса.	23 неделя 25-26 неделя 32-35 недели	5 5 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, сдать зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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



Институт спорта и физического воспитания

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

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

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

Направление подготовки: 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 40 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 детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), училищах олимпийского резерва (УОР), и средних специальных учебных заведениях, владеющих теоретическими знаниями научных достижений в нашей стране и за рубежом и умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации..

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

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

– 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**

№	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.	Введение в дисциплину «Теория и методика тенниса»	1	2	10	15		Зачет
2.	<i>Модельные характеристики специалистов по теннису,готавливаемых в вузах по физической культуре</i>	1	2	14	20		
3.	<i>История, современное состояние и перспективы развития тенниса</i>	1	2	16	18		
4.	Соревновательная деятельность (СД) в теннисе	1	2	14	20		
5.	Способы регистрации действий с целью получения их аналитических и оценочных характеристик	1	2	10	24		
6.	Система подготовки теннисистов	2	4	8	15	9	Экзамен
7.	Взаимосвязь физической, технической, стратеготактической, морально-волевой и психологической подготовок	2	4	8	24		
8.	Физическая подготовка	2	4	14	18		
9.	Организация, проведение и судейство соревнований, способы составления классификаций	2	4	16	16		
10.	Календарь главных международных соревнований в мире. Особенности их организации, проведения и судейства	2	6	18	12		
11.	Материально-техническая база развития тенниса	2	4	16	16		
12.	Семестровый экзамен для студентов первого курса				27		
13.	История, современное состояние и перспективы развития тенниса	3	4	18	14		Зачет
14.	Актуальные вопросы состояния	3	6	18	39		

	и перспективы развития тенниса						
15.	Система подготовки теннисистов	3	4	18	14		
16.	Организация и управление развитием тенниса в России	3	4	18	14		
17.	Организация, проведение и судейство соревнований, способы составления классификаций	4	4	12	20	9	Экзамен
18.	Материально-техническая база развития тенниса	4	2	12	13		
19.	Современные технологии, применяемые для записи, демонстрации и анализа спортивной техники	4	4	28	4		
20.	Теннис в сфере массово-оздоровительной работы	4	4	20	12		
21.	Семестровый экзамен для студентов второго курса				27		
22.	Восстановление после больших тренировочных и соревновательных нагрузок	5	4	12	20		Зачет
23.	Структура, основные направления деятельности, основы организационной и управленческой работы Международной федерации тенниса	5	4	12	20		
24.	Организация и управление работой по теннису в вузах физической культуры	5	6	36	12		
25.	Роль спонсорских организаций в развитии тенниса, система их подбора и юридические взаимоотношения с ними	5	4	12	20		
26.	Календарь главных соревнований по теннису в России, особенности его разработки и реализации, «Российский теннисный тур	6	4	18	14	9	
27.	Задачи и основные направления работы по теннису в детских садах, школах, высших учебных заведениях, на предприятиях и учреждениях, в санаториях и домах отдыха	6	4	18	14		Экзамен
28.	Малый теннис в массовой оздоровительной работе	6	6	18	12		
29.	Исследование истории зарубежного и отечественного тенниса	6	4	18	14		
30.	Актуальные вопросы состояния и перспективы развития тенниса				27		
31.	Стратегия и тактика	7	4	14	18		Зачет

32.	Техническая и стратегическая подготовка	7	4	14	18		
33.	Особенности подготовки теннисистов, достигших высоких результатов, в том числе и профессионалов	7	4	14	18		
34.	Обеспечение участия теннисистов в российских и международных соревнованиях	7	2	16	18		
35.	Календарь главных международных соревнований в мире. Особенности их организации, проведения и судейства	8	4	22	10	9	Экзамен
36.	Современные технологии, применяемые для записи, демонстрации и анализа спортивной техники	8	6	18	12		
37.	Организация и проведение массовых мероприятий по теннису	8	6	18	12		
38.	Экспериментальное конструирование новых вариантов тренажерных устройств и разработка методик их использования в занятиях с теннисистами	8	6	18	12		
39.	Исследование различных вариантов перспективного, годового и текущего планирования подготовки российских теннисистов	8		10	8		
40.	Семестровый экзамен для студентов четвертого курса				27		
Итого часов: 1692 часов (47 зачетных единиц)			140	664	992	36	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра методики комплексных форм физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.20 ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА»
(Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 66 от «26» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Методики комплексных форм физической культуры
Протокол № 23 от «26» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Методики комплексных форм физической культуры
Протокол № __ от «__» _____ 201__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Методики комплексных форм физической культуры
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Методики комплексных форм физической культуры
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составители:

Гониянц Степан Александрович (общая редакция) – к.п.н., профессор, зав.
кафедрой МКФФК

Адамова Илона Владимировна – к.п.н., доцент кафедры МКФФК;

Резенова Мария Владимировна – преподаватель кафедры МКФФК

Гридчина Людмила Анатольевна – старший преподаватель кафедры МКФФК

Рецензент:

Вовк С.И., д.п.н., профессор, заведующий кафедрой Теоретико-методических
основ физической культуры и спорта

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта» (Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса) по профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта», в соответствии с общими целями основной образовательной программы (ООП) высшего образования, является формирование у студентов профессиональной компетентности (практических умений, теоретико-методических знаний, мотивационно-ценностных качеств личности) организации занятий, мероприятий рекреационно-оздоровительной направленности программам и массовым формам физической культуры с различными социально-демографическими контингентами населения в учебной и производственной деятельности, в сфере досуга и рекреации.

Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта» (Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса) профиля «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» относится к базовой части ФГОС ВО по направлению 49.03.01 – «Физическая культура».

В программе систематизировано раскрываются оздоровительная направленность и технология укрепления здоровья занимающихся, пути и условия приобщения детей, учащейся молодёжи и взрослых к занятиям по государственным программам и к различным физкультурно-оздоровительным формам, специально организованной и самостоятельной физкультурной деятельности, в условиях семейного быта, расширенного отдыха и рекреации.

Особое место занимает содержание материала, непосредственно формирующего практико-методические умения проведения занятий физическими упражнениями в различных звеньях физкультурной практики: в детских садах, школах, лицеях, гимназиях, специальных учебных заведениях и вузах, в производственных коллективах физической культуры, на спортивных сооружениях, по месту жительства, в сфере массового отдыха, фитнеса и рекреации.

Естественно, что «Теория и методика избранного вида спорта» (Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса) - междисциплинарная дисциплина. Она базируется и органически связана с профилирующими дисциплинами учебных циклов специального образования в сфере физической культуры - «Теория и методика физической культуры», базовыми видами физкультурно-спортивной деятельности, (гимнастика, л/а, л/с, плавание, игры и т.д.), дисциплинами медико-биологического и психолого-педагогического циклов.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование	Заочная форма обучения	Заочная форма обучения ускоренное обучение
1	2	3	4
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 спортивно-оздоровительного этапа стандартов по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности	5-8	4-6
	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта; - разрабатывать и реализовывать тренировочные программы физкультурно-оздоровительной деятельности с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов	7-9	4-8
	Владеть: - навыками планирования и проведения тренировочных занятий по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований спортивно-оздоровительного этапа Федерального стандарта спортивной подготовки по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности	9-10	6-8
ОПК-6	Знать: - состав средств и методов по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности при проведении занятий рекреационно-оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста	3-9	1-7
	Уметь: - применять средства и методы по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при проведении занятий с лицами различного пола и возраста	6-8	4-6

	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками формирования здорового образа жизни средствами физкультурно-оздоровительной деятельности; - построения тренировочных программ оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов. 	8-10	6-8
ОПК-8	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий по базовым видам спорта; - документы планирования и проведения массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий; - особенности организации и проведения массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий различного уровня; - обязанности организаторов и судей массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий. 	4-9	2-7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать и проводить массовые физкультурно-оздоровительные соревнования, мероприятия различного уровня; - осуществлять объективное судейство массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий. 	6-9	4-7
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство этих соревнований. 	6-9	4-7
ОПК-11	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 научного анализа результатов исследований; - методы формулирования и представления обобщений и выводов. 	4-10	2-8
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выявлять актуальные вопросы в сфере массовой физической культуры и спорта - применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере массовой физической культуры и спорта; - интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физкультурно-оздоровительной деятельности; 	7-10	4-6

	- применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы.		
	Владеть: - методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.	7-9	5-7
ПК-8	Знать: - истоки и эволюцию формирования теории и методики физкультурно-оздоровительной деятельности; - медико-биологические и психологические основы и технологии преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта.	3-8	1-6
	Уметь: - использовать на занятиях преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности знания об истоках и эволюции формирования теории и методики физкультурно-оздоровительной деятельности, медико-биологических и психологических основ тренировки преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности.	3-8	1-6
	Владеть: - умениями осуществлять тренерскую деятельность преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ тренировки преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - современными технологиями тренировки преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности.	4-9	2-7
ПК-9	Знать: - психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной физкультурно-спортивной конкуренции.	6-8	4-6
	Уметь: - использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта в практической работе с занимающимися в целях формирования у них мотивации к занятиям преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности и воспитания моральных принципов честной физкультурно-спортивной конкуренции.	6-8	4-6

	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умением формировать мотивацию к занятиям преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной физкультурно-спортивной конкуренции. 	7-9	5-7
ПК-10	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - теоретико-методические основы мониторинга физического состояния на различных этапах физкультурно-оздоровительной деятельности; - методики мониторинга физического состояния в физкультурно-оздоровительной деятельности; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся. 	6-8	4-6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - эффективно применять педагогические методы (тесты) при мониторинга физического состояния; - определять предрасположенность к занятиям определенными видами физкультурно-оздоровительной деятельности; - анализировать показатели мониторинга физического состояния (способности) различных возрастно-половых контингентов (или групп) населения; - использовать антропометрические, физические и психические особенности занимающихся при мониторинге физического состояния. 	6-8	4-6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умением реализовывать показатели мониторинга физического состояния с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся. 	7-9	5-7
ПК-11	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - федеральный стандарт спортивной подготовки по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. Примерные программы подготовки на спортивно-оздоровительном этапе по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - закономерности физкультурно-спортивного совершенствования на спортивно-оздоровительном этапе и формирования адаптационных процессов в ведущих функциональных системах; - содержание тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе детско-юношеского и массового спорта; - медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку на спортивно-оздоровительном этапе по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - методы планирования тренировочного процесса. 	5-9	3-7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы, адекватные поставленным 	5-9	3-7

	<p>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 (подготовки по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности). 		
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий спортивно-оздоровительного этапа по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности 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 уровня физической подготовленности. 	5-9	3-7
ПК-13	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды и методы мониторинга физического состояния и учета его результатов в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности лиц различных возрастно-половых контингентов (или групп) населения; - содержание и организацию мониторинга за физическим состоянием лиц различных возрастно-половых контингентов (или групп) населения; - актуальные технологии управления физическим состоянием лиц различных возрастно-половых контингентов (или групп) населения 	5-9	3-7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - комплектовать батареи тестов для различных видов (разделов) базовых видов физкультурно-спортивной деятельности и организовывать их проведение; - пользоваться профессиональным инструментарием для сбора информации; - фиксировать, анализировать и обобщать результаты мониторинга физического состояния; - находить организационные решения для коррекции физического состояния занимающихся. 	5-9	3-7
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способностью использовать актуальные для базовых видов физкультурно-спортивной деятельности технологии управления физическим состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию. 	5-9	3-7
ПК-14	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики физкультурно-оздоровительной деятельности в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности; - средства и методы в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности. 	2-9	1-7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать индивидуальное педагогическое 	2-9	1-7

	<p>мастерство в процессе физкультурно-оздоровительных занятий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - в соответствии с особенностями физкультурно-оздоровительной деятельности демонстрировать технику движений в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности и средства выразительности. 		
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способностью совершенствовать индивидуальное педагогическое мастерство; - в соответствии с особенностями физкультурно-оздоровительной деятельности владеть техникой движений в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности и средствами выразительности. 	2-9	1-7
ПК-15	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной физкультурно-оздоровительной деятельности; - эффективные средства и методы индивидуальной подготовленности в базовых видах физкультурно-оздоровительной деятельности. 	2-5	2-6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной физкультурно-оздоровительной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень подготовленности в базовых видах физкультурно-оздоровительной деятельности. 	2-5	2-6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной физкультурно-оздоровительной деятельности; - средствами и методами сохранения и поддерживать подготовленности в базовых видах физкультурно-оздоровительной деятельности. 	6-10	2-6
ПК-26	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - санитарно-гигиенические нормы (СанПин); - технологию составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации, фитнес-клуба, фитнес-центра оборудованием, экипировкой и инвентарем; - функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки; - методы составления финансовых документов. 	6-9	4-7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 	6-9	4-7

	профессиональной деятельности.		
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	8-10	4-7
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы и средства сбора информации, а также основные источники информации о теории и методике физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса; - основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - принципы организации и проведения научно-исследовательских работ; - основы теории планирования эксперимента; - способы статистической обработки полученных результатов. 	7-9	4-7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности 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. 	7-9	5-8
ПК-28	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками получения и первичной обработки информации о достижениях в теории и методике физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса 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. 	7-9	4-6
ПК-30	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы организации научного исследования; - основы научного поиска, обработки и систематизации 	7-9	5-8

	данных.		
	Уметь: - проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов; - использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики. Изучать (обобщить) коллектив и индивидуальные особенности занимающихся.	7-9	6-8
	Владеть: - опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности.	9-10	7-8

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **47 зачетных единиц, 1692 академических часов.**

Заочная форма обучения

ПЕРВЫЙ ГОД 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	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Введение в профиль подготовки (специализацию) «Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности»	1	2	6	60		
1.1.	Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности – как научно-практическая дисциплина.	1	1	4	30		
1.2.	Характеристика основных понятий «Теории и методики физкультурно-оздоровительной деятельности».	1	1	2	30		
2.	Обобщенная характеристика медико-биологических и психолого-педагогических предпосылок ФОД детей дошкольного возраста	1		2	40		
2.1.	Общая характеристика морфофункциональных особенностей детей дошкольного и младшего школьного возраста.	1		2	20		
2.2.	Психолого-педагогические основы взаимосвязи умственной и физической деятельности детей дошкольного возраста.	1			20		
3.	Теоретико-методические основы	1	1	6	100		

	физического воспитания детей дошкольного возраста						
3.1.	Физическое воспитание ребенка в системе образования и воспитания человека	1		2	20		
3.2.	Организационные формы занятий физическим воспитанием детей в дошкольных учреждениях и в условиях семьи	1		2	10		
3.3.	Методические особенности разновидностей двигательной подготовки детей дошкольного возраста на физкультурных занятиях. Сущность и основы методики анимационной деятельности.	1			60		
3.4.	Физическая рекреация в системе воспитания детей раннего и дошкольного возрастов	1		2	10		
4.	Технологии ФОД дошкольников в условиях ДОУ и в семье	1	1	10	43		
4.1.	Практико-методический анализ опыта физического воспитания дошкольников и деятельности преподавателя (воспитателя, инструктора, методиста)	1		2	5		
4.2.	Особенности методики формирования у дошкольников выполнения отдельных упражнений из «школы движений»	1	1	2	5		
4.3.	Комплексирование физических упражнений при формировании правильной осанки и ее коррекции на основекрепления мышц туловища, шеи и головы.	1		1	10		
	Промежуточная аттестация						Зачет
4.4.	Практико-методические особенности занятий на развитие мышц нижнего пояса, мышц ног и формирования сводов стопы.	2		2	10		
4.5.	Практико-методические особенности занятий основной гимнастикой на снижение избыточного веса	2		1	3		
4.6.	Практико-методические особенности занятий физическими упражнениями в лазании, перелазании и переноске груза	2			2		
4.7.	Воспитание чувства темпа, ритма движений	2	1		2		
4.8.	Методика организации и проведения занятий на воспитание двигательнo-координационных способностей	2			2		
4.9.	Методика организации и проведения утренней гимнастики с дошкольниками	2			1		
4.10.	Формирование «школы мяча»	2			1		
4.11.	Элементарные игровые задания:	2		2	1		

	эстафеты, полосы препятствий, подвижные игры (в т.ч. с элементами баскетбола). Ринго						
4.12.	Особенности организации и методики проведения физкультурных занятий с детьми старшей и подготовительной к школе группам	2			1		
5.	Материально-техническое обеспечение физкультурной деятельности дошкольников	2	1	2	40		
5.1.	Комплексный подход к оборудованию физкультурных залов и открытых площадок в детском саду.	2	1	1	20		
5.2.	Методика применения пособий, устройств и тренажеров в системе организационных форм физического воспитания дошкольников	2		1	20		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен
	Итого за год		6	26	283	9	

ВТОРОЙ ГОД 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.	Теоретико-методические основы физического воспитания детей младшего школьного возраста	3	4	10	100		
1.1.	Общая характеристика морфофункциональных особенностей детей младшего школьного возраста	3	1		10		
1.2.	Психолого-педагогические основания физкультурной деятельности детей младшего школьного возраста.	3	1		10		
1.3.	Нормативные документы, регламентирующие содержание физкультурного образования учащихся средней общеобразовательной школы.	3	1	2	10		
1.4.	Содержание и особенности методики проведения уроков с образовательной и оздоровительной	3	1	2	25		

	направленностью различного типа						
1.5.	Организационно-методические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий в младшем школьном возрасте.	3		2	10		
1.6.	Организация и методика проведения различных форм занятий урочного типа	3		2	10		
1.7.	Методические основы комплексного урока физической культуры с учащимися I-IV классов общеобразовательной школы	3		2	25		
2.	Практико-методическое комплексирование базовых видов физических упражнений	3		22	100		
2.1.	Особенности методики формирования «школы движений» у школьников I-IV классов на основе комплексного использования средств базовых видов физической культуры комплексной программы физического воспитания.	3		2	10		
2.2.	Комплексирование видов физических упражнений для закрепления и коррекции осанки, укрепления сводов стопы.	3		4	10		
2.3.	Физические упражнения для укрепления мышц туловища, нижнего пояса и ног	3		8	10		
2.4.	Методика воспитания «чувства ритма» на основе комплексного использования музыки с физическими упражнениями, (музыкально-ритмические упражнения).	3	1	2	10		
	Промежуточная аттестация						Зачет
2.5.	Комплексное использование методов и педагогических приемов при обучении двигательным действиям	4	1	2	20		
2.6.	Дифференцированный подход к подбору физических упражнений для воспитания двигательных координационных способностей и развития жизненно-важных физических качеств школьников I-IV классов.	4		2	20		
2.7.	Организация и методика проведения комплексных форм занятий урочного типа со школьниками I-IV классов.	4		2	10		
2.8.	Требования и учебные нормативы по	4			10		

	комплексной оценке навыков, умений, уровня физической подготовленности детей 6/7-10 лет.						
3.	Физическая рекреация в системе основного и дополнительного образования школьников	4			50		
3.1.	Основные аспекты содержание физической рекреации школьников Особенности проведения физкультурно-оздоровительных программ детей школьного возраста	4			50		
4.	Основы туристско-краеведческой работы	4			53		
4.1.	Содержание и обеспечение туристско-краеведческой работы в дошкольных учреждениях и начальной школе.	4			53		
Промежуточная аттестация						9	Экзамен
Итого за год			6	32	313	9	

ТРЕТИЙ ГОД 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.	Теоретико-методические основы физического воспитания учащихся средних и старших классов	5		2	40		
1.1.	Методические особенности физического воспитания учащихся средних классов	5		2	16		
1.2.	Методические особенности физического воспитания учащихся старшего школьного возраста	5			8		
1.3.	Общие методические правила моделирования урочных форм занятий комплексного вида в общеобразовательной школе и ССУЗ	5			16		
2.	Организационно-методические особенности воспитания физических качеств учащихся на занятиях в общеобразовательной школе и в ссузах	5	2	4	100		
2.1.	Основы методики проведения уроков,	5		2	10		

	направленных на развитие ДКС учащихся средних и старших классов						
2.2.	Особенности методики применения комплексов упражнений, направленных на воспитание двигательных способностей (ловкости) учащихся средних и старших классов	5			10		
2.3.	Организационно-методические особенности проведения комплексов упражнений на воспитание силовых способностей учащихся средних и старшекласников	5			10		
2.4.	Особенности проведения занятий, направленных на воспитание быстроты (скоростных способностей) учащихся средних и старших классов	5			10		
2.5.	Особенности методики воспитания выносливости в процессе физического воспитания учащихся средних и старших классов	5			20		
2.6.	Основы методики проведения уроков на развитие гибкости	5			20		
2.7.	Организационно-методические особенности проведения круговой тренировки, направленной на воспитание двигательных способностей и физических качеств	5	2		20		
3.	Особенности методики проведения комплексных уроков с учащимися 5-11 классов	5	2	16	100		
3.1.	Характерные черты методики проведения комплексных уроков физической культуры с учащимися V-VI классов.	5	2	4	20		
	Промежуточная аттестация						Зачет
3.2.	Особенности методики проведения комплексных уроков физической культуры с учащимися VII-VIII классов	6		4	20		
3.3.	Особенности методики проведения комплексных уроков физической культуры с учащимися IX, X и XI классов	6		4	20		
3.4.	Особенности методики проведения и организации комплексного урока профессионально-прикладной направленности учащимися X-XI классов, в ССУЗ	6		4	20		
3.5.	Особенности методики организации и проведения массовых соревнований общей физической подготовленности по комплексным программам	6			20		

4.	Организация, подготовка и проведение массовых спортивно-художественных праздников и рекреативно-оздоровительных мероприятий	6		4			
4.1.	Организация, подготовка и проведение массовых спортивно-художественных праздников	6		2			
4.2.	Организационно-методические особенности физической рекреации учащихся V-XI классов и ССУЗ	6		1			
4.3.	Методика разработки и записи программы выступления, составление сценарного плана	6		1			
5.	Технология выполнения нир по физкультурно-оздоровительной деятельности	6	2		23		
5.1.	Выпускная квалификационная работа – как форма научно-исследовательской работы студентов	6	2		23		
6.	Материально-техническое обеспечение занятий в общеобразовательной школе и ССУЗах	6		4	20		
6.1.	Специфические особенности методики проведения комплексных уроков с применением многокомплектного оборудования	6		2	6		
6.2.	Конструктивные особенности физкультурно-спортивного оборудования	6		2	6		
6.3.	Методические требования комплексного оборудования открытых площадок для массовых занятий физическими упражнениями (городки общей физической подготовки)	6			8		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен
	Итого за год		6	30	243	9	

ЧЕТВЁРТЫЙ ГОД 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.	Теоретико-методические аспекты физической культуры студенческой молодежи и взрослого населения	7	2	8	100		
1.1.	Методические особенности комплексных занятий с лицами 1 и 2 зрелого возраста	7	2	4	50		
1.2.	Организационно-методические особенности комплексных занятий в группах здоровья и ОФП	7		4	50		
2.	Формирование профессиональных умений комплексирования средств и форм проведения занятий со взрослыми	7	2	12	100		
2.1.	Формирование профессиональных умений комплексного применения методических приемов при обучении двигательным действиям взрослых	7	1	2	20		
2.2.	Практикум по формированию профессионально-практических умений организации и проведения совокупностей разнородных средств, направленных на гармоничное развитие координационных способностей и физических качеств студентов	7		4	20		
	Промежуточная аттестация						Курсовая работа, Зачет
2.3.	Практикум по формированию профессионально-практических умений организации и проведения комплексных уроков со студентами	8		2	20		
2.4.	Характерные черты методики построения и преподавания комплексных оздоровительных программ в системе занятий групп здоровья	8	1	2	20		
2.5.	Структура и содержание физической культуры и спорта инвалидов	8		2	20		
3.	Методика занятий на тренажерах со студентами и лицами зрелого возраста	8	2	10	115		
3.1.	Использование тренажеров в занятиях с направленностью ППФП и физкультурно-оздоровительных занятиях в группах здоровья	8	2	10	115		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен
	Итого за год		6	30	315	9	

ПЯТЫЙ ГОД 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.	Теоретико-методические аспекты физической культуры взрослого населения	9	4	8	100		
1.2.	Организационно-методические особенности комплексных занятий в группах здоровья и ОФП	9	4	8	100		
2.	Формирование профессиональных умений комплексирования средств и форм проведения занятий со взрослыми	9	2	12	100		
2.1.	Формирование профессиональных умений комплексного применения методических приемов при обучении двигательным действиям взрослых.	9	1	2	20		
2.2.	Практикум по формированию профессионально-практических умений организации и проведения совокупностей разнородных средств, направленных на поддержание уровня координационных способностей и физических качеств лиц старшего и пожилого возраста.	9		4	20		
	Промежуточная аттестация						Зачет
2.3.	Практикум по формированию профессионально-практических умений организации и проведения комплексных занятий с лицами старшего и пожилого возраста.	10-		2	20		
2.4.	Характерные черты методики построения и преподавания комплексных оздоровительных программ в системе занятий групп здоровья	10	1	4	40		
3.	Методика занятий на тренажерах с лицами зрелого возраста	10	2	18	105		
3.1.	Использование тренажеров в занятиях с направленностью ППФП и физкультурно-оздоровительных занятиях в группах здоровья	10	2	18	105		

	Итого за год		8	38	305		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен
	Итого		32	156	1459	45	1692

**ЗАОЧНАЯ УСКОРЕННАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ПЕРВЫЙ ГОД 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	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Введение в профиль подготовки (специализацию) «Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности»	1	2	6	60		
1.1.	Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности – как научно-практическая дисциплина.	1	1	4	30		
1.2.	Характеристика основных понятий «Теории и методики физкультурно-оздоровительной деятельности».	1	1	2	30		
2.	Обобщенная характеристика медико-биологических и психолого-педагогических предпосылок ФОД детей дошкольного возраста	1		2	40		
2.1.	Общая характеристика морфофункциональных особенностей детей дошкольного и младшего школьного возраста.	1		2	20		
2.2.	Психолого-педагогические основы взаимосвязи умственной и физической деятельности детей дошкольного возраста.	1			20		
3.	Теоретико-методические основы физического воспитания детей дошкольного возраста	1	1	6	164		
3.1.	Физическое воспитание ребенка в системе образования и воспитания человека	1	1	2	30		
3.2.	Организационные формы занятий физическим воспитанием детей в дошкольных учреждениях и в условиях семьи	1		2	34		

3.3.	Методические особенности разновидностей двигательной подготовки детей дошкольного возраста на физкультурных занятиях. Сущность и основы методики анимационной деятельности.	1			60		
3.4.	Физическая рекреация в системе воспитания детей раннего и дошкольного возрастов	1		2	40		
4.	Технологии ФОД дошкольников в условиях ДОУ и в семье	1	2	8	143		
4.1.	Практико-методический анализ опыта физического воспитания дошкольников и деятельности преподавателя (воспитателя, инструктора, методиста)	1		1	10		
4.2.	Особенности методики формирования у дошкольников выполнения отдельных упражнений из «школы движений»	1	1	1	10		
4.3.	Комплексирование физических упражнений при формировании правильной осанки и ее коррекции на основекрепления мышц туловища, шеи и головы.	1	1	1	10		
4.4.	Практико-методические особенности занятий на развитие мышц нижнего пояса, мышц ног и формирования сводов стопы.	2		2	10		
4.5.	Практико-методические особенности занятий основной гимнастикой на снижение избыточного веса	2		1	13		
4.6.	Практико-методические особенности занятий физическими упражнениями в лазании, перелазании и переноске груза	2			20		
4.7.	Воспитание чувства темпа, ритма движений	2	1		20		
4.8.	Методика организации и проведения занятий на воспитание двигательного-координационных способностей	2			10		
4.9.	Методика организации и проведения утренней гимнастики с дошкольниками	2			10		
4.10	Формирование «школы мяча»	2			10		
4.11.	Элементарные игровые задания: эстафеты, полосы препятствий, подвижные игры (в т.ч. с элементами баскетбола). Ринго	2		2	10		

4.12.	Особенности организации и методики проведения физкультурных занятий с детьми старшей и подготовительной к школе группам	2			10		
5.	Материально-техническое обеспечение физкультурной деятельности дошкольников	2	1	2	40		
5.1.	Комплексный подход к оборудованию физкультурных залов и открытых площадок в детском саду.	2	1	1	20		
5.2.	Методика применения пособий, устройств и тренажеров в системе организационных форм физического воспитания дошкольников	2		1	20		
	Итого за год		6	24	447		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен

ВТОРОЙ ГОД 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.	Теоретико-методические основы физического воспитания детей младшего школьного возраста	3	4	10	140		
1.1.	Общая характеристика морфофункциональных особенностей детей младшего школьного возраста	3	1		20		
1.2.	Психолого-педагогические основания физкультурной деятельности детей младшего школьного возраста.	3	1		20		
1.3.	Нормативные документы, регламентирующие содержание физкультурного образования учащихся средней общеобразовательной школы.	3	1	2	10		
1.4.	Содержание и особенности	3	1	2	25		

	методики проведения уроков с образовательной и оздоровительной направленностью различного типа						
1.5.	Организационно-методические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий в младшем школьном возрасте.	3		2	20		
1.6.	Организация и методика проведения различных форм занятий урочного типа	3		2	20		
1.7.	Методические основы комплексного урока физической культуры с учащимися I-IV классов общеобразовательной школы	3		2	25		
2.	Практико-методическое комплексирование базовых видов физических упражнений	3	2	10	160		
2.1.	Особенности методики формирования «школы движений» у школьников I-IV классов на основе комплексного использования средств базовых видов физической культуры комплексной программы физического воспитания.	3		2	30		
2.2.	Комплексирование видов физических упражнений для закрепления и коррекции осанки, укрепления сводов стопы.	3		1	30		
2.3.	Физические упражнения для укрепления мышц туловища, нижнего пояса и ног	3		1	20		
2.4.	Методика воспитания «чувства ритма» на основе комплексного использования музыки с физическими упражнениями, (музыкально-ритмические упражнения).	3	1	1	20		
2.5.	Комплексное использование методов и педагогических приемов при обучении двигательным действиям	4	1	2	20		
2.6.	Дифференцированный подход к подбору физических упражнений для воспитания двигательных координационных способностей и развития жизненно-важных физических качеств школьников I-IV классов.	4		2	20		
2.7.	Организация и методика проведения комплексных форм занятий урочного типа со школьниками I-IV классов.	4		1	10		

2.8.	Требования и учебные нормативы по комплексной оценке навыков, умений, уровня физической подготовленности детей 6/7-10 лет.	4			10		
3.	Физическая рекреация в системе основного и дополнительного образования школьников	4			50		
3.1.	Основные аспекты содержание физической рекреации школьников Особенности проведения физкультурно-оздоровительных программ детей школьного возраста	4			50		
4.	Основы туристско-краеведческой работы	4			101		
4.1.	Содержание и обеспечение туристско-краеведческой работы в дошкольных учреждениях и начальной школе.	4			101		
	Итого за год		6	20	451		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен

ТРЕТИЙ ГОД 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.	Теоретико-методические основы физического воспитания учащихся средних и старших классов	5		2	40		
1.1.	Методические особенности физического воспитания учащихся средних классов	5		2	16		
1.2.	Методические особенности физического воспитания учащихся старшего школьного возраста	5			8		
1.3.	Общие методические правила моделирования урочных форм занятий комплексного вида в общеобразовательной школе и ССУЗ	5			16		
2.	Организационно-методические особенности воспитания физических качеств учащихся на занятиях в общеобразовательной школе и в	5	2	4	100		

	ссузах						
2.1.	Основы методики проведения уроков, направленных на развитие ДКС учащихся средних и старших классов	5		2	10		
2.2.	Особенности методики применения комплексов упражнений, направленных на воспитание двигательного-координационных способностей (ловкости) учащихся средних и старших классов	5			10		
2.3.	Организационно-методические особенности проведения комплексов упражнений на воспитание силовых способностей учащихся средних и старшекласников	5			10		
2.4.	Особенности проведения занятий, направленных на воспитание быстроты (скоростных способностей) учащихся средних и старших классов	5			10		
2.5.	Особенности методики воспитания выносливости в процессе физического воспитания учащихся средних и старших классов	5			20		
2.6.	Основы методики проведения уроков на развитие гибкости	5			20		
2.7.	Организационно-методические особенности проведения круговой тренировки, направленной на воспитание двигательных способностей и физических качеств	5	2		20		
3.	Особенности методики проведения комплексных уроков с учащимися 5-11 классов	5	2	6	68		
3.1.	Характерные черты методики проведения комплексных уроков физической культуры с учащимися V-VI классов.	5	2	2	10		
3.2.	Особенности методики проведения комплексных уроков физической культуры с учащимися VII-VIII классов	6		2	10		
3.3.	Особенности методики проведения комплексных уроков физической культуры с учащимися IX, X и XI классов	6		1	10		
3.4.	Особенности методики проведения и организации комплексного урока профессионально-прикладной направленности учащимися X-XI классов, в ССУЗ	6		1	10		
3.5.	Особенности методики организации и проведения массовых соревнований общей физической подготовленности по комплексным программам	6			10		

4.	Организация, подготовка и проведение массовых спортивно-художественных праздников и рекреативно-оздоровительных мероприятий	6		4			
4.1.	Организация, подготовка и проведение массовых спортивно-художественных праздников	6		2			
4.2.	Организационно-методические особенности физической рекреации учащихся V-XI классов и ССУЗ	6		1			
4.3.	Методика разработки и записи программы выступления, составление сценарного плана	6		1			
5.	Технология выполнения нир по физкультурно-оздоровительной деятельности	6	2		23		
5.1.	Выпускная квалификационная работа – как форма научно-исследовательской работы студентов	6	2		23		
6.	Материально-техническое обеспечение занятий в общеобразовательной школе и ссузах	6	2	4	20		
6.1.	Специфические особенности методики проведения комплексных уроков с применением многокомплектного оборудования	6	2	2	6		
6.2.	Конструктивные особенности физкультурно-спортивного оборудования	6		2	6		
6.3.	Методические требования комплексного оборудования открытых площадок для массовых занятий физическими упражнениями (городки общей физической подготовки)	6			8		
	Итого за год		8	20	251		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен

ЧЕТВЁРТЫЙ ГОД 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.	Теоретико-методические аспекты физической культуры студенческой молодежи и взрослого населения	7	2	4	100		
1.1.	Методические особенности комплексных занятий в ВУЗе	7	2	2	50		
1.2.	Организационно-методические особенности комплексных занятий в группах здоровья и ОФП	7		2	50		
2.	Формирование профессиональных умений комплексирования средств и форм проведения занятий со студентами и взрослыми	7	4	6	180		
2.1.	Формирование профессиональных умений комплексного применения методических приемов при обучении двигательным действиям студентов и взрослых	7	2	2	30		
2.2.	Практикум по формированию профессионально-практических умений организации и проведения совокупностей разнородных средств, направленных на гармоничное развитие координационных способностей и физических качеств студентов	7		1	30		
2.3.	Практикум по формированию профессионально-практических умений организации и проведения комплексных уроков со студентами	8		1	30		
2.4.	Характерные черты методики построения и преподавания комплексных оздоровительных программ в системе занятий групп здоровья	8	2	1	30		
2.5.	Структура и содержание физической культуры и спорта инвалидов	8		1	20		
3.	Методика занятий на тренажерах со студентами и лицами зрелого возраста	8	2	10	115		
3.1.	Использование тренажеров в занятиях с направленностью ППФП и физкультурно-оздоровительных занятиях в группах здоровья	8	2	10	115		
	Итого за год		8	20	395		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен
	Итого		28	84	1544	36	1692

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).**)

Вопросы к зачёту, экзамену

Вопросы к зачету 1 год обучения

1. Охарактеризуйте строевые упражнения
2. Охарактеризуйте разновидности ходьбы и специальные шаги.
3. Охарактеризуйте стойки, положения и движения различными частями тела
4. Раскройте содержание вольных упражнений
5. Раскройте содержание элементов хореографии (классического экзерсиса)
6. Охарактеризуйте физические упражнения для укрепления мышц шеи и формирования навыка правильного удержания головы
7. Охарактеризуйте физические упражнения для укрепления мышц корсета туловища
8. Охарактеризуйте специальные упражнения для профилактики нарушений осанки.
9. Охарактеризуйте физические упражнения для развития мышц нижнего плечевого пояса и ног.
10. Охарактеризуйте физические упражнения для формирования сводов стопы
11. Какова методика преподавания прыжковых упражнений с длинной скакалкой?
12. Каковы основные методические особенности проведения занятий типа ритмической гимнастики с детьми дошкольного возраста?
13. Охарактеризуйте физические упражнения в равновесии
14. Охарактеризуйте простейшие упражнения акробатического характера.
15. Какова комплексная оценка двигательных способностей детей 4-7 лет?
16. Раскройте содержание основных правил сочетания физических упражнений и методических приемов их проведения в комплексах утренней гимнастики с дошкольниками различных возрастных групп.
17. Охарактеризуйте полосы препятствий и эстафеты
18. Охарактеризуйте подвижные игры, игры с элементами баскетбола
19. Какова методика преподавания элементов массовой игры «Ринго» (игра с кольцами)?
20. Охарактеризуйте теорию и методику физкультурно-оздоровительной деятельности – как научно-практическую дисциплину.
21. Раскройте характеристику основных понятий «Теории и методики физкультурно-оздоровительной деятельности»
22. Какова обобщенная характеристика медико-биологических и психолого-педагогических предпосылок физического воспитания детей дошкольного возраста?
23. Какова общая характеристика морфофункциональных особенностей детей дошкольного и младшего школьного возраста?

Вопросы экзамену 1 год обучения

1. Раскройте психолого-педагогические основы взаимосвязи умственной и физической деятельности детей дошкольного возраста
2. Охарактеризуйте теоретико-методические основы физического воспитания детей дошкольного возраста
3. Охарактеризуйте физическое воспитание ребенка в системе образования и воспитания человека
4. Каковы организационные формы занятий физического воспитания детей в дошкольных учреждениях и в условиях семьи?
5. В чем суть методических особенностей разновидностей двигательной подготовки детей дошкольного возраста на физкультурных занятиях?
6. Каковы педагогические приемы обучения рациональной последовательности применения упражнений из «школы движений»?
7. Охарактеризуйте физическую рекреацию в системе воспитания детей раннего и дошкольного возрастов.

8. Какова технология обучения дошкольников физическим упражнениям?
9. Раскройте содержание практико-методического анализа опыта физического воспитания дошкольников и деятельности воспитателя (института, методиста)
10. Каковы особенности методики формирования у дошкольников выполнения отдельных упражнений из «школы движений»?
11. Каково комплексирование физических упражнений при формировании правильной осанки и ее коррекции на основе гармоничного укрепления мышц туловища, шеи и головы?
12. Охарактеризуйте практико-методические особенности занятий на развитие мышц нижнего пояса, мышц ног и формирования сводов стопы
13. Охарактеризуйте практико-методические особенности занятий на снижение избыточного веса
14. Охарактеризуйте практико-методические особенности физических упражнений в лазании, перелазании и переноске груза
15. Раскройте методику воспитания чувства темпа, ритма движений
16. Раскройте методику организации и проведения занятий на воспитание двигательных координационных способностей
17. Раскройте методику организации и проведения утренней гимнастики с дошкольниками.
18. В чем суть формирования «школы мяча»?
19. Каковы элементарные игровые задания: эстафеты, полосы препятствий, подвижные игры (в т.ч. с элементами баскетбола). Ринго?
20. Охарактеризуйте материально-техническое обеспечение физической деятельности дошкольников
21. Охарактеризуйте комплексный подход к оборудованию физкультурных залов и открытых площадок в детском саду
22. Раскройте методику применения пособий, устройств и тренажеров в системе организационных форм физического воспитания дошкольников

2 год обучения вопросы к зачёту

1. Охарактеризуйте основные строевые упражнения.
2. Охарактеризуйте физические упражнения общеразвивающего характера, сочетающие комплексные и комбинированные движения частями тела.
3. Каково содержание вольных упражнений?
4. Каково содержание танцевальных упражнений?
5. Каково содержание физических упражнений для укрепления мышц шеи и формирования навыка правильного удержания головы?
6. Каково содержание физических упражнений без предметов и с предметами для укрепления мышц туловища?
7. Каково содержание физических упражнений без предметов и с предметами для укрепления мышц нижнего пояса и ног?
8. Каково содержание физических упражнений с предметами для укрепления сводов стопы?
9. Каково содержание специальных упражнений с предметами для коррекции осанки?
10. Каково содержание физических упражнений с предметами для снижения избыточного веса?
11. Раскройте этапы обучения основным движениям.
12. В чем особенности обучения гимнастическим упражнениям?
13. Каковы особенности методики воспитания двигательных координационных способностей на основе комплексного использования средств базовых видов физической культуры?

14. Каковы особенности методики воспитания быстроты на основе комплексного использования средств легкой атлетики, подвижных игр, основных движений, гимнастики?
15. Каковы особенности методики воспитания скоростно-силовых качеств на основе комплексного использования средств легкой атлетики, подвижных игр, основных движений, гимнастики?
16. Раскройте особенности методики развития гибкости.
17. Охарактеризуйте организацию и методику проведения физкультурных занятий с детьми старшей и подготовительной к школе группе.
18. Охарактеризуйте организацию и методику проведения комплексного урока в 1-2 классе.

Вопросы к экзамену 2год обучения

1. Охарактеризуйте организацию и методику проведения комплексного урока в 3-4 классе.
2. Раскройте общую характеристику морфофункциональных особенностей детей младшего школьного возраста.
3. Охарактеризуйте психолого-педагогические основания физкультурной деятельности детей младшего школьного возраста.
4. Раскройте основы нормативных документов, регламентирующих содержание физкультурного образования учащихся средней общеобразовательной школы.
5. Охарактеризуйте организационно-методические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий в младшем школьном возрасте.
6. Охарактеризуйте методические основы комплексного урока физической культуры с учащимися I-IV классов общеобразовательной школы
7. Каково комплексирование базовых видов физических упражнений?
8. Каковы особенности методики формирования «школы движений» у школьников I-IV классов на основе комплексного использования средств базовых видов физической культуры комплексной программы физического воспитания?
9. В чем суть комплексирования видов физических упражнений для закрепления и коррекции осанки, укрепления сводов стопы?
10. Какова методика воспитания «чувства ритма» на основе комплексного использования музыки с физическими упражнениями, (музыкально-ритмические упражнения)?
11. Раскройте комплексное использование методов и педагогических приемов при обучении двигательным действиям
12. В чем суть дифференцированного подхода к подбору физических упражнений ациклического, циклического и статического характера для воспитания двигательных способностей и развития жизненно-важных физических качеств?
13. Охарактеризуйте организацию и методику проведения комплексных форм занятий урочного типа.
14. Каковы требования и учебные нормативы по комплексной оценке навыков, умений, уровня физической подготовленности детей 6/7-10 лет?
15. Охарактеризуйте физическую рекреацию в системе основного и дополнительного образования школьников. В чем суть основных аспектов содержания физической рекреации школьников?
16. Каковы основы туристско-краеведческой работы?
17. Охарактеризуйте содержание и обеспечение туристско-краеведческой работы в дошкольных учреждениях и начальной школе.

Вопросы к зачёту 3 год обучения

1. Охарактеризуйте существующую в практике классификацию урочных форм занятий.

2. Дайте методическую характеристику фронтального метода организации занимающихся на уроке.
3. Охарактеризуйте методические особенности группового метода организации занимающихся на уроке и условия, необходимые для эффективного использования.
4. Охарактеризуйте индивидуальный метод организации учащихся на уроке.
5. Охарактеризуйте особенности методики организации и проведения круговой тренировки, направленной на воспитание двигательных способностей и связанных с ними физических качеств.
6. Охарактеризуйте словесные методы и основные требования к ним при решении образовательных задач в комплексном уроке среднего и старшего школьного возраста.
7. Охарактеризуйте методические условия и возрастные особенности применения показа как основного метода наглядности.
8. Охарактеризуйте особенности методики обучения двигательному действию школьников в комплексном уроке.
9. Охарактеризуйте правила, определяющие последовательность решения неоднородных разделов основной части комплексного урока.
10. Раскройте задачи и содержание форм физического воспитания школьников и учащейся молодежи в семье.
11. Раскройте задачи, содержание и методику проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий как формы организации физического воспитания в школьников в режиме учебного дня.
12. Раскройте задачи, содержание и методику проведения внешкольных форм организации занятий учащихся общеобразовательных школ.
13. Раскройте методические особенности дозировки физической нагрузки в комплексном уроке.
14. Раскройте методические особенности приемов физической помощи и страховки при обучении основным двигательным действиям.
15. Раскройте методические особенности проведения подготовительной и заключительной частей комплексного урока.
16. Раскройте методические особенности проведения основной части комплексного урока.
17. Обоснуйте методический порядок решения комплекса специфических задач физического воспитания.
18. Раскройте особенности двигательного режима учащихся среднего школьного возраста. Организационно-методические пути его оптимизации.
19. Раскройте особенности двигательного режима учащихся старшего школьного возраста. Организационно-методические пути его оптимизации.
20. Раскройте методические основы профилактики травматизма на уроках физической культуры.

Вопросы к экзамену 3 год обучения

1. Раскройте методику воспитания координационных способностей на уроках физической культуры в средних и старших классах.
2. Раскройте методику воспитания силовых способностей на уроках физической культуры в средних и старших классах.
3. Раскройте методику воспитания скоростных способностей на уроках физической культуры в средних и старших классах.
4. Раскройте методику воспитания выносливости на уроках физической культуры в средних и старших классах. Раскройте правила формулирования образовательных задач при разработке конспекта урока физической культуры.

5. Раскройте правила формулирования оздоровительных задач при разработке конспекта урока физической культуры.
6. Раскройте правила формулирования воспитательных задач при разработке конспекта урока физической культуры.
7. Охарактеризуйте компоненты, составляющие визуальный (собственно-педагогический) анализ урока физической культуры.
8. Охарактеризуйте типичные компоненты общей и моторной плотности урока различной направленности. Раскройте технологию их определения.
9. Перечислите и приведите примеры методических приемов, применяемых при проведении общеразвивающих упражнениях с целью активизации внимания и повышения эмоционального состояния занимающихся. Раскройте методические основы комплексного урока физической культуры в общеобразовательной школе.
10. Раскройте методические приемы, подводящие упражнения и организацию занятий при обучении двигательному действию школьников среднего и старшего возраста (из раздела учебной программы).
11. Охарактеризуйте особенности методики проведения и организации комплексного урока с профессионально-прикладной направленностью учащихся X-XI классов, в ССУЗ и ПТУ.
12. Раскройте особенности методики организации и проведения массовых соревнований общей физической подготовленности по комплексным программам.
13. Охарактеризуйте организацию и подготовку массовых спортивно-художественных праздников.
14. Раскройте организацию, подготовку и проведение массовых спортивно-художественных праздников.
15. Какова методика разработки и записи программы выступления, составление сценарного плана.
16. Материально-техническое обеспечение занятий в общеобразовательной школе и ССУЗах.
17. Каковы специфические особенности методики проведения комплексных уроков с применением многокомплектного оборудования.
18. Каковы конструктивные особенности физкультурно-спортивного оборудования.
19. Раскройте методические требования комплексного оборудования открытых площадок для массовых занятий физическими упражнениями (городки общей физической подготовки).
20. Охарактеризуйте методику определения музыкального материала.
21. Раскройте методику составления упражнений, подготовки фрагментов сценария в предрепетиционном периоде.
22. Каковы особенности методики подготовки программы выступления в репетиционном периоде.
23. Охарактеризуйте особенности методики подготовки выступления на сцене.

Вопросы к зачёту 4 год обучения

1. Раскройте понятие физическая тренировка как фактор адаптации организма студентов к условиям профессиональной деятельности по группам специальностей.
2. Охарактеризуйте основные принципы комплексирования основных средств физической культуры в целях повышения ОФП у студентов.
3. Раскройте технологию разработки содержания методики организации и проведения комплексного занятия с профессионально-прикладной направленностью студентов.
4. Какие методические особенности моделирования структуры комплексного занятия в группах здоровья и ОФП.
5. Какие характерные черты методики комплексных занятий, сочетающих различные средства физических упражнений.

6. Раскройте особенности комплексного применения наглядных, словесных и практических методов и приемов обучения двигательным действиям студентов и взрослых (группы здоровья).
7. Раскройте методику организации и проведения круговой тренировки направленной на воспитание профессионально-важных физических и психических качеств у студентов.
8. Раскройте методику проведения комплексных занятий с профессиональной направленностью с учетом основных групп труда.
9. Какие принципы комплексирования физических нагрузок в комплексных занятиях в группах здоровья с учетом морфофункциональных особенностей лиц среднего, старшего и пожилого возраста.
10. Дайте характеристику средств, форм и режимов физкультурно-двигательной активности.
11. Опишите структуру комплексных занятий в группах здоровья.
12. Охарактеризуйте педагогические методы определения и управления физической нагрузкой.
13. Какие особенности методики проведения комплексных занятий силовой направленности для лиц старшей возрастной группы.
14. Какие особенности методики проведения комплексных занятий направленных на повышение эластичности мышц отдельных частей тела для лиц старшей возрастной группы.
15. Охарактеризуйте особенности методики проведения оздоровительных занятий направленных на поддержание и развитие выносливости в группах здоровья.
16. Какие специфические особенности физической культуры инвалидов с нарушениями интеллекта.
17. Какие специфические особенности физической культуры инвалидов с сенсорно-речевыми нарушениями, нарушениями слуха и зрения.
18. Какая классификация тренажерных устройств кардио направленности в спортивно-оздоровительных центрах.
19. Какая классификация тренажерных устройств силовой направленности в спортивно-оздоровительных центрах.

Вопросы к экзамену 4 год обучения

1. Раскройте методику проведения комплексных занятий с профессиональной направленностью с учетом основных групп труда.
2. Какие принципы комплексирования физических нагрузок в комплексных занятиях в группах здоровья с учетом морфофункциональных особенностей лиц среднего, старшего и пожилого возраста.
3. Дайте характеристику средств, форм и режимов физкультурно-двигательной активности.
4. Опишите структуру комплексных занятий в группах здоровья.
5. Охарактеризуйте педагогические методы определения и управления физической нагрузкой.
6. Какие особенности методики проведения комплексных занятий силовой направленности для лиц старшей возрастной группы.
7. Какие особенности методики проведения комплексных занятий направленных на повышение эластичности мышц отдельных частей тела для лиц старшей возрастной группы.
8. Охарактеризуйте особенности методики проведения оздоровительных занятий направленных на поддержание и развитие выносливости в группах здоровья.
20. Какие специфические особенности физической культуры инвалидов с нарушениями интеллекта. Раскройте понятие физическая тренировка как фактор адаптации

организма студентов к условиям профессиональной деятельности по группам специальностей.

21. Охарактеризуйте основные принципы комплексирования основных средств физической культуры в целях повышения ОФП у студентов.
22. Раскройте технологию разработки содержания методики организации и проведения комплексного занятия с профессионально-прикладной направленностью студентов.
23. Какие методические особенности моделирования структуры комплексного занятия в группах здоровья и ОФП.
24. Какие характерные черты методики комплексных занятий, сочетающих различные средства физических упражнений.
25. Раскройте особенности комплексного применения наглядных, словесных и практических методов и приемов обучения двигательным действиям студентов и взрослых (группы здоровья).

Вопросы к зачету 5 год обучения

1. Охарактеризуйте основные принципы комплексирования основных средств физической культуры в целях повышения ОФП лиц старшего и пожилого возраста
2. Раскройте технологию разработки содержания методики организации и проведения комплексного занятия с лиц старшего и пожилого возраста
3. Какие методические особенности моделирования структуры комплексного занятия в группах здоровья и ОФП лиц старшего и пожилого возраста
4. Какие характерные черты методики комплексных занятий, сочетающих различные средства физических упражнений у лиц старшего и пожилого возраста.
5. Раскройте особенности комплексного применения наглядных, словесных и практических методов и приемов обучения двигательным действиям лиц старшего и пожилого возраста.
6. Раскройте методику организации и проведения круговой тренировки направленной на воспитание физических и психических качеств у лиц старшего и пожилого возраста.
7. Какие принципы комплексирования физических нагрузок в комплексных занятиях в группах здоровья с учетом морфофункциональных особенностей лиц среднего, старшего и пожилого возраста.
8. Дайте характеристику средств, форм и режимов физкультурно-двигательной активности у лиц старшего и пожилого возраста.
9. Опишите структуру комплексных занятий в группах здоровья лиц старшего и пожилого возраста.
10. Охарактеризуйте педагогические методы определения и управления физической нагрузкой.
11. Какие особенности методики проведения комплексных занятий силовой направленности для лиц старшей возрастной группы.
12. Какие особенности методики проведения комплексных занятий направленных на повышение эластичности мышц отдельных частей тела для лиц пожилого возраста.
13. Охарактеризуйте особенности методики проведения оздоровительных занятий направленных на поддержание и развитие выносливости в группах здоровья у лиц старшего и пожилого возраста.

Вопросы к экзамену 5 год обучения

1. Какие характерные черты методики комплексных занятий, сочетающих различные средства физических упражнений у лиц старшего и пожилого возраста.
2. Раскройте особенности комплексного применения наглядных, словесных и практических методов и приемов обучения двигательным действиям лиц старшего и пожилого возраста.

3. Раскройте методику организации и проведения круговой тренировки направленной на воспитание физических и психических качеств у лиц старшего и пожилого возраста.
4. Какие принципы комплексирования физических нагрузок в комплексных занятиях в группах здоровья с учетом морфофункциональных особенностей лиц среднего, старшего и пожилого возраста.
5. Дайте характеристику средств, форм и режимов физкультурно-двигательной активности у лиц старшего и пожилого возраста.
6. Опишите структуру комплексных занятий в группах здоровья лиц старшего и пожилого возраста.
7. Охарактеризуйте основные принципы комплексирования основных средств физической культуры в целях повышения ОФП лиц старшего и пожилого возраста
8. Раскройте технологию разработки содержания методики организации и проведения комплексного занятия с лиц старшего и пожилого возраста
9. Опишите структуру комплексных занятий в группах здоровья.
10. Охарактеризуйте педагогические методы определения и управления физической нагрузкой.
11. Какие особенности методики проведения комплексных занятий силовой направленности для лиц старшей возрастной группы.

ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ

1. Физическая тренировка как фактор адаптации организма студентов к условиям профессиональной деятельности по группам специальностей.
2. Технология разработки содержания, особенности методики организации и проведения комплексного занятия с профессионально-прикладной направленностью студентов.
3. Методические особенности моделирования структуры комплексного занятия в группах здоровья и ОФП.
4. Характерные черты методики комплексных занятий, сочетающих различные средства физических упражнений.
5. Методика организации и проведения круговой тренировки направленной на воспитание профессионально-важных физических и психических качеств у студентов.
6. Принципы комплексирования физических нагрузок в комплексных занятиях в группах здоровья с учетом морфофункциональных особенностей лиц среднего, старшего и пожилого возраста.
7. Характеристика средств, форм и режимов физкультурно-двигательной активности.
8. Педагогические методы определения и управления физической нагрузкой.
9. Особенности методики проведения комплексных занятий силовой направленности для лиц старшей возрастной группы.
10. Особенности методики проведения комплексных занятий направленных на повышение эластичности мышц отдельных частей тела для лиц старшей возрастной группы.
11. Методики проведения оздоровительных занятий направленных на поддержание и развитие выносливости в группах здоровья.
12. Специфические особенности физической культуры инвалидов с нарушениями интеллекта.
13. Специфические особенности физической культуры инвалидов с сенсорно-речевыми нарушениями, нарушениями слуха и зрения.
14. Современные технологии проведения занятий с использованием тренажерных устройств кардио направленности в спортивно-оздоровительных центрах.
15. Современные технологии проведения занятий с использованием тренажерных устройств силовой направленности в спортивно-оздоровительных центрах.

16. Особенности методики проведения занятий физической культуры в 5-6 классах с учетом индивидуализированного подхода на основе профиля физического здоровья.
17. Организационно-методические особенности проведения занятий на тренажерах с молодежью в условиях фитнес центра.
18. Особенности методики проведения занятий с детьми 11-15 лет с преимущественным использованием средств аэробики.
19. Организационно-методические особенности проведения секционных занятий по легкой атлетике с детьми среднего школьного возраста в условиях общеобразовательной школы.
20. Организационно-методические особенности проведения секционных занятий по лыжной подготовке с детьми среднего школьного возраста в условиях общеобразовательной школы.
21. Особенности влияния занятий ЛА, танцев на опорно-двигательный аппарат женщин первого зрелого возраста.
22. Эффективность влияния физических упражнений различной направленности на физическое состояние дошкольников, имеющих задержку психического развития.
23. Влияние занятий оздоровительным плаванием в условиях общеобразовательной школы на физическое состояние школьников младших классов.
24. Эффективность влияния занятий физическими упражнениями в условиях семьи на физическое состояние дошкольников 6-7 лет.
25. Особенности методики проведения занятий физической культурой в 5-6 классах с учетом индивидуализированного подхода на основе уровня физического здоровья.
26. Особенности методики проведения занятий с детьми 11-15 лет с преимущественным использованием средств аэробики.
27. Организационно-методические особенности проведения секционных занятий по легкой атлетике с детьми среднего школьного возраста в условиях общеобразовательной школы.
28. Организационно-методические особенности проведения секционных занятий по лыжной подготовке детьми среднего школьного возраста в условиях общеобразовательной школы.
29. Детские спортивно-игровые комплексы как мини-стадионы в помощь родителям растить здоровых детей.
30. Организационно-методические основы спортивно-массовой и оздоровительной работы в группах ОФП общеобразовательных школ.

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

а) Основная литература:

1. Теория и методика физического воспитания: Учебник для ин-тов физ. культуры. Под общей ред. Матвеева Л.П. и Новикова А.Д. (в 2-х томах).- М.: Физкультура и спорт, 2012.

б) Дополнительная литература:

1. Бергер Г.И., Бергер Ю.Г. Конспекты уроков для учителя физкультуры: 5-9 кл.: Урок физкультуры: Спорт. игры, лыжн. подг-ка, подв. игры. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. – 144 с.

2. Глазырина Л.Д., Овсянкин В.А. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. - М.: Гуманитарный издательский центр Владос, 2001. -175 с.

3. Казьмин, В.Д. Дыхательная гимнастика. Серия «Панацея». - Ростов на Дону, 2000.

4. Кожухова Н.Н., Рыжкова Л.А., Борисова М.М. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Схемы и таблицы. - М.: Гуманитарный издательский центр Владос, 2003. - 190с.

5. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А.. Прикладная физическая подготовка 10-11 классы: Учеб.метод. пособие. - М.: Владос-Пресс, 2003. - С. 3-5, 171-181.
6. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся I-X классов. - М., 2004.
7. Максименко А.М. Основы теории и методики физической культуры: Учебное пособие. - М., 2009.
8. Мишин Б.И. Настольная книга учителя физкультуры. - М.: АСТ «Астрель», 2003. – 527с.
9. Общие основы педагогики /Анисимов В.В., Грохольская О.Г., Никандров Н.Д. - М.: Просвещение, 2006. - С.104-112.
10. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет). - М.: Гуманитарный издательский центр Владос, 2001.- 125 с.
11. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3-5 лет. - М.: Гуманитарный издательский центр Владос, 2001. - 109 с.
12. Пенькова И.В. Профилактика нарушений осанки детей младшего школьного возраста в процессе физического воспитания: Учебно-методическое пособие /И.В.Пенькова, И.И.Сулейманов. – Тюмень, 2000.
13. Погадаев Г.И. Настольная книга учителя физической культуры. - М.: Физкультура и спорт, 2000. – 496с.
14. Прохорова Г.А. Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет. - издание 2.-М.: Айрис пресс, 2005. - 72 с.
15. Сиднева Л.В., Гониянц С.А. Оздоровительная аэробика и методика ее преподавания. - М., 2000.
16. Спиридонова Л.Б. Возрастные основы физкультурного образования детей и учащейся молодежи. – Омск, 2003.
17. Сулейманов, И.И. Общее физкультурное образование /И.И.Сулейманов, О.А. Аюшеева, Н.А. Коротаева: Учебник. - Т.2. Физкультурное образование в системе профессионального образования. –Тюмень, 2000.
18. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений/Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. –М.: «Академия», 2000.
19. Шарманова С.Б., Фёдоров А.И., Черепов Е.А. Круговая тренировка в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста: учебно-методическое пособие. - М.: Советский спорт, 2004. - 117 с.
20. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Часть 1 Программа «Старт»: Методические рекомендации. -М.: Гуманитарный издательский центр Владос, - 2003. -314 с.
21. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Часть 2 Конспекты занятий для второй младшей группы. - М.: Гуманитарный издательский центр Владос, 2004. -314 с.
22. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Часть 3 Конспекты занятий для старшей и подготовительной к школе групп, спортивные праздники и развлечения. - М.: Гуманитарный издательский центр Владос, 2004. -252с.

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

- | | |
|--|--|
| 1. http://fusionpiter.ru/articles/sport-children | Физкультура и спорт для самых маленьких. |
| 2. http://planetadetstva.net/vospitatelam/pedsovet/integrirovannye-i-komplesnye-zanyatiya-v-detskom-sadu-v-chem-otlichie.html | Интегрированные и комплексные занятия: общие черты. Интегрированные занятия. Отличие интегрированного занятия от комплексного. |
| 3. http://www.ivalex.vistcom.ru/konsultac/konsultac2203/html | Значение физической культуры в |

жизни ребёнка. Роль игровой мотивации в развитии интереса дошкольников к физической культуре. Организация и формы работы игровых занятий по физической культуре детей дошкольного возраста.

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 с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Видеоматериал методического кабинета кафедры Методики комплексных форм физической культуры
4. Спортивный зал
5. Маты гимнастические
6. Палки гимнастические
7. Мячи в/б, б/б, теннисные
8. «Ринго»
9. Скакалки
10. Обручи
11. Канат гимнастический
12. Скамейки
13. «Шведская» стенка
14. Гантели
15. Медицинболы

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса)» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1 год обучения, направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура» направленности (профилю) «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» заочной и заочной ускоренной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Методики комплексных форм физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1,2 семестр, заочная форма обучения, и заочная ускоренная форма обучения.

Форма промежуточной аттестации: зачёт/экзамен.

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

Заочная форма обучения, заочная ускоренная форма обучения 1 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос по теме Характеристика основных понятий "Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности - как научно - практическая дисциплина	10
2	Опрос по теме «Теоретико-методические основы физического воспитания детей дошкольного возраста»	10
3	Выполнение практического задания № 1 Практическая работа №1-составление комплекса физических упражнений направленного на укрепление мышц шеи и формирования навыка правильного удержания головы	10
4	Выполнение практического задания № 2 Практическая работа №2 составить комплекс утренней гигиенической гимнастики для детей 4 лет.	10
5	Выполнение практического задания № 3 Практическая работа №3 составление комплекса утренней гигиенической гимнастики для детей 5 -6 лет. (используя имитационные упражнения)	10
6	Выполнение практического задания № 4 Практическая работа №4 составление комплекса утренней гигиенической гимнастики для детей 6 лет с предметами (гимнастической палкой, скакалкой, обручем, мячом) по выбору студента	10
7	Выполнение практического задания № 5 Практическая работа № 5 составление части занятия направленного на формирование правильной осанки и сводов стопы (возраст по выбору студента) Включая полосы препятствий	5
8	Выполнение практического задания № 6 Практическая работа № 6 составление комплекса с использованием физических упражнений направленных на коррекцию осанки для детей 5-6 лет (Кифоз или лордоз по выбору студента)	5
9	Посещение занятий	10
	Зачёт	20
	ИТОГО	100 баллов

2 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение практического задания №1 Практическая работа № 7 составление конспекта комплексного занятия для детей с избыточным весом используя ритм блок «квадрат» с последовательным замещением в вершинах квадрата движения «марш», на движение по выбору студента, и комплекс упражнений с использованием облегчённых и.п.)	10
2	Выполнение практического задания № Практическая работа № 8. Постановка танца используя, средства ритмической гимнастики и оздоровительной аэробики, составить танец на 32 счёта, включая два перемещения по залу.	10
3	Выполнение практического задания № 3 Практическая работа № 9. Разработать конспект комплексного занятия для детей 5-6 лет включающий в основную часть занятия, комплекс "Круговой тренировки" направленный на воспитание (одного из основных физических качеств) и подвижную игру .	15
4	Выполнение практического задания № 4 Практическая работа №10. Разработать конспект комплексного занятия для детей 4,5, 6 лет (возраст по выбору студента) включающий в основную часть занятия разучивание одного из упражнений -раздел гимнастика, легкая атлетика , спортивные игры (элементы баскетбола , футбола) и эстафету.	15
5	Реферат	10
6	Посещение занятий т	10
7	Экзамен	30
	ИТОГО	100 баллов

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.
- Предусмотрены дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов студентам, пропустившим занятия по уважительной причине. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым студентом.
- По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

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
Оценка по 5-ти бальной шкале	2		3	4	5	
Оценка по шкале ECTS	F Неуд.	E Посредств.	D Удовл.	C Хор.	B Оч. Хорошо	A Отлич.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса)» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 2 год обучения, направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура» направленности (профилю) «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» заочной и заочной ускоренной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Методики комплексных форм физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3,4 семестр. заочная форма обучения, и заочная ускоренная форма обучения.

Форма промежуточной аттестации: зачёт/ экзамен.

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

Заочная форма обучения, заочная ускоренная форма обучения 3 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Проведение комплекса утренней гигиенической гимнастики для детей 7-8 лет. (используя имитационные упражнения)	10
2	Проведение утренней гигиенической гимнастики для детей 9-10 лет с предметами (гимнастической палкой, скакалкой, обручем, мячом)	10
3	Проведение комплексного урока для детей 1 класса с использованием в основной части средств гимнастики	10
4	Проведение комплексного урока для детей 2 класса с использованием в основной части средств гимнастики.	10
5	Проведение комплекса или части занятия с использованием упражнений направленных на коррекцию осанки для детей 9-10	10
6	Доклад по теме: ЗОЖ.(по выбору студента один из компонентов)	10
7	Доклад по теме «Воспитание основных физических качеств, у детей младшего школьного возраста»(по выбору преподавателя)	10
8	Опрос по темам: 1. Специфические функции физической культуры. 2. Физические упражнения как средства физической культуры. 3. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса упражнения	10
	Зачёт	20
	ИТОГО	100 баллов

4 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Проведение комплексного урока для детей 3 класса с игровой направленностью	10
2	Проведение урока направленного на воспитание общей выносливости и ДКС средствами из материала оздоровительной аэробики и ритмической гимнастики для детей 7-8 лет	10
3	Проведение комплексного урока для детей 4 –ого класса с использованием средств ФК (гимнастики, оздоровительной аэробики, подвижных игр)	10
4	Провести часть урока в виде полос препятствий, используя учебный материал для детей младшего школьного возраста (лазание, ползание, перелезание)	10
5	Составить и провести комплекс Круговой тренировки для детей 7,8,9,10 лет, направленного на развитие одного из основных физических качеств по заданию	5

	преподавателя.	
6	Метод круговой тренировки у школьников младших классов с использованием различных средств ФК (по выбору преподавателя)	10
7	Разработка плана спортивного праздника для детей младшего школьного возраста.	5
8	Подготовка конспектов 3-4 семестр каждый конспект оценивается от 0.5 балла	10
9	Экзамен	30
	ИТОГО	100

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.
- Предусмотрены дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов студентам, пропустившим занятия по уважительной причине. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым студентом.
- По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

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
Оценка по 5-ти бальной шкале	2		3	4	5	
Оценка по шкале ECTS	F Неуд.	E Посредств.	D Удовл.	C Хор.	B Оч. Хорошо	A Отлич.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса)» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 3 год обучения , направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура» направленности (профилю) «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» заочной и заочной ускоренной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: методики комплексных форм физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5, 6 семестр . заочная форма обучения , и заочная ускоренная форма обучения.

Форма промежуточной аттестации: зачёт/ экзамен.

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

Заочная форма обучения, заочная ускоренная форма обучения 5 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос «Организационно-методические особенности физического воспитания детей среднего школьного возраста»	10
2	Опрос «Принцип сознательности и активности. Основные требования к реализации в физическом воспитании этих принципов.»	10
3	Разработка конспектов и проведение урока по гимнастике для учеников 10-11 кл.	15
4	Опрос «Организационно-методические особенности физического воспитания детей старшего школьного возраста»	10
5	Разработка конспекта и проведение комплексного урока для учащихся средней школы	10
6	Разработка конспекта и проведение комплексного урока для учащихся старшей школы	10
7	Формулировка темы выбранной ВКР, обоснование актуальности, цели, задач и методов исследования	5
8	Изложение и анализ литературных источников по избранной теме ВКР в научно-методической литературе	5
9	«Методическое моделирование и проведение урока комплексного типа с прикладной направленностью для детей среднего и старшего школьного возраста»	5
10	Зачёт	20
	Итого	100

6 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Разработка и проведение конспекта круговой тренировки комплексного типа.	10
2	Опрос «Организационно-методические основы организации физического воспитания в системе дополнительного образования»	10
3	Разработка сценария спортивного мероприятия для учащихся средних и старших классов.	10
4	Проведение спортивного мероприятия для учащихся средних и старших классов.	15
5	Разработать и провести комплексный урок с применением многокомплексного оборудования для школьников средних и старших классов (возраст по выбору	5

	преподавателя)	
6	Написать организацию исследования по теме избранной ВКР. Описать методики исследования	10
7	Подготовка конспектов 5-6 семестр каждый конспект оценивается от балла	10
	Экзамен	30
	ИТОГО	100 баллов

Дифференцированный зачёт по курсовой работе

Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
<i>Оформление курсовой работы с полученными результатами исследования в виде таблиц и рисунков</i>	<i>39, 40 недели</i>	<i>100</i>

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.
- Предусмотрены дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов студентам, пропустившим занятия по уважительной причине. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым студентом.
- По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

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
Оценка по 5-ти бальной шкале	2		3	4	5	
Оценка по шкале ECTS	F Неуд.	E Посредств.	D Удовл.	C Хор.	B Оч. Хорошо	A Отлич.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса)» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 4 год обучения, направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура» направленности (профилю) «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» заочной и заочной ускоренной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: методики комплексных форм физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7,8 семестр, заочная форма обучения, и заочная ускоренная форма обучения.

Форма промежуточной аттестации: зачёт/ экзамен.

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

Заочная форма обучения, заочная ускоренная форма обучения 7 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Составить конспект занятия физическими упражнениями по типу комплексное занятие в ВУЗе	15
2	Составить конспект занятия физическими упражнениями по типу комплексное занятие в группах здоровья и ОФП для лиц старшей возрастной группы	15
3	<i>Подготовка ВКР для предварительного рецензирования</i>	20
4	<i>Подготовка доклада и презентации для предварительной апробации ВКР</i>	15
5	<i>Посещение занятий</i>	15
6	Зачёт	20
	Итого	100

– 8 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Составить конспект занятия физическими упражнениями по типу круговой тренировки направленной на развитие координационных способностей с элементами спортивных игр для студенческой молодежи	10
2	Составить конспект занятия физическими упражнениями по типу функциональная тренировка в группах здоровья	10
3	Составить конспект занятия физическими упражнениями для лиц имеющих отклонения в состоянии здоровья.	10
4	Реферат на тему «Использование тренажеров в занятиях с направленностью ППФП и физкультурно-оздоровительных занятиях в группах здоровья»	20
5	Подготовка конспектов в 1 семестре, каждый конспект оценивается от 0.5 – до 1 балла	10
6	Посещаемость	10
7	Экзамен	30
10	ИТОГО	100 баллов

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от

максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.

- Предусмотрены дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов студентам, пропустившим занятия по уважительной причине. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым студентом.
- По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

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
Оценка по 5-ти бальной шкале	2		3	4	5	
Оценка по шкале ECTS	F Неуд.	E Посредств.	D Удовл.	C Хор.	B Оч. Хорошо	A Отлич.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса)» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 5 год обучения, направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура» направленности (профилю) «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: методики комплексных форм физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 9,10 семестр. заочная форма обучения.

Форма промежуточной аттестации: зачёт/ экзамен.

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

Заочная форма обучения 9 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Составить конспект занятия физическими упражнениями на силовых тренажёрах и со свободными весами для лиц зрелого возраста	10
2	Составить конспект занятия физическими упражнениями по для лиц пожилого возраста.	10
3	Разработать и провести занятия по ОФП для лиц зрелого возраста с преимущественным развитием определенного физического качества	10
4	<i>Подготовка доклада и презентации для предварительной апробации ВКР</i>	35
5	Посещение занятий	15
6	Зачёт	20
7	Итого	100

– Заочная форма обучения 10 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Составить конспект занятия по аэробике средней интенсивности для женщин зрелого возраста	15
2	Составить конспект занятия по аэробике элементами высокой интенсивности для женщин зрелого возраста	10
3	Реферат на тему «Особенности методики проведения занятий оздоровительной направленности со взрослым населением»	20
4	Подготовка конспектов в 1 семестре, каждый конспект оценивается от 0.5 – до 1 балла	10
5	Посещаемость	15
6	Экзамен	30
	ИТОГО	100 баллов

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

- Предусмотрены дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов студентам, пропустившим занятия по уважительной причине. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым студентом.
- По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

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
Оценка по 5-ти бальной шкале	2		3	4	5	
Оценка по шкале ECTS	F Неуд.	E Посредств.	D Удовл.	C Хор.	B Оч. Хорошо	A Отлич.

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



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра Методики комплексных форм физической культуры

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.Б.20 ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА
(теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и
фитнеса)»**

Направление подготовки: **49.03.01 – «Физическая культура»**
(код и наименование)

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017г.

1. Общая трудоемкость дисциплины составляет 45 зачетных единиц заочная форма обучения., 36 зачётных единиц заочная ускоренная форма обучения, 1692 академических часов.

2. Семестры освоения дисциплины: 1- 8 семестры, заочная ускоренная форма обучения, 1-10 семестры заочная форма обучения.

3. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса)» по профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта», в соответствии с общими целями основной образовательной программы (ООП) высшего образования, является:

- формирование у студентов профессиональной компетентности (практических умений, теоретико-методических знаний, мотивационно–ценностных качеств личности) организации занятий, мероприятий рекреационно-оздоровительной направленности программам и массовым формам физической культуры с различными социально-демографическими контингентами населения в учебной и производственной деятельности, в сфере досуга и рекреации. Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта» реализуется на русском языке.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование	Заочная форма обучения	Заочная форма обучения ускоренное обучение
1	2	3	4
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 спортивно-оздоровительного этапа стандартов по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности	5-8	4-6
	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта; - разрабатывать и реализовывать тренировочные программы физкультурно-оздоровительной деятельности с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов	7-9	4-8

	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками планирования и проведения тренировочных занятий по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований спортивно-оздоровительного этапа Федерального стандарта спортивной подготовки по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности 	9-10	6-8
ОПК-6	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - состав средств и методов по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности при проведении занятий рекреационно-оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста 	3-9	1-7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять средства и методы по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при проведении занятий с лицами различного пола и возраста 	6-8	4-6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками формирования здорового образа жизни средствами физкультурно-оздоровительной деятельности; - построения тренировочных программ оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов. 	8-10	6-8
ОПК-8	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий по базовым видам спорта; - документы планирования и проведения массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий; - особенности организации и проведения массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий различного уровня; - обязанности организаторов и судей массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий. 	4-9	2-7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать и проводить массовые физкультурно-оздоровительные соревнования, мероприятия различного уровня; - осуществлять объективное судейство массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий. 	6-9	4-7
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство этих 	6-9	4-7

	соревнований.		
ОПК-11	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 научного анализа результатов исследований; - методы формулирования и представления обобщений и выводов. 	4-10	2-8
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выявлять актуальные вопросы в сфере массовой физической культуры и спорта - применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере массовой физической культуры и спорта; - интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физкультурно-оздоровительной деятельности; - применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы. 	7-10	4-6
	<p>Владеть:</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. 	7-9	5-7
ПК-8	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - истоки и эволюцию формирования теории и методики физкультурно-оздоровительной деятельности; - медико-биологические и психологические основы и технологии преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта. 	3-8	1-6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать на занятиях преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности знания об истоках и эволюции формирования теории и методики физкультурно-оздоровительной деятельности, медико-биологических и психологических основ тренировки преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности. 	3-8	1-6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умениями осуществлять тренерскую деятельность преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ тренировки 	4-9	2-7

	преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - современными технологиями тренировки преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности.		
ПК-9	Знать: - психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной физкультурно-спортивной конкуренции.	6-8	4-6
	Уметь: - использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта в практической работе с занимающимися в целях формирования у них мотивации к занятиям преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности и воспитания моральных принципов честной физкультурно-спортивной конкуренции.	6-8	4-6
	Владеть: - умением формировать мотивацию к занятиям преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной физкультурно-спортивной конкуренции.	7-9	5-7
ПК-10	Знать: - теоретико-методические основы мониторинга физического состояния на различных этапах физкультурно-оздоровительной деятельности; - методики мониторинга физического состояния в физкультурно-оздоровительной деятельности; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся.	6-8	4-6
	Уметь: - эффективно применять педагогические методы (тесты) при мониторинге физического состояния; - определять предрасположенность к занятиям определенными видами физкультурно-оздоровительной деятельности; - анализировать показатели мониторинга физического состояния (способности) различных возрастно-половых контингентов (или групп) населения; - использовать антропометрические, физические и психические особенности занимающихся при мониторинге физического состояния.	6-8	4-6
	Владеть: - умением реализовывать показатели мониторинга физического состояния с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся.	7-9	5-7

ПК-11	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - федеральный стандарт спортивной подготовки по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. Примерные программы подготовки на спортивно-оздоровительном этапе по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - закономерности физкультурно-спортивного совершенствования на спортивно-оздоровительном этапе и формирования адаптационных процессов в ведущих функциональных системах; - содержание тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе детско-юношеского и массового спорта; - медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку на спортивно-оздоровительном этапе по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - методы планирования тренировочного процесса. 	5-9	3-7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (подготовки по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности). 	5-9	3-7
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий спортивно-оздоровительного этапа по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности 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 уровня физической подготовленности. 	5-9	3-7
ПК-13	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды и методы мониторинга физического состояния и учета его результатов в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности лиц различных возрастно-половых контингентов (или групп) населения; - содержание и организацию мониторинга за физическим состоянием лиц различных возрастно-половых контингентов (или групп) населения; - актуальные технологии управления физическим состоянием лиц различных возрастно-половых контингентов (или групп) населения 	5-9	3-7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - комплектовать батареи тестов для различных видов (разделов) базовых видов физкультурно-спортивной деятельности и организовывать их проведение; 	5-9	3-7

	<ul style="list-style-type: none"> - пользоваться профессиональным инструментарием для сбора информации; - фиксировать, анализировать и обобщать результаты мониторинга физического состояния; - находить организационные решения для коррекции физического состояния занимающихся. 		
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способностью использовать актуальные для базовых видов физкультурно-спортивной деятельности технологии управления физическим состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию. 	5-9	3-7
ПК-14	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики физкультурно-оздоровительной деятельности в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности; - средства и методы в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности. 	2-9	1-7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать индивидуальное педагогическое мастерство в процессе физкультурно-оздоровительных занятий; - в соответствии с особенностями физкультурно-оздоровительной деятельности демонстрировать технику движений в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности и средства выразительности. 	2-9	1-7
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способностью совершенствовать индивидуальное педагогическое мастерство; - в соответствии с особенностями физкультурно-оздоровительной деятельности владеть техникой движений в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности и средствами выразительности. 	2-9	1-7
ПК-15	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной физкультурно-оздоровительной деятельности; - эффективные средства и методы индивидуальной подготовленности в базовых видах физкультурно-оздоровительной деятельности. 	2-5	2-6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной физкультурно-оздоровительной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень подготовленности в базовых видах физкультурно-оздоровительной деятельности. 	2-5	2-6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной физкультурно-оздоровительной деятельности; - средствами и методами сохранения и поддерживать подготовленности в базовых видах физкультурно- 	6-10	2-6

	оздоровительной деятельности.		
ПК-26	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - санитарно-гигиенические нормы (СанПиН); - технологию составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации, фитнес-клуба, фитнес-центра оборудованием, экипировкой и инвентарем; - функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки; - методы составления финансовых документов. 	6-9	4-7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	6-9	4-7
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	8-10	4-7
ПК-28	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы и средства сбора информации, а также основные источники информации о теории и методике физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса; - основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - принципы организации и проведения научно-исследовательских работ; - основы теории планирования эксперимента; - способы статистической обработки полученных результатов. 	7-9	4-7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности с использованием апробированных методик; - статистически обрабатывать и анализировать результаты; - осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов исследований; - использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния занимающихся. 	7-9	5-8

	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками получения и первичной обработки информации о достижениях в теории и методике физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса 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. 	7-9	4-6
ПК-30	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы организации научного исследования; - основы научного поиска, обработки и систематизации данных. 	7-9	5-8
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов; - использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики. Изучать (обобщить) коллектив и индивидуальные особенности занимающихся. 	7-9	6-8
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности. 	9-10	7-8

5. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **47 зачетных единиц, 1692 академических часов.**

Заочная форма обучения

ПЕРВЫЙ ГОД 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	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Введение в профиль подготовки (специализацию) «Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности»	1	2	6	60		

1.1.	Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности – как научно-практическая дисциплина.	1	1	4	30		
1.2.	Характеристика основных понятий «Теории и методики физкультурно-оздоровительной деятельности».	1	1	2	30		
2.	Обобщенная характеристика медико-биологических и психолого-педагогических предпосылок ФОД детей дошкольного возраста	1		2	40		
2.1.	Общая характеристика морфофункциональных особенностей детей дошкольного и младшего школьного возраста.	1		2	20		
2.2.	Психолого-педагогические основы взаимосвязи умственной и физической деятельности детей дошкольного возраста.	1			20		
3.	Теоретико-методические основы физического воспитания детей дошкольного возраста	1	1	6	100		
3.1.	Физическое воспитание ребенка в системе образования и воспитания человека	1		2	20		
3.2.	Организационные формы занятий физическим воспитанием детей в дошкольных учреждениях и в условиях семьи	1		2	10		
3.3.	Методические особенности разновидностей двигательной подготовки детей дошкольного возраста на физкультурных занятиях. Сущность и основы методики анимационной деятельности.	1			60		
3.4.	Физическая рекреация в системе воспитания детей раннего и дошкольного возрастов	1		2	10		
4.	Технологии ФОД дошкольников в условиях ДОУ и в семье	1	1	10	43		
4.1.	Практико-методический анализ опыта физического воспитания дошкольников и деятельности преподавателя (воспитателя, инструктора, методиста)	1		2	5		
4.2.	Особенности методики формирования у дошкольников выполнения отдельных упражнений из «школы движений»	1	1	2	5		
4.3.	Комплексирование физических упражнений при формировании правильной осанки и ее коррекции на основекрепления мышц туловища, шеи и головы.	1		1	10		
	Промежуточная аттестация						Зачет
4.4.	Практико-методические особенности занятий на развитие мышц нижнего	2		2	10		

	пояса, мышц ног и формирования сводов стопы.						
4.5.	Практико-методические особенности занятий основной гимнастикой на снижение избыточного веса	2		1	3		
4.6.	Практико-методические особенности занятий физическими упражнениями в лазании, перелазании и переноске груза	2			2		
4.7.	Воспитание чувства темпа, ритма движений	2	1		2		
4.8.	Методика организации и проведения занятий на воспитание двигательных-координационных способностей	2			2		
4.9.	Методика организации и проведения утренней гимнастики с дошкольниками	2			1		
4.10.	Формирование «школы мяча»	2			1		
4.11.	Элементарные игровые задания: эстафеты, полосы препятствий, подвижные игры (в т.ч. с элементами баскетбола). Ринго	2		2	1		
4.12.	Особенности организации и методики проведения физкультурных занятий с детьми старшей и подготовительной к школе группам	2			1		
5.	Материально-техническое обеспечение физической деятельности дошкольников	2	1	2	40		
5.1.	Комплексный подход к оборудованию физкультурных залов и открытых площадок в детском саду.	2	1	1	20		
5.2.	Методика применения пособий, устройств и тренажеров в системе организационных форм физического воспитания дошкольников	2		1	20		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен
	Итого за год		6	26	283	9	

ВТОРОЙ ГОД 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.	Теоретико-методические основы	3	4	10	100		

	физического воспитания детей младшего школьного возраста						
1.1.	Общая характеристика морфофункциональных особенностей детей младшего школьного возраста	3	1		10		
1.2.	Психолого-педагогические основания физкультурной деятельности детей младшего школьного возраста.	3	1		10		
1.3.	Нормативные документы, регламентирующие содержание физкультурного образования учащихся средней общеобразовательной школы.	3	1	2	10		
1.4.	Содержание и особенности методики проведения уроков с образовательной и оздоровительной направленностью различного типа	3	1	2	25		
1.5.	Организационно-методические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий в младшем школьном возрасте.	3		2	10		
1.6.	Организация и методика проведения различных форм занятий урочного типа	3		2	10		
1.7.	Методические основы комплексного урока физической культуры с учащимися I-IV классов общеобразовательной школы	3		2	25		
2.	Практико-методическое комплексирование базовых видов физических упражнений	3		22	100		
2.1.	Особенности методики формирования «школы движений» у школьников I-IV классов на основе комплексного использования средств базовых видов физической культуры комплексной программы физического воспитания.	3		2	10		
2.2.	Комплексирование видов физических упражнений для закрепления и коррекции осанки, укрепления сводов стопы.	3		4	10		
2.3.	Физические упражнения для укрепления мышц туловища, нижнего пояса и ног	3		8	10		
2.4.	Методика воспитания «чувства ритма» на основе комплексного использования музыки с физическими упражнениями,	3	1	2	10		

	(музыкально-ритмические упражнения).						
	Промежуточная аттестация						Зачет
2.5.	Комплексное использование методов и педагогических приемов при обучении двигательным действиям	4	1	2	20		
2.6.	Дифференцированный подход к подбору физических упражнений для воспитания двигательных координационных способностей и развития жизненно-важных физических качеств школьников I-IV классов.	4		2	20		
2.7.	Организация и методика проведения комплексных форм занятий урочного типа со школьниками I-IV классов.	4		2	10		
2.8.	Требования и учебные нормативы по комплексной оценке навыков, умений, уровня физической подготовленности детей 6/7-10 лет.	4			10		
3.	Физическая рекреация в системе основного и дополнительного образования школьников	4			50		
3.1.	Основные аспекты содержания физической рекреации школьников. Особенности проведения физкультурно-оздоровительных программ детей школьного возраста	4			50		
4.	Основы туристско-краеведческой работы	4			53		
4.1.	Содержание и обеспечение туристско-краеведческой работы в дошкольных учреждениях и начальной школе.	4			53		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен
	Итого за год		6	32	313	9	

ТРЕТИЙ ГОД 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.	Теоретико-методические основы	5		2	40		

	физического воспитания учащихся средних и старших классов						
1.1.	Методические особенности физического воспитания учащихся средних классов	5		2	16		
1.2.	Методические особенности физического воспитания учащихся старшего школьного возраста	5			8		
1.3.	Общие методические правила моделирования урочных форм занятий комплексного вида в общеобразовательной школе и ССУЗ	5			16		
2.	Организационно-методические особенности воспитания физических качеств учащихся на занятиях в общеобразовательной школе и в ссузах	5	2	4	100		
2.1.	Основы методики проведения уроков, направленных на развитие ДКС учащихся средних и старших классов	5		2	10		
2.2.	Особенности методики применения комплексов упражнений, направленных на воспитание двигательных способностей (ловкости) учащихся средних и старших классов	5			10		
2.3.	Организационно-методические особенности проведения комплексов упражнений на воспитание силовых способностей учащихся средних и старшекласников	5			10		
2.4.	Особенности проведения занятий, направленных на воспитание быстроты (скоростных способностей) учащихся средних и старших классов	5			10		
2.5.	Особенности методики воспитания выносливости в процессе физического воспитания учащихся средних и старших классов	5			20		
2.6.	Основы методики проведения уроков на развитие гибкости	5			20		
2.7.	Организационно-методические особенности проведения круговой тренировки, направленной на воспитание двигательных способностей и физических качеств	5	2		20		
3.	Особенности методики проведения комплексных уроков с учащимися 5-11 классов	5	2	16	100		
3.1.	Характерные черты методики проведения комплексных уроков физической культуры с учащимися V-VI классов.	5	2	4	20		
	Промежуточная аттестация						Зачет

3.2.	Особенности методики проведения комплексных уроков физической культуры с учащимися VII-VIII классов	6		4	20		
3.3.	Особенности методики проведения комплексных уроков физической культуры с учащимися IX, X и XI классов	6		4	20		
3.4.	Особенности методики проведения и организации комплексного урока профессионально-прикладной направленности учащимися X-XI классов, в ССУЗ	6		4	20		
3.5.	Особенности методики организации и проведения массовых соревнований общей физической подготовленности по комплексным программам	6			20		
4.	Организация, подготовка и проведение массовых спортивно-художественных праздников и рекреативно-оздоровительных мероприятий	6		4			
4.1.	Организация, подготовка и проведение массовых спортивно-художественных праздников	6		2			
4.2.	Организационно-методические особенности физической рекреации учащихся V-XI классов и ССУЗ	6		1			
4.3.	Методика разработки и записи программы выступления, составление сценарного плана	6		1			
5.	Технология выполнения нир по физкультурно-оздоровительной деятельности	6	2		23		
5.1.	Выпускная квалификационная работа – как форма научно-исследовательской работы студентов	6	2		23		
6.	Материально-техническое обеспечение занятий в общеобразовательной школе и ССУЗах	6		4	20		
6.1.	Специфические особенности методики проведения комплексных уроков с применением многокомплектного оборудования	6		2	6		
6.2.	Конструктивные особенности физкультурно-спортивного оборудования	6		2	6		
6.3.	Методические требования комплексного оборудования открытых площадок для массовых занятий физическими упражнениями (городки общей физической подготовки)	6			8		

	Промежуточная аттестация					9	Экзамен
	Итого за год		6	30	243	9	

ЧЕТВЁРТЫЙ ГОД 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.	Теоретико-методические аспекты физической культуры студенческой молодежи и взрослого населения	7	2	8	100		
1.1.	Методические особенности комплексных занятий с лицами 1 и 2 зрелого возраста	7	2	4	50		
1.2.	Организационно-методические особенности комплексных занятий в группах здоровья и ОФП	7		4	50		
2.	Формирование профессиональных умений комплексирования средств и форм проведения занятий со взрослыми	7	2	12	100		
2.1.	Формирование профессиональных умений комплексного применения методических приемов при обучении двигательным действиям взрослых	7	1	2	20		
2.2.	Практикум по формированию профессионально-практических умений организации и проведения совокупностей разнородных средств, направленных на гармоничное развитие координационных способностей и физических качеств студентов	7		4	20		
	Промежуточная аттестация						Курсовая работа, Зачет
2.3.	Практикум по формированию профессионально-практических умений организации и проведения комплексных уроков со студентами	8		2	20		
2.4.	Характерные черты методики построения и преподавания комплексных оздоровительных	8	1	2	20		

	программ в системе занятий групп здоровья						
2.5.	Структура и содержание физической культуры и спорта инвалидов	8		2	20		
3.	Методика занятий на тренажерах со студентами и лицами зрелого возраста	8	2	10	115		
3.1.	Использование тренажеров в занятиях с направленностью ППФП и физкультурно-оздоровительных занятиях в группах здоровья	8	2	10	115		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен
	Итого за год		6	30	315	9	

ПЯТЫЙ ГОД 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.	Теоретико-методические аспекты физической культуры взрослого населения	9	4	8	100		
1.2.	Организационно-методические особенности комплексных занятий в группах здоровья и ОФП	9	4	8	100		
2.	Формирование профессиональных умений комплексирования средств и форм проведения занятий со взрослыми	9	2	12	100		
2.1.	Формирование профессиональных умений комплексного применения методических приемов при обучении двигательным действиям взрослых.	9	1	2	20		
2.2.	Практикум по формированию профессионально-практических умений организации и проведения совокупностей разнородных средств, направленных на поддержание уровня координационных способностей и физических качеств	9		4	20		

	лиц старшего и пожилого возраста.						
	Промежуточная аттестация						Зачет
2.3.	Практикум по формированию профессионально-практических умений организации и проведения комплексных занятий с лицами старшего и пожилого возраста.	10-		2	20		
2.4.	Характерные черты методики построения и преподавания комплексных оздоровительных программ в системе занятий групп здоровья	10	1	4	40		
3.	Методика занятий на тренажерах с лицами зрелого возраста	10	2	18	105		
3.1.	Использование тренажеров в занятиях с направленностью ППФП и физкультурно-оздоровительных занятиях в группах здоровья	10	2	18	105		
	Итого за год		8	38	305		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен
	Итого		32	156	1459	45	1692

ЗАОЧНАЯ УСКОРЕННАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ ПЕРВЫЙ ГОД 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	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Введение в профиль подготовки (специализацию) «Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности»	1	2	6	60		
1.1.	Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности – как научно-практическая дисциплина.	1	1	4	30		
1.2.	Характеристика основных понятий «Теории и методики физкультурно-оздоровительной деятельности».	1	1	2	30		
2.	Обобщенная характеристика медико-биологических и психолого-педагогических предпосылок ФОД детей дошкольного возраста	1		2	40		

2.1.	Общая характеристика морфофункциональных особенностей детей дошкольного и младшего школьного возраста.	1		2	20		
2.2.	Психолого-педагогические основы взаимосвязи умственной и физической деятельности детей дошкольного возраста.	1			20		
3.	Теоретико-методические основы физического воспитания детей дошкольного возраста	1	1	6	164		
3.1.	Физическое воспитание ребенка в системе образования и воспитания человека	1	1	2	30		
3.2.	Организационные формы занятий физическим воспитанием детей в дошкольных учреждениях и в условиях семьи	1		2	34		
3.3.	Методические особенности разновидностей двигательной подготовки детей дошкольного возраста на физкультурных занятиях. Сущность и основы методики анимационной деятельности.	1			60		
3.4.	Физическая рекреация в системе воспитания детей раннего и дошкольного возрастов	1		2	40		
4.	Технологии ФОД дошкольников в условиях ДОУ и в семье	1	2	8	143		
4.1.	Практико-методический анализ опыта физического воспитания дошкольников и деятельности преподавателя (воспитателя, инструктора, методиста)	1		1	10		
4.2.	Особенности методики формирования у дошкольников выполнения отдельных упражнений из «школы движений»	1	1	1	10		
4.3.	Комплексирование физических упражнений при формировании правильной осанки и ее коррекции на основекрепления мышц туловища, шеи и головы.	1	1	1	10		
4.4.	Практико-методические особенности занятий на развитие мышц нижнего пояса, мышц ног и формирования сводов стопы.	2		2	10		
4.5.	Практико-методические особенности занятий основной гимнастикой на снижение избыточного веса	2		1	13		

4.6.	Практико-методические особенности занятий физическими упражнениями в лазании, перелазании и переноске груза	2			20		
4.7.	Воспитание чувства темпа, ритма движений	2	1		20		
4.8.	Методика организации и проведения занятий на воспитание двигательного-координационных способностей	2			10		
4.9.	Методика организации и проведения утренней гимнастики с дошкольниками	2			10		
4.10.	Формирование «школы мяча»	2			10		
4.11.	Элементарные игровые задания: эстафеты, полосы препятствий, подвижные игры (в т.ч. с элементами баскетбола). Ринго	2		2	10		
4.12.	Особенности организации и методики проведения физкультурных занятий с детьми старшей и подготовительной к школе группам	2			10		
5.	Материально-техническое обеспечение физкультурной деятельности дошкольников	2	1	2	40		
5.1.	Комплексный подход к оборудованию физкультурных залов и открытых площадок в детском саду.	2	1	1	20		
5.2.	Методика применения пособий, устройств и тренажеров в системе организационных форм физического воспитания дошкольников	2		1	20		
	Итого за год		6	24	447		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен

ВТОРОЙ ГОД 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.	Теоретико-методические основы физического воспитания детей младшего школьного возраста	3	4	10	140		
1.1.	Общая характеристика морфофункциональных особенностей детей младшего школьного возраста	3	1		20		
1.2.	Психолого-педагогические основания физкультурной деятельности детей младшего школьного возраста.	3	1		20		
1.3.	Нормативные документы, регламентирующие содержание физкультурного образования учащихся средней общеобразовательной школы.	3	1	2	10		
1.4.	Содержание и особенности методики проведения уроков с образовательной и оздоровительной направленностью различного типа	3	1	2	25		
1.5.	Организационно-методические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий в младшем школьном возрасте.	3		2	20		
1.6.	Организация и методика проведения различных форм занятий урочного типа	3		2	20		
1.7.	Методические основы комплексного урока физической культуры с учащимися I-IV классов общеобразовательной школы	3		2	25		
2.	Практико-методическое комплексирование базовых видов физических упражнений	3	2	10	160		
2.1.	Особенности методики формирования «школы движений» у школьников I-IV классов на основе комплексного использования средств базовых видов физической культуры комплексной программы физического воспитания.	3		2	30		
2.2.	Комплексирование видов физических упражнений для закрепления и коррекции осанки, укрепления сводов стопы.	3		1	30		

2.3.	Физические упражнения для укрепления мышц туловища, нижнего пояса и ног	3		1	20		
2.4.	Методика воспитания «чувства ритма» на основе комплексного использования музыки с физическими упражнениями, (музыкально-ритмические упражнения).	3	1	1	20		
2.5.	Комплексное использование методов и педагогических приемов при обучении двигательным действиям	4	1	2	20		
2.6.	Дифференцированный подход к подбору физических упражнений для воспитания двигательных-координационных способностей и развития жизненно-важных физических качеств школьников I-IV классов.	4		2	20		
2.7.	Организация и методика проведения комплексных форм занятий урочного типа со школьниками I-IV классов.	4		1	10		
2.8.	Требования и учебные нормативы по комплексной оценке навыков, умений, уровня физической подготовленности детей 6/7-10 лет.	4			10		
3.	Физическая рекреация в системе основного и дополнительного образования школьников	4			50		
3.1.	Основные аспекты содержание физической рекреации школьников Особенности проведения физкультурно-оздоровительных программ детей школьного возраста	4			50		
4.	Основы туристско-краеведческой работы	4			101		
4.1.	Содержание и обеспечение туристско-краеведческой работы в дошкольных учреждениях и начальной школе.	4			101		
	Итого за год		6	20	451		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен

ТРЕТИЙ ГОД 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.	Теоретико-методические основы физического воспитания учащихся средних и старших классов	5		2	40		
1.1.	Методические особенности физического воспитания учащихся средних классов	5		2	16		
1.2.	Методические особенности физического воспитания учащихся старшего школьного возраста	5			8		
1.3.	Общие методические правила моделирования урочных форм занятий комплексного вида в общеобразовательной школе и ССУЗ	5			16		
2.	Организационно-методические особенности воспитания физических качеств учащихся на занятиях в общеобразовательной школе и в ссузах	5	2	4	100		
2.1.	Основы методики проведения уроков, направленных на развитие ДКС учащихся средних и старших классов	5		2	10		
2.2.	Особенности методики применения комплексов упражнений, направленных на воспитание двигательного-координационных способностей (ловкости) учащихся средних и старших классов	5			10		
2.3.	Организационно-методические особенности проведения комплексов упражнений на воспитание силовых способностей учащихся средних и старшекласников	5			10		
2.4.	Особенности проведения занятий, направленных на воспитание быстроты (скоростных способностей) учащихся средних и старших классов	5			10		
2.5.	Особенности методики воспитания выносливости в процессе физического воспитания учащихся средних и старших классов	5			20		
2.6.	Основы методики проведения уроков на развитие гибкости	5			20		
2.7.	Организационно-методические особенности проведения круговой тренировки, направленной на воспитание двигательных способностей и физических качеств	5	2		20		

3.	Особенности методики проведения комплексных уроков с учащимися 5-11 классов	5	2	6	68		
3.1.	Характерные черты методики проведения комплексных уроков физической культуры с учащимися V-VI классов.	5	2	2	10		
3.2.	Особенности методики проведения комплексных уроков физической культуры с учащимися VII-VIII классов	6		2	10		
3.3.	Особенности методики проведения комплексных уроков физической культуры с учащимися IX, X и XI классов	6		1	10		
3.4.	Особенности методики проведения и организации комплексного урока профессионально-прикладной направленности учащимися X-XI классов, в ССУЗ	6		1	10		
3.5.	Особенности методики организации и проведения массовых соревнований общей физической подготовленности по комплексным программам	6			10		
4.	Организация, подготовка и проведение массовых спортивно-художественных праздников и рекреативно-оздоровительных мероприятий	6		4			
4.1.	Организация, подготовка и проведение массовых спортивно-художественных праздников	6		2			
4.2.	Организационно-методические особенности физической рекреации учащихся V-XI классов и ССУЗ	6		1			
4.3.	Методика разработки и записи программы выступления, составление сценарного плана	6		1			
5.	Технология выполнения нир по физкультурно-оздоровительной деятельности	6	2		23		
5.1.	Выпускная квалификационная работа – как форма научно-исследовательской работы студентов	6	2		23		
6.	Материально-техническое обеспечение занятий в общеобразовательной школе и ссузах	6	2	4	20		
6.1.	Специфические особенности методики проведения комплексных уроков с применением многокомплектного оборудования	6	2	2	6		
6.2.	Конструктивные особенности физкультурно-спортивного	6		2	6		

	оборудования						
6.3.	Методические требования комплексного оборудования открытых площадок для массовых занятий физическими упражнениями (городки общей физической подготовки)	6			8		
	Итого за год		8	20	251		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен

ЧЕТВЁРТЫЙ ГОД 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.	Теоретико-методические аспекты физической культуры студенческой молодежи и взрослого населения	7	2	4	100		
1.1.	Методические особенности комплексных занятий в ВУЗе	7	2	2	50		
1.2.	Организационно-методические особенности комплексных занятий в группах здоровья и ОФП	7		2	50		
2.	Формирование профессиональных умений комплексирования средств и форм проведения занятий со студентами и взрослыми	7	4	6	180		
2.1.	Формирование профессиональных умений комплексного применения методических приемов при обучении двигательным действиям студентов и взрослых	7	2	2	30		
2.2.	Практикум по формированию профессионально-практических умений организации и проведения совокупностей разнородных средств, направленных на гармоничное развитие координационных способностей и физических качеств студентов	7		1	30		
2.3.	Практикум по формированию профессионально-практических умений организации и проведения	8		1	30		

	комплексных уроков со студентами						
2.4.	Характерные черты методики построения и преподавания комплексных оздоровительных программ в системе занятий групп здоровья	8	2	1	30		
2.5.	Структура и содержание физической культуры и спорта инвалидов	8		1	20		
3.	Методика занятий на тренажерах со студентами и лицами зрелого возраста	8	2	10	115		
3.1.	Использование тренажеров в занятиях с направленностью ППФП и физкультурно-оздоровительных занятиях в группах здоровья	8	2	10	115		
	Итого за год		8	20	395		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен
	Итого		28	84	1544	36	1692

—

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра методики комплексных форм физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.20 ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА»
(Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 66 от «26» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Методики комплексных форм физической культуры
Протокол № 23 от «26» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Методики комплексных форм физической культуры
Протокол № __ от «__» _____ 201__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Методики комплексных форм физической культуры
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составители:

Гониянц Степан Александрович (общая редакция) – к.п.н., профессор, зав.
кафедрой МКФФК

Адамова Илона Владимировна – к.п.н., доцент кафедры МКФФК;

Сиднева Лариса Валентиновна – к.п.н., доцент кафедры МКФФК;

Резенова Мария Владимировна – преподаватель кафедры МКФФК

Гридчина Людмила Анатольевна – старший преподаватель кафедры МКФФК

Рецензент:

Вовк С.И., д.п.н., профессор, заведующий кафедрой Теоретико-методических
основ физической культуры и спорта

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта» (Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса) по профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта», в соответствии с общими целями основной образовательной программы (ООП) высшего образования, является формирование у студентов профессиональной компетентности (практических умений, теоретико-методических знаний, мотивационно-ценностных качеств личности) организации занятий, мероприятий рекреационно-оздоровительной направленности программам и массовым формам физической культуры с различными социально-демографическими контингентами населения в учебной и производственной деятельности, в сфере досуга и рекреации.

Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта» (Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса) профиля «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» относится к базовой части ФГОС ВО по направлению 49.03.01 – «Физическая культура».

В программе систематизировано раскрываются оздоровительная направленность и технология укрепления здоровья занимающихся, пути и условия приобщения детей, учащейся молодёжи и взрослых к занятиям по государственным программам и к различным физкультурно-оздоровительным формам, специально организованной и самостоятельной физкультурной деятельности, в условиях семейного быта, расширенного отдыха и рекреации.

Особое место занимает содержание материала, непосредственно формирующего практико-методические умения проведения занятий физическими упражнениями в различных звеньях физкультурной практики: в детских садах, школах, лицеях, гимназиях, специальных учебных заведениях и вузах, в производственных коллективах физической культуры, на спортивных сооружениях, по месту жительства, в сфере массового отдыха, фитнеса и рекреации.

Естественно, что «Теория и методика избранного вида спорта» (Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса) - междисциплинарная дисциплина. Она базируется и органически связана с профилирующими дисциплинами учебных циклов специального образования в сфере физической культуры - «Теория и методика физической культуры», базовыми видами физкультурно-спортивной деятельности, (гимнастика, л/а, л/с, плавание, игры и т.д.), дисциплинами медико-биологического и психолого-педагогического циклов.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	наименование	Очная форма обучения
1	2	3
ОПК-3	Знать: - основы теории и методики физической культуры и спорта; - принципы и методы обучения; - медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся;	4-6
	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта; - разрабатывать и реализовывать тренировочные программы физкультурно-оздоровительной деятельности с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов	4-8
	Владеть: - навыками планирования и проведения тренировочных занятий по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований спортивно-оздоровительного этапа Федерального стандарта спортивной подготовки по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности	6-8
ОПК-6	Знать: состав средств и методов по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности при проведении занятий рекреационно-оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста	1-7
	Уметь: применять средства и методы по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при проведении занятий с лицами различного пола и возраста	4-6
	Владеть: - навыками формирования здорового образа жизни средствами физкультурно-оздоровительной деятельности; - построения тренировочных программ оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов.	6-8
ОПК-8	Знать: - правила массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий по базовым видам спорта; - документы планирования и проведения массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий;	2-7

	<ul style="list-style-type: none"> - особенности организации и проведения массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий различного уровня; - обязанности организаторов и судей массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий. 	
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать и проводить массовые физкультурно-оздоровительные соревнования, мероприятия различного уровня; - осуществлять объективное судейство массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий. 	4-7
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство этих соревнований. 	4-7
ОПК-11	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 научного анализа результатов исследований; - методы формулирования и представления обобщений и выводов. 	2-8
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выявлять актуальные вопросы в сфере массовой физической культуры и спорта - применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере массовой физической культуры и спорта; - интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физкультурно-оздоровительной деятельности; - применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы. 	4-6
	<p>Владеть:</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. 	5-7
ПК-8	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - истоки и эволюцию формирования теории и методики физкультурно-оздоровительной деятельности; - медико-биологические и психологические основы и технологии преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и 	1-6

	спорта.	
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать на занятиях преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности знания об истоках и эволюции формирования теории и методики физкультурно-оздоровительной деятельности, медико-биологических и психологических основ тренировки преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности. 	1-6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умениями осуществлять тренерскую деятельность преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ тренировки преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - современными технологиями тренировки преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности. 	2-7
ПК-9	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной физкультурно-спортивной конкуренции. 	4-6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта в практической работе с занимающимися в целях формирования у них мотивации к занятиям преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности и воспитания моральных принципов честной физкультурно-спортивной конкуренции. 	4-6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умением формировать мотивацию к занятиям преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной физкультурно-спортивной конкуренции. 	5-7
ПК-10	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - теоретико-методические основы мониторинга физического состояния на различных этапах физкультурно-оздоровительной деятельности; - методики мониторинга физического состояния в физкультурно-оздоровительной деятельности; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся. 	4-6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - эффективно применять педагогические методы (тесты) при мониторинга физического состояния; 	4-6

	<ul style="list-style-type: none"> - определять предрасположенность к занятиями определенными видами физкультурно-оздоровительной деятельности; - анализировать показатели мониторинга физического состояния (способности) различных возрастно-половых контингентов (или групп) населения; - использовать антропометрические, физические и психические особенности занимающихся при мониторинге физического состояния. 	
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умением реализовывать показатели мониторинга физического состояния с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся. 	5-7
ПК-11	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - федеральный стандарт спортивной подготовки по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. Примерные программы подготовки на спортивно-оздоровительном этапе по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - закономерности физкультурно-спортивного совершенствования на спортивно-оздоровительном этапе и формирования адаптационных процессов в ведущих функциональных системах; - содержание тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе детско-юношеского и массового спорта; - медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку на спортивно-оздоровительном этапе по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - методы планирования тренировочного процесса. 	3-7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (подготовки по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности). 	3-7
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий спортивно-оздоровительного этапа по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности 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 уровня физической подготовленности. 	3-7
ПК-13	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды и методы мониторинга физического состояния и учета его результатов в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности лиц различных возрастно-половых контингентов 	3-7

	<p>(или групп) населения;</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и организацию мониторинга за физическим состоянием лиц различных возрастно-половых контингентов (или групп) населения; - актуальные технологии управления физическим состоянием лиц различных возрастно-половых контингентов (или групп) населения 	
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - скомплектовать батареи тестов для различных видов (разделов) базовых видов физкультурно-спортивной деятельности и организовывать их проведение; - пользоваться профессиональным инструментарием для сбора информации; - фиксировать, анализировать и обобщать результаты мониторинга физического состояния; - находить организационные решения для коррекции физического состояния занимающихся. 	3-7
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способностью использовать актуальные для базовых видов физкультурно-спортивной деятельности технологии управления физическим состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию. 	3-7
ПК-14	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики физкультурно-оздоровительной деятельности в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности; - средства и методы в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности. 	1-7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать индивидуальное педагогическое мастерство в процессе физкультурно-оздоровительных занятий; - в соответствии с особенностями физкультурно-оздоровительной деятельности демонстрировать технику движений в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности и средства выразительности. 	1-7
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способностью совершенствовать индивидуальное педагогическое мастерство; - в соответствии с особенностями физкультурно-оздоровительной деятельности владеть техникой движений в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности и средствами выразительности. 	1-7
ПК-15	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной физкультурно-оздоровительной деятельности; - эффективные средства и методы индивидуальной подготовленности в базовых видах физкультурно-оздоровительной деятельности. 	2-6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной физкультурно-оздоровительной деятельности; 	2-6

	<ul style="list-style-type: none"> - сохранять и поддерживать определенный уровень подготовленности в базовых видах физкультурно-оздоровительной деятельности. 	
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной физкультурно-оздоровительной деятельности; - средствами и методами сохранения и поддерживать подготовленности в базовых видах физкультурно-оздоровительной деятельности. 	2-6
ПК-26	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - санитарно-гигиенические нормы (САНПИН); - технологию составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации, фитнес-клуба, фитнес-центра оборудованием, экипировкой и инвентарем; - функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки; - методы составления финансовых документов. 	4-7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	4-7
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	4-7
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы и средства сбора информации, а также основные источники информации о теории и методике физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса; - основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - принципы организации и проведения научно-исследовательских работ; - основы теории планирования эксперимента; - способы статистической обработки полученных результатов. 	4-7
ПК-28	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности с использованием апробированных методик; - статистически обрабатывать и анализировать результаты; - осуществлять научный анализ, общение и оформление 	5-8

	<p>результатов исследований;</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния занимающихся. 	
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками получения и первичной обработки информации о достижениях в теории и методике физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса 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. 	4-6
ПК-30	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы организации научного исследования; - основы научного поиска, обработки и систематизации данных. 	5-8
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов; - использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики. Изучать (обобщить) коллектив и индивидуальные особенности занимающихся. 	6-8
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности. 	7-8

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **47 зачетных единиц, 1692 академических часов**, (экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 712 часов, самостоятельная работа студентов – 944 часов).

Очная форма обучения ПЕРВЫЙ ГОД 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.	Введение в профиль подготовки (специализацию) «Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности»	1	2	4	10		
1.1.	Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности – как научно-практическая дисциплина.	1	1	2	4		
1.2.	Характеристика основных понятий «Теории и методики физкультурно-оздоровительной деятельности».	1	1	2	6		
2.	Обобщенная характеристика медико-биологических и психолого-педагогических предпосылок ФОД детей дошкольного возраста	1	2	20	20		
2.1.	Общая характеристика морфофункциональных особенностей детей дошкольного и младшего школьного возраста.	1	1	10	10		
2.2.	Психолого-педагогические основы взаимосвязи умственной и физической деятельности детей дошкольного возраста.	1	1	10	10		
3.	Теоретико-методические основы физического воспитания детей дошкольного возраста	1	6	20	33		
3.1.	Физическое воспитание ребенка в системе образования и воспитания человека	1	2	8	10		
3.2.	Организационные формы занятий физическим воспитанием детей в дошкольных учреждениях и в условиях семьи	1		4	10		
3.3.	Методические особенности разновидностей двигательной подготовки детей дошкольного возраста на физкультурных занятиях. Сущность и основы методики анимационной деятельности.	1	2	4	10		
3.4.	Физическая рекреация в системе воспитания детей раннего и дошкольного возрастов	1	2	4	3		
4.	Технологии ФОД дошкольников в условиях ДОУ и в семье	1	18	74	200		
4.1.	Практико-методический анализ опыта физического воспитания дошкольников и деятельности преподавателя (воспитателя, инструктора, методиста)	1		4	20		
4.2.	Особенности методики формирования у дошкольников	1	2	10	40		

	выполнения отдельных упражнений из «школы движений»						
4.3.	Комплексирование физических упражнений при формировании правильной осанки и ее коррекции на основекрепления мышц туловища, шеи и головы.	1	2	8	40		
	Итого за 1 семестр		14	66	163		Зачет
	2 семестр						
4.4.	Практико-методические особенности занятий на развитие мышц нижнего пояса, мышц ног и формирования сводов стопы.	2	2	4	8		
4.5.	Практико-методические особенности занятий основной гимнастикой на снижение избыточного веса	2	2	6	6		
4.6.	Практико-методические особенности занятий физическими упражнениями в лазании, перелазании и переноске груза	2	2	4	6		
4.7.	Воспитание чувства темпа, ритма движений	2	2	8	10		
4.8.	Методика организации и проведения занятий на воспитание двигательного-координационных способностей	2	2	4	20		
4.9.	Методика организации и проведения утренней гимнастики с дошкольниками	2	2	6	20		
4.10.	Формирование «школы мяча»	2	2	6	20		
4.11.	Элементарные игровые задания: эстафеты, полосы препятствий, подвижные игры (в т.ч. с элементами баскетбола). Ринго	2		8	6		
4.12.	Особенности организации и методики проведения физкультурных занятий с детьми старшей и подготовительной к школе группам	2		6	4		
5.	Материально-техническое обеспечение физкультурной деятельности дошкольников	2	8	26	70		
5.1.	Комплексный подход к оборудованию физкультурных залов и открытых площадок в детском саду.	2	4	4	40		
5.2.	Методика применения пособий, устройств и тренажеров в системе организационных форм физического воспитания дошкольников	2	4	12	30		

	Итого за 2 семестр		22	78	170		
	Итого за год		36	144	333		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен

ВТОРОЙ ГОД 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.	Теоретико-методические основы физического воспитания детей младшего школьного возраста	3	12	26	46		
1.1.	Общая характеристика морфофункциональных особенностей детей младшего школьного возраста	3	2		6		
1.2.	Психолого-педагогические основания физкультурной деятельности детей младшего школьного возраста.	3	2		4		
1.3.	Нормативные документы, регламентирующие содержание физкультурного образования учащихся средней общеобразовательной школы.	3	2	2	8		
1.4.	Содержание и особенности методики проведения уроков с образовательной и оздоровительной направленностью различного типа	3	2		8		
1.5.	Организационно-методические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий в младшем школьном возрасте.	3		4	10		
1.6.	Организация и методика проведения различных форм занятий урочного типа	3	2	6	4		
1.7.	Методические основы комплексного урока физической культуры с учащимися I-IV классов	3	2	10	6		

	общеобразовательной школы						
2.	Практико-методическое комплексирование базовых видов физических упражнений	3	6	102	75		
2.1.	Особенности методики формирования «школы движений» у школьников I-IV классов на основе комплексного использования средств базовых видов физической культуры комплексной программы физического воспитания.	3	2	16	10		
2.2.	Комплексирование видов физических упражнений для закрепления и коррекции осанки, укрепления сводов стопы.	3	2	10	10		
2.3.	Физические упражнения для укрепления мышц туловища, нижнего пояса и ног	3		8	8		
2.4.	Методика воспитания «чувства ритма» на основе комплексного использования музыки с физическими упражнениями, (музыкально-ритмические упражнения).	3	2	12	7		
	Итого за 3 семестр		18	72	81		Зачет
2.5.	Комплексное использование методов и педагогических приемов при обучении двигательным действиям	4	2	12	8		
2.6.	Дифференцированный подход к подбору физических упражнений для воспитания двигательных способностей и развития жизненно-важных физических качеств школьников I-IV классов.	4	4	14	10		
2.7.	Организация и методика проведения комплексных форм занятий урочного типа со школьниками I-IV классов.	4	2	18	14		
2.8.	Требования и учебные нормативы по комплексной оценке навыков, умений, уровня физической подготовленности детей 6/7-10 лет.	4	2	12	8		
3.	Физическая рекреация в системе основного и дополнительного образования школьников	4	2	10	8		
3.1.	Основные аспекты содержание физической рекреации школьников Особенности проведения физкультурно-оздоровительных программ детей школьного возраста	4	2	10	8		
4.	Основы туристско-краеведческой	4	2	6	10		

	работы						
4.1.	Содержание и обеспечение туристско-краеведческой работы в дошкольных учреждениях и начальной школе.	4	2	6	10		
	Итого за 4 семестр		14	72	58		
	Итого за год		32	144	121		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен

ТРЕТИЙ ГОД 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.	Теоретико-методические основы физического воспитания учащихся средних и старших классов	5	8	10	30		
1.1.	Методические особенности физического воспитания учащихся средних классов	5	2	2	10		
1.2.	Организационно-методические особенности физического воспитания учащихся старшего школьного возраста	5	2	4	10		
1.3.	Общие методические правила моделирования урочных форм занятий комплексного вида в общеобразовательной школе и ССУЗ	5	4	4	10		
2.	Организационно-методические особенности воспитания физических качеств учащихся на занятиях в общеобразовательной школе и в ССУЗах	5	20	66	138		
2.1.	Основы методики проведения уроков, направленных на развитие ДКС учащихся средних и старших классов	5	8	10	26		
2.2.	Особенности методики применения комплексов упражнений, направленных на воспитание двигательного-координационных способностей (ловкости) учащихся средних и старших классов.	5	4	10	26		
2.3.	Организационно-методические	5	2	10	26		

	особенности проведения комплексов упражнений на воспитание силовых способностей учащихся средних и старшекласников.						
2.4.	Особенности проведения занятий, направленных на воспитание быстроты (скоростных способностей) учащихся средних и старших классов.	5	2	14	26		
2.5.	Особенности методики воспитания выносливости в процессе физического воспитания учащихся средних и старших классов.	5	4	10	26		
	5 семестр		28	64	160		Зачет
2.6.	Основы методики проведения уроков на развитие гибкости	6	1	2	2		
2.7.	Организационно-методические особенности проведения круговой тренировки, направленной на воспитание двигательных способностей и физических качеств.	6		10	6		
3.	Особенности методики проведения комплексных уроков с учащимися 5-11 классов	6	4	22	40		
3.1.	Характерные черты методики проведения комплексных уроков физической культуры с учащимися V-VI классов.	6	1	2	8		
3.2.	Особенности методики проведения комплексных уроков физической культуры с учащимися VII-VIII классов.	6		4	8		
3.3.	Особенности методики проведения комплексных уроков физической культуры с учащимися IX, X и XI классов.	6	1	4	8		
3.4.	Особенности методики проведения и организации комплексного урока профессионально-прикладной направленности учащимися X-XI классов, в ССУЗ	6	1	8	8		
3.5.	Особенности методики организации и проведения массовых соревнований общей физической подготовленности по комплексным программам.	6	1	4	8		
4.	Организация, подготовка и проведение массовых спортивно-художественных праздников и рекреативно-оздоровительных мероприятий	6	2	10			
4.1.	Организация, подготовка и проведение массовых спортивно-художественных праздников	6	1				
4.2.	Организационно-методические особенности физической рекреации	6	1				

	учащихся V-XI классов и ССУЗ						
4.3.	Методика разработки и записи программы выступления, составление сценарного плана	6		10			
5.	Технология выполнения НИР по физкультурно-оздоровительной деятельности	6	2	6	33		
5.1.	Выпускная квалификационная работа – как форма научно-исследовательской работы студентов	6	2	6	33		
6.	Материально-техническое обеспечение занятий в общеобразовательной школе и ССУЗах	6		4	20		
6.1.	Специфические особенности методики проведения комплексных уроков с применением многокомплектного оборудования	6		2	6		
6.2.	Конструктивные особенности физкультурно-спортивного оборудования	6		2	6		
6.3.	Методические требования комплексного оборудования открытых площадок для массовых занятий физическими упражнениями (городки общей физической подготовки)	6			8		
	Итого за 6 семестр		8	52	93		
	Итого за год		36	116	253		
	Промежуточная аттестация					9	Курсовая работа Экзамен

ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД 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.	Теоретико-методические аспекты физической культуры студенческой молодежи и взрослого населения	7	8	20	38		
1.1.	Методические особенности	7	4	10	20		

	комплексных занятий в ВУЗе						
1.2.	Организационно-методические особенности комплексных занятий в группах здоровья и ОФП		4	10	18		
2.	Формирование профессиональных умений комплексирования средств и форм проведения занятий со студентами и взрослыми	7	20	52	144		
2.1.	Формирование профессиональных умений комплексного применения методических приемов при обучении двигательным действиям студентов и взрослых	7	2	14	44		
2.2.	Практикум по формированию профессионально-практических умений организации и проведения совокупностей разнородных средств, направленных на гармоничное развитие координационных способностей и физических качеств студентов	7	4	10	40		
2.3.	Практикум по формированию профессионально-практических умений организации и проведения комплексных уроков со студентами.	7	2	10	40		
2.4.	Характерные черты методики построения и преподавания комплексных оздоровительных программ в системе занятий групп здоровья	7	2	8	20		
	Итого 7 семестр		18	62	172		Зачет
	8 семестр						
2.5.	Структура и содержание физической культуры и спорта инвалидов	8	10	10	10		
3.	Методика занятий на тренажерах со студентами и лицами зрелого возраста	8	8	48	103		
3.1.	Использование тренажеров в занятиях с направленностью ППФП и физкультурно-оздоровительных занятиях в группах здоровья	8	8	48	103		
	Итого 8 семестр		18	58	113		
	Итого за год		36	144	285		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен
	Итого		140	524	992	36	1692

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. Приложения к рабочей программе дисциплины.

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

Вопросы к зачету 1 год обучения

1. Охарактеризуйте строевые упражнения
2. Охарактеризуйте разновидности ходьбы и специальные шаги.
3. Охарактеризуйте стойки, положения и движения различными частями тела
4. Раскройте содержание вольных упражнений
5. Раскройте содержание элементов хореографии (классического экзерсиса)
6. Охарактеризуйте физические упражнения для укрепления мышц шеи и формирования навыка правильного удержания головы
7. Охарактеризуйте физические упражнения для укрепления мышц корсета туловища
8. Охарактеризуйте специальные упражнения для профилактики нарушений осанки.
9. Охарактеризуйте физические упражнения для развития мышц нижнего плечевого пояса и ног.
10. Охарактеризуйте физические упражнения для формирования сводов стопы
11. Какова методика преподавания прыжковых упражнений с длинной скакалкой?
12. Каковы основные методические особенности проведения занятий типа ритмической гимнастики с детьми дошкольного возраста?
13. Охарактеризуйте физические упражнения в равновесии
14. Охарактеризуйте простейшие упражнения акробатического характера.
15. Какова комплексная оценка двигательных способностей детей 4-7 лет?
16. Раскройте содержание основных правил сочетания физических упражнений и методических приемов их проведения в комплексах утренней гимнастики с дошкольниками различных возрастных групп.
17. Охарактеризуйте полосы препятствий и эстафеты
18. Охарактеризуйте подвижные игры, игры с элементами баскетбола
19. Какова методика преподавания элементов массовой игры «Ринго» (игра с кольцами)?
20. Охарактеризуйте теорию и методику физкультурно-оздоровительной деятельности – как научно-практическую дисциплину.
21. Раскройте характеристику основных понятий «Теории и методики физкультурно-оздоровительной деятельности»
22. Какова обобщенная характеристика медико-биологических и психолого-педагогических предпосылок физического воспитания детей дошкольного возраста?
23. Какова общая характеристика морфофункциональных особенностей детей дошкольного и младшего школьного возраста?

Вопросы экзамену 1 год обучения

1. Раскройте психолого-педагогические основы взаимосвязи умственной и физической деятельности детей дошкольного возраста
2. Охарактеризуйте теоретико-методические основы физического воспитания детей дошкольного возраста
3. Охарактеризуйте физическое воспитание ребенка в системе образования и воспитания человека
4. Каковы организационные формы занятий физического воспитания детей в дошкольных учреждениях и в условиях семьи?
5. В чем суть методических особенностей разновидностей двигательной подготовки детей дошкольного возраста на физкультурных занятиях?

6. Каковы педагогические приемы обучения рациональной последовательности применения упражнений из «школы движений»?
7. Охарактеризуйте физическую рекреацию в системе воспитания детей раннего и дошкольного возрастов.
8. Какова технология обучения дошкольников физическим упражнениям?
9. Раскройте содержание практико-методического анализа опыта физического воспитания дошкольников и деятельности воспитателя (института, методиста)
10. Каковы особенности методики формирования у дошкольников выполнения отдельных упражнений из «школы движений»?
11. Каково комплексирование физических упражнений при формировании правильной осанки и ее коррекции на основе гармоничного укрепления мышц туловища, шеи и головы?
12. Охарактеризуйте практико-методические особенности занятий на развитие мышц нижнего пояса, мышц ног и формирования сводов стопы
13. Охарактеризуйте практико-методические особенности занятий на снижение избыточного веса
14. Охарактеризуйте практико-методические особенности физических упражнений в лазании, перелазании и переноске груза
15. Раскройте методику воспитания чувства темпа, ритма движений
16. Раскройте методику организации и проведения занятий на воспитание двигательных координационных способностей
17. Раскройте методику организации и проведения утренней гимнастики с дошкольниками.
18. В чем суть формирования «школы мяча»?
19. Каковы элементарные игровые задания: эстафеты, полосы препятствий, подвижные игры (в т.ч. с элементами баскетбола). Ринго?
20. Охарактеризуйте материально-техническое обеспечение физической деятельности дошкольников
21. Охарактеризуйте комплексный подход к оборудованию физических залов и открытых площадок в детском саду
22. Раскройте методику применения пособий, устройств и тренажеров в системе организационных форм физического воспитания дошкольников

2 год обучения вопросы к зачёту

1. Охарактеризуйте основные строевые упражнения.
2. Охарактеризуйте физические упражнения общеразвивающего характера, сочетающие комплексные и комбинированные движения частями тела.
3. Каково содержание вольных упражнений?
4. Каково содержание танцевальных упражнений?
5. Каково содержание физических упражнений для укрепления мышц шеи и формирования навыка правильного удержания головы?
6. Каково содержание физических упражнений без предметов и с предметами для укрепления мышц туловища?
7. Каково содержание физических упражнений без предметов и с предметами для укрепления мышц нижнего пояса и ног?
8. Каково содержание физических упражнений с предметами для укрепления сводов стопы?
9. Каково содержание специальных упражнений с предметами для коррекции осанки?
10. Каково содержание физических упражнений с предметами для снижения избыточного веса?
11. Раскройте этапы обучения основным движениям.
12. В чем особенности обучения гимнастическим упражнениям?

13. Каковы особенности методики воспитания двигательных способностей на основе комплексного использования средств базовых видов физической культуры?
14. Каковы особенности методики воспитания быстроты на основе комплексного использования средств легкой атлетики, подвижных игр, основных движений, гимнастики?
15. Каковы особенности методики воспитания скоростно-силовых качеств на основе комплексного использования средств легкой атлетики, подвижных игр, основных движений, гимнастики?
16. Раскройте особенности методики развития гибкости.
17. Охарактеризуйте организацию и методику проведения физкультурных занятий с детьми старшей и подготовительной к школе группе.
18. Охарактеризуйте организацию и методику проведения комплексного урока в 1-2 классе.

Вопросы к экзамену 2год обучения

1. Охарактеризуйте организацию и методику проведения комплексного урока в 3-4 классе.
2. Раскройте общую характеристику морфофункциональных особенностей детей младшего школьного возраста.
3. Охарактеризуйте психолого-педагогические основания физкультурной деятельности детей младшего школьного возраста.
4. Раскройте основы нормативных документов, регламентирующих содержание физкультурного образования учащихся средней общеобразовательной школы.
5. Охарактеризуйте организационно-методические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий в младшем школьном возрасте.
6. Охарактеризуйте методические основы комплексного урока физической культуры с учащимися I-IV классов общеобразовательной школы
7. Каково комплексирование базовых видов физических упражнений?
8. Каковы особенности методики формирования «школы движений» у школьников I-IV классов на основе комплексного использования средств базовых видов физической культуры комплексной программы физического воспитания?
9. В чем суть комплексирования видов физических упражнений для закрепления и коррекции осанки, укрепления сводов стопы?
10. Какова методика воспитания «чувства ритма» на основе комплексного использования музыки с физическими упражнениями, (музыкально-ритмические упражнения)?
11. Раскройте комплексное использование методов и педагогических приемов при обучении двигательным действиям
12. В чем суть дифференцированного подхода к подбору физических упражнений ациклического, циклического и статического характера для воспитания двигательных способностей и развития жизненно-важных физических качеств?
13. Охарактеризуйте организацию и методику проведения комплексных форм занятий урочного типа.
14. Каковы требования и учебные нормативы по комплексной оценке навыков, умений, уровня физической подготовленности детей 6/7-10 лет?
15. Охарактеризуйте физическую рекреацию в системе основного и дополнительного образования школьников. В чем суть основных аспектов содержания физической рекреации школьников?
16. Каковы основы туристско-краеведческой работы?
17. Охарактеризуйте содержание и обеспечение туристско-краеведческой работы в дошкольных учреждениях и начальной школе.

Вопросы к зачёту 3 год обучения

1. Охарактеризуйте существующую в практике классификацию урочных форм занятий.
2. Дайте методическую характеристику фронтального метода организации занимающихся на уроке.
3. Охарактеризуйте методические особенности группового метода организации занимающихся на уроке и условия, необходимые для эффективного использования.
4. Охарактеризуйте индивидуальный метод организации учащихся на уроке.
5. Охарактеризуйте особенности методики организации и проведения круговой тренировки, направленной на воспитание двигательных способностей и связанных с ними физических качеств.
6. Охарактеризуйте словесные методы и основные требования к ним при решении образовательных задач в комплексном уроке среднего и старшего школьного возраста.
7. Охарактеризуйте методические условия и возрастные особенности применения показа как основного метода наглядности.
8. Охарактеризуйте особенности методики обучения двигательному действию школьников в комплексном уроке.
9. Охарактеризуйте правила, определяющие последовательность решения неоднородных разделов основной части комплексного урока.
10. Раскройте задачи и содержание форм физического воспитания школьников и учащейся молодежи в семье.
11. Раскройте задачи, содержание и методику проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий как формы организации физического воспитания школьников в режиме учебного дня.
12. Раскройте задачи, содержание и методику проведения внешкольных форм организации занятий учащихся общеобразовательных школ.
13. Раскройте методические особенности дозировки физической нагрузки в комплексном уроке.
14. Раскройте методические особенности приемов физической помощи и страховки при обучении основным двигательным действиям.
15. Раскройте методические особенности проведения подготовительной и заключительной частей комплексного урока.
16. Раскройте методические особенности проведения основной части комплексного урока.
17. Обоснуйте методический порядок решения комплекса специфических задач физического воспитания.
18. Раскройте особенности двигательного режима учащихся среднего школьного возраста. Организационно-методические пути его оптимизации.
19. Раскройте особенности двигательного режима учащихся старшего школьного возраста. Организационно-методические пути его оптимизации.
20. Раскройте методические основы профилактики травматизма на уроках физической культуры.

Вопросы к экзамену 3 год обучения

1. Раскройте методику воспитания координационных способностей на уроках физической культуры в средних и старших классах.
2. Раскройте методику воспитания силовых способностей на уроках физической культуры в средних и старших классах.
3. Раскройте методику воспитания скоростных способностей на уроках физической культуры в средних и старших классах.

4. Раскройте методику воспитания выносливости на уроках физической культуры в средних и старших классах. Раскройте правила формулирования образовательных задач при разработке конспекта урока физической культуры.
5. Раскройте правила формулирования оздоровительных задач при разработке конспекта урока физической культуры.
6. Раскройте правила формулирования воспитательных задач при разработке конспекта урока физической культуры.
7. Охарактеризуйте компоненты, составляющие визуальный (собственно-педагогический) анализ урока физической культуры.
8. Охарактеризуйте типичные компоненты общей и моторной плотности урока различной направленности. Раскройте технологию их определения.
9. Перечислите и приведите примеры методических приемов, применяемых при проведении общеразвивающих упражнениях с целью активизации внимания и повышения эмоционального состояния занимающихся. Раскройте методические основы комплексного урока физической культуры в общеобразовательной школе.
10. Раскройте методические приемы, подводящие упражнения и организацию занятий при обучении двигательному действию школьников среднего и старшего возраста (из раздела учебной программы).
11. Охарактеризуйте особенности методики проведения и организации комплексного урока с профессионально-прикладной направленностью учащихся X-XI классов, в ССУЗ и ПТУ.
12. Раскройте особенности методики организации и проведения массовых соревнований общей физической подготовленности по комплексным программам.
13. Охарактеризуйте организацию и подготовку массовых спортивно-художественных праздников.
14. Раскройте организацию, подготовку и проведение массовых спортивно-художественных праздников.
15. Какова методика разработки и записи программы выступления, составление сценарного плана.
16. Материально-техническое обеспечение занятий в общеобразовательной школе и ССУЗах.
17. Каковы специфические особенности методики проведения комплексных уроков с применением многокомплектного оборудования.
18. Каковы конструктивные особенности физкультурно-спортивного оборудования.
19. Раскройте методические требования комплексного оборудования открытых площадок для массовых занятий физическими упражнениями (городки общей физической подготовки).
20. Охарактеризуйте методику определения музыкального материала.
21. Раскройте методику составления упражнений, подготовки фрагментов сценария в репетиционном периоде.
22. Каковы особенности методики подготовки программы выступления в репетиционном периоде.
23. Охарактеризуйте особенности методики подготовки выступления на сцене.

Вопросы к зачёту 4 год обучения

1. Раскройте понятие физическая тренировка как фактор адаптации организма студентов к условиям профессиональной деятельности по группам специальностей.
2. Охарактеризуйте основные принципы комплексирования основных средств физической культуры в целях повышения ОФП у студентов.
3. Раскройте технологию разработки содержания методики организации и проведения комплексного занятия с профессионально-прикладной направленностью студентов.
4. Какие методические особенности моделирования структуры комплексного занятия в группах здоровья и ОФП.

5. Какие характерные черты методики комплексных занятий, сочетающих различные средства физических упражнений.
6. Раскройте особенности комплексного применения наглядных, словесных и практических методов и приемов обучения двигательным действиям студентов и взрослых (группы здоровья).
7. Раскройте методику организации и проведения круговой тренировки направленной на воспитание профессионально-важных физических и психических качеств у студентов.
8. Раскройте методику проведения комплексных занятий с профессиональной направленностью с учетом основных групп труда.
9. Какие принципы комплексирования физических нагрузок в комплексных занятиях в группах здоровья с учетом морфофункциональных особенностей лиц среднего, старшего и пожилого возраста.
10. Дайте характеристику средств, форм и режимов физкультурно-двигательной активности.
11. Опишите структуру комплексных занятий в группах здоровья.
12. Охарактеризуйте педагогические методы определения и управления физической нагрузкой.
13. Какие особенности методики проведения комплексных занятий силовой направленности для лиц старшей возрастной группы.
14. Какие особенности методики проведения комплексных занятий направленных на повышение эластичности мышц отдельных частей тела для лиц старшей возрастной группы.
15. Охарактеризуйте особенности методики проведения оздоровительных занятий направленных на поддержание и развитие выносливости в группах здоровья.
16. Какие специфические особенности физической культуры инвалидов с нарушениями интеллекта.
17. Какие специфические особенности физической культуры инвалидов с сенсорно-речевыми нарушениями, нарушениями слуха и зрения.
18. Какая классификация тренажерных устройств кардио направленности в спортивно-оздоровительных центрах.
19. Какая классификация тренажерных устройств силовой направленности в спортивно-оздоровительных центрах.

4 год обучения

1. Раскройте понятие физическая тренировка как фактор адаптации организма студентов к условиям профессиональной деятельности по группам специальностей.
2. Охарактеризуйте основные принципы комплексирования основных средств физической культуры в целях повышения ОФП у студентов.
3. Раскройте технологию разработки содержания методики организации и проведения комплексного занятия с профессионально-прикладной направленностью студентов.
4. Какие методические особенности моделирования структуры комплексного занятия в группах здоровья и ОФП.
5. Какие характерные черты методики комплексных занятий, сочетающих различные средства физических упражнений.
6. Раскройте особенности комплексного применения наглядных, словесных и практических методов и приемов обучения двигательным действиям студентов и взрослых (группы здоровья).
7. Раскройте методику организации и проведения круговой тренировки направленной на воспитание профессионально-важных физических и психических качеств у студентов.
8. Раскройте методику проведения комплексных занятий с профессиональной направленностью с учетом основных групп труда.

9. Какие принципы комплексирования физических нагрузок в комплексных занятиях в группах здоровья с учетом морфофункциональных особенностей лиц среднего, старшего и пожилого возраста.
10. Дайте характеристику средств, форм и режимов физкультурно-двигательной активности.
11. Опишите структуру комплексных занятий в группах здоровья.
12. Охарактеризуйте педагогические методы определения и управления физической нагрузкой.
13. Какие особенности методики проведения комплексных занятий силовой направленности для лиц старшей возрастной группы.
14. Какие особенности методики проведения комплексных занятий направленных на повышение эластичности мышц отдельных частей тела для лиц старшей возрастной группы.
15. Охарактеризуйте особенности методики проведения оздоровительных занятий направленных на поддержание и развитие выносливости в группах здоровья.
16. Какие специфические особенности физической культуры инвалидов с нарушениями интеллекта.
17. Какие специфические особенности физической культуры инвалидов с сенсорно-речевыми нарушениями, нарушениями слуха и зрения.
18. Какая классификация тренажерных устройств кардио направленности в спортивно-оздоровительных центрах.
19. Какая классификация тренажерных устройств силовой направленности в спортивно-оздоровительных центрах

ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ

1. Физическая тренировка как фактор адаптации организма студентов к условиям профессиональной деятельности по группам специальностей.
2. Технология разработки содержания, особенности методики организации и проведения комплексного занятия с профессионально-прикладной направленностью студентов.
3. Методические особенности моделирования структуры комплексного занятия в группах здоровья и ОФП.
4. Характерные черты методики комплексных занятий, сочетающих различные средства физических упражнений.
5. Методика организации и проведения круговой тренировки направленной на воспитание профессионально-важных физических и психических качеств у студентов.
6. Принципы комплексирования физических нагрузок в комплексных занятиях в группах здоровья с учетом морфофункциональных особенностей лиц среднего, старшего и пожилого возраста.
7. Характеристика средств, форм и режимов физкультурно-двигательной активности.
8. Педагогические методы определения и управления физической нагрузкой.
9. Особенности методики проведения комплексных занятий силовой направленности для лиц старшей возрастной группы.
10. Особенности методики проведения комплексных занятий направленных на повышение эластичности мышц отдельных частей тела для лиц старшей возрастной группы.
11. Методики проведения оздоровительных занятий направленных на поддержание и развитие выносливости в группах здоровья.
12. Специфические особенности физической культуры инвалидов с нарушениями интеллекта.
13. Специфические особенности физической культуры инвалидов с сенсорно-речевыми нарушениями, нарушениями слуха и зрения.

14. Современные технологии проведения занятий с использованием тренажерных устройств кардио направленности в спортивно-оздоровительных центрах.
15. Современные технологии проведения занятий с использованием тренажерных устройств силовой направленности в спортивно-оздоровительных центрах.
16. Особенности методики проведения занятий физической культуры в 5-6 классах с учетом индивидуализированного подхода на основе профиля физического здоровья.
17. Организационно-методические особенности проведения занятий на тренажерах с молодежью в условиях фитнес центра.
18. Особенности методики проведения занятий с детьми 11-15 лет с преимущественным использованием средств аэробики.
19. Организационно-методические особенности проведения секционных занятий по легкой атлетике с детьми среднего школьного возраста в условиях общеобразовательной школы.
20. Организационно-методические особенности проведения секционных занятий по лыжной подготовке с детьми среднего школьного возраста в условиях общеобразовательной школы.
21. Особенности влияния занятий ЛА, танцев на опорно-двигательный аппарат женщин первого зрелого возраста.
22. Эффективность влияния физических упражнений различной направленности на физическое состояние дошкольников, имеющих задержку психического развития.
23. Влияние занятий оздоровительным плаванием в условиях общеобразовательной школы на физическое состояние школьников младших классов.
24. Эффективность влияния занятий физическими упражнениями в условиях семьи на физическое состояние дошкольников 6-7 лет.
25. Особенности методики проведения занятий физической культурой в 5-6 классах с учетом индивидуализированного подхода на основе уровня физического здоровья.
26. Особенности методики проведения занятий с детьми 11-15 лет с преимущественным использованием средств аэробики.
27. Организационно-методические особенности проведения секционных занятий по легкой атлетике с детьми среднего школьного возраста в условиях общеобразовательной школы.
28. Организационно-методические особенности проведения секционных занятий по лыжной подготовке с детьми среднего школьного возраста в условиях общеобразовательной школы.
29. Детские спортивно-игровые комплексы как мини-стадионы в помощь родителям растить здоровых детей.
30. Организационно-методические основы спортивно-массовой и оздоровительной работы в группах ОФП общеобразовательных школ.

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

а) Основная литература:

1. Теория и методика физического воспитания: Учебник для ин-тов физ. культуры. Под общей ред. Матвеева Л.П. и Новикова А.Д. (в 2-х томах).- М.: Физкультура и спорт, 2012.

б) Дополнительная литература:

1. Бергер Г.И., Бергер Ю.Г. Конспекты уроков для учителя физкультуры: 5-9 кл.: Урок физкультуры: Спорт. игры, лыжн. подг-ка, подв. игры. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. – 144 с.

2. Глазырина Л.Д., Овсянкин В.А. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. - М.: Гуманитарный издательский центр Владос, 2001. -175 с.

3. Казьмин, В.Д. Дыхательная гимнастика. Серия «Панацея». - Ростов на Дону, 2000.
4. Кожухова Н.Н., Рыжкова Л.А., Борисова М.М. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Схемы и таблицы. - М.: Гуманитарный издательский центр Владос, 2003. - 190с.
5. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А.. Прикладная физическая подготовка 10-11 классы: Учеб.метод. пособие. - М.: Владос-Пресс, 2003. - С. 3-5, 171-181.
6. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся I-X классов. - М., 2004.
7. Максименко А.М. Основы теории и методики физической культуры: Учебное пособие. - М., 2009.
8. Мишин Б.И. Настольная книга учителя физкультуры. - М.: АСТ «Астрель», 2003. – 527с.
9. Общие основы педагогики /Анисимов В.В., Грохольская О.Г., Никандров Н.Д. - М.: Просвещение, 2006. - С.104-112.
10. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет). - М.: Гуманитарный издательский центр Владос, 2001.- 125 с.
11. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3-5 лет. - М.: Гуманитарный издательский центр Владос, 2001. - 109 с.
12. Пенькова И.В. Профилактика нарушений осанки детей младшего школьного возраста в процессе физического воспитания: Учебно-методическое пособие /И.В.Пенькова, И.И.Сулейманов. – Тюмень, 2000.
13. Погадаев Г.И. Настольная книга учителя физической культуры. - М.: Физкультура и спорт, 2000. – 496с.
14. Прохорова Г.А. Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет. - издание 2.-М.: Айрис пресс, 2005. - 72 с.
15. Сиднева Л.В., Гониянц С.А. Оздоровительная аэробика и методика ее преподавания. - М., 2000.
16. Спиридонова Л.Б. Возрастные основы физкультурного образования детей и учащейся молодежи. – Омск, 2003.
17. Сулейманов, И.И. Общее физкультурное образование /И.И.Сулейманов, О.А. Аюшеева, Н.А. Коротаева: Учебник. - Т.2. Физкультурное образование в системе профессионального образования. –Тюмень, 2000.
18. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений/Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. –М.: «Академия», 2000.
19. Шарманова С.Б., Фёдоров А.И., Черепов Е.А. Круговая тренировка в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста: учебно-методическое пособие. - М.: Советский спорт, 2004. - 117 с.
20. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Часть 1 Программа «Старт»: Методические рекомендации. -М.: Гуманитарный издательский центр Владос, - 2003. -314 с.
21. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Часть 2 Конспекты занятий для второй младшей группы. - М.: Гуманитарный издательский центр Владос, 2004. -314 с.
22. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Часть 3 Конспекты занятий для старшей и подготовительной к школе групп, спортивные праздники и развлечения. - М.: Гуманитарный издательский центр Владос, 2004. -252с.

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

- 1.<http://fusionpiter.ru/articles/sport-children> Физкультура и спорт для самых маленьких.
- 2.<http://planetadetstva.net/vospitatelam/pedsovet/integrirovannye-> Интегрированные и

i-kompleksnye-zanyatiya-v-detskom-sadu-v-chem-otlichie.html

комплексные занятия: общие черты. Интегрированные занятия. Отличие интегрированного занятия от комплексного.

3.http://www.ivalex.vistcom.ru/konsultac/konsultac_2203/html

Значение физической культуры в жизни ребёнка. Роль игровой мотивации в развитии интереса дошкольников к физической культуре. Организация и формы работы игровых занятий по физической культуре детей дошкольного возраста.

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 с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Видеоматериал методического кабинета кафедры Методики комплексных форм физической культуры
4. Спортивный зал
5. Маты гимнастические
6. Палки гимнастические
7. Мячи в/б, б/б, теннисные
8. «Ринго»

9. Скакалки
10. Обручи
11. Канат гимнастический
12. Скамейки
13. «Шведская» стенка
14. Гантели
15. Медицинболы

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта» (Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса) для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1 курса, направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура» направленности (профиля) «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Методики комплексных форм физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1,2 семестр очная форма обучения.

Форма промежуточной аттестации: зачёт, экзамен.

1 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Тест по теме Характеристика основных понятий "Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности - как научно-практическая дисциплина	2 неделя	5
2	Тест по теме "Теоретико -методические основы физического воспитания детей дошкольного возраста"	4 неделя	5
3	Выполнение практического задания №1 Проведение комплекса физ. упр. для укрепления мышц шеи и формирования навыка правильного удержания головы	6 неделя	5
4	Выполнение практического задания №2 Проведение комплекса утренней гигиенической гимнастики для детей 4 лет.	7-8 неделя	5
5	Выполнение практического задания № Проведение утренней гигиенической гимнастики для детей 5 лет. (используя имитационные упражнения)	9-10 неделя	5
6	Выполнение практического задания №4 Проведение комплекса утренней гигиенической гимнастики для детей 6 лет с предметами (гимнастической палкой, скакалкой, обручем, мячом)	11-12 неделя	5
7	Выполнение практического задания №5 " Деловая игра-КЛИ (коллективно-личностная игра) Составление комплексов бинарной направленности	12 неделя	5
8	Выполнение практического задания № 6 Проведение части занятия направленного на формирование правильной осанки и сводов стопы (возраст по выбору студента) Включая полосы препятствий	13-14 неделя	10

9	Выполнение практического задания № 7 Проведение комплекса или части занятия с использованием упражнений направленных на коррекцию осанки	18 неделя	10
10	Подготовка конспектов в 1 семестре, каждый конспект оценивается от 0.3 – до 0,5 балла	6-18 неделю	5
11	Посещение занятий	В течении семестра	10
12	Выступление на семинарах	2-18 неделю	10
	Зачёт	В соответствии с расписанием	20
	ИТОГО		100 баллов

2 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение практического задания № 8 Проведение комплекса упражнений для детей с избыточным весом (используя облегчённые и.п.)	23-24 неделя	5
2	Выполнение практического задания № 9 На примере танцевальных упражнений из материала оздоровительной аэробики и ритмической гимнастики составить и продемонстрировать комплекс последовательного перехода от безударной нагрузки - низкоударная нагрузка – высокоударная нагрузка – низкоударная нагрузка безударная нагрузка	25 неделя	5
3	Выполнение практического задания № 10 Составить и продемонстрировать ритм-блок на примере двух танцевальных упражнений предложенных преподавателем 8-4-2-2-4-8-	28 неделя	5
4	Выполнение практического задания № 11 Составить ритм-блок. Используя сложно-координационное движение руками на 8 счётов. Соединение с движениями ногами и.п. 1- ое стоя, 2-ое ходьба на месте (марш), 3-ее- приставной шаг в сторону (степ тач), 4-ое -прыжки на месте ноги врозь вместе (джампинг джек) 5-ое бег на месте.	29 неделя	5
5	Выполнение практического задания № 12 Составить ритм-блок "квадрат" с последовательным замещением в вершинах квадрата движения "марш" на движение по выбору студента.	30 неделя	5
6	Выполнение практического задания № 13 Составить комплекс по ритмической гимнастики для детей дошкольного возраста (возраст по выбору 4,5,6 лет)	28-31неделя	5

7	Выполнение практического задания № 14 Постановка танца используя средства ритмической гимнастики и оздоровительной аэробики на 32 счёта, включая два перемещения по спортивному залу	32-36 неделя	5
8	Выполнение практического задания № 15 <i>Разработать конспект</i> комплексного занятия для детей 5-6 лет включающий в основную часть занятия , комплекс "Круговой тренировки"направленный на воспитание (одного из основных физических качеств) и подвижную игру.	37-40 неделя	5
9	Выполнение практического задания № 16 Разработать конспект комплексного занятия для детей 4,5,6 лет (возраст по выбору студента) включающий в основную часть занятия разучивание одного из упражнений - раздел гимнастика, легкая атлетика, спортивные игры (баскетбол, футбол) и эстафета	41-43 неделя	5
11	Реферат	38-43 неделя	10
12	Посещение занятий	23-43 неделя	10
13	Подготовка конспектов в 1 семестре, каждый конспект оценивается от 0.3 – до 0,5 балла	23 - 43 неделя	5
	Экзамен	В соответствии с расписанием	30
	ИТОГО		100 баллов

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.
- Предусмотрены дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов студентам, пропустившим занятия по уважительной причине. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым студентом.
- По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

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
Оценка по 5-ти бальной шкале	2		3	4	5	
Оценка по шкале ECTS	F Неуд.	E Посредств.	D Удовл.	C Хор.	B Оч. Хорошо	A Отлич.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта» (Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса) для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 2 курса, направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура» направленности (профиля) «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Методики комплексных форм физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3,4 семестр очная форма обучения.

Форма промежуточной аттестации: зачёт, 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 (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Проведение комплекса утренней гигиенической гимнастики для детей 7-8лет. (используя имитационные упражнения)	3 неделя	10
2	Проведение утренней гигиенической гимнастики для детей 9-10 лет с предметами (гимнастической палкой, скакалкой, обручем, мячом)	4 неделя	10
3	Проведение комплексного урока для детей 1 класса с использованием в основной части средств гимнастики	9 неделя	10
4	Проведение комплексного урока для детей 2 класса с использованием в основной части средств гимнастики.	10 -13 неделя	10
5	Проведение комплекса или части занятия с использованием упражнений направленных на коррекцию осанки для детей 9-10	14-15 неделя	10
	Теоретический курс (14 часов)		
6	Доклад по теме: ЗОЖ.(по выбору студента один из компонентов)	5-6 неделя	10
7	Доклад по теме «Воспитание основных физических качеств, у детей младшего школьного возраста»(по выбору преподавателя)	7-8 неделя	10
8	Опрос по темам: 1. Специфические функции физической культуры. 2. Физические упражнения как средства физической культуры. 3. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса упражнения	15-16 неделя	10
	Зачет		20
	ИТОГО		100

4 семестр

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

		неделях)	
1	Проведение комплексного урока для детей 3 класса с игровой направленностью	20-21 неделя	10
2	Проведение урока направленного на воспитание общей выносливости и ДКС средствами из материала оздоровительной аэробики и ритмической гимнастики для детей 7-8 лет	22-23 неделя	10
3	Проведение комплексного урока для детей 4 –ого класса с использованием средств ФК (гимнастики, оздоровительной аэробики, подвижных игр)	23 неделя	10
4	Провести часть урока в виде полос препятствий, используя учебный материал для детей младшего школьного возраста (лазание, ползание, перелезание)	32 неделя	10
5	Составить и провести комплекс Круговой тренировки для детей 7,8,9,10 лет, направленного на развитие одного из основных физических качеств по заданию преподавателя.	33-34 неделя	5
	Теоретический курс (14 часов)		
6	Метод круговой тренировки у школьников младших классов с использованием различных средств ФК (по выбору преподавателя)	35-36 неделя	10
7	Разработка плана спортивного праздника для детей младшего школьного возраста.	37-38 неделя	5
8	Подготовка конспектов 3-4 семестр каждый конспект оценивается от 0.5 балла	3 -16 неделю 20-25 неделю 31-41 неделю	10
9	Экзамен	В соответствии с расписанием	30
	ИТОГО		100

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.
- Предусмотрены дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов студентам, пропустившим занятия по уважительной причине. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым студентом.
- - По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

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
Оценка по 5-ти бальной шкале	2		3	4	5	
Оценка по шкале ECTS	F Неуд.	E Посредств.	D Удовл.	C Хор.	B Оч. Хорошо	A Отлич.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта» (Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса) для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 3 курса, направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура» направленности (профиля) «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Методики комплексных форм физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5,6 семестр очная форма обучения.

Форма промежуточной аттестации: зачёт, экзамен, курсовая работа.

Очная форма обучения 5 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос «Организационно-методические особенности физического воспитания детей среднего школьного возраста»	2 -3неделя	10
2	Опрос «Принцип сознательности и активности. Основные требования к реализации в физическом воспитании этих принципов.»	4 неделя	10
3	Разработка конспектов и проведение урока по гимнастике для учеников 10-11 кл	5-6 неделя	15
4	Опрос «Организационно-методические особенности физического воспитания детей старшего школьного возраста»	7-8 неделя	10
5	Разработка конспекта и проведение комплексного урока для учащихся средней школы	9 -12 неделя	10
6	Разработка конспекта и проведение комплексного урока для учащихся старшей школы	13-14 неделя	10
7	<i>Формулировка темы выбранной ВКР, обоснование актуальности, цели, задач и методов исследования</i>		5
8	<i>Изложение и анализ литературных источников по избранной теме ВКР в научно-методической литературе</i>		5
9	«Методическое моделирование и проведение урока комплексного типа с прикладной направленностью для детей среднего и старшего школьного возраста»	15-16 неделя	5
10	Зачёт	В соответствии с расписанием	20
	Итого		100

6 семестр

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

1	Разработка и проведение конспекта круговой тренировки комплексного типа.	22-23 неделя	10
2	Опрос «Организационно-методические основы организации физического воспитания в системе дополнительного образования»	24-25 неделя	10
3	Разработка сценария спортивного мероприятия для учащихся средних и старших классов.	26-28 неделя	10
4	Проведение спортивного мероприятия для учащихся средних и старших классов.	29-31 неделя	15
5	Разработать и провести комплексный урок с применением многокомплексного оборудования для школьников средних и старших классов (возраст по выбору преподавателя)	32-40 неделя	5
6	Написать организацию исследования по теме избранной ВКР. Описать методики исследования	37, 38 недели	10
7	Подготовка конспектов 5-6 семестр каждый конспект оценивается от балла	5-41 неделю	10
	Экзамен	В соответствии с расписанием	30
	ИТОГО		100 баллов

Дифференцированный зачёт по курсовой работе

Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
<i>Оформление курсовой работы с полученными результатами исследования в виде таблиц и рисунков</i>	<i>39, 40 недели</i>	<i>100</i>

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.
- Предусмотрены дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов студентам, пропустившим занятия по уважительной причине. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым студентом.
- По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

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	F	E	D	C	B	A

ECTS						
------	--	--	--	--	--	--

**Шкала итоговых оценок успеваемости по дисциплине, заканчивающейся экзаменом,
дифференцированным зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по 5-ти бальной шкале	2		3	4	5	
Оценка по шкале ECTS	F Неуд.	E Посредств.	D Удовл.	C Хор.	B Оч. Хорошо	A Отлич.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта» (Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса) для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 4 курса, направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура» направленности (профиля) «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Методики комплексных форм физической культуры

Сроки изучения дисциплины: 7,8 семестр очная форма обучения.

Форма промежуточной аттестации: зачёт, 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 (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Составить конспект занятия физическими упражнениями по типу комплексное занятие в ВУЗе	10-13 неделя	15
2	Составить конспект занятия физическими упражнениями по типу комплексное занятие в группах здоровья и ОФП для лиц старшей возрастной группы	14-18 неделя	15
3	<i>Подготовка ВКР для предварительного рецензирования</i>	16 неделя	20
4	<i>Подготовка доклада и презентации для предварительной апробации ВКР</i>	17 неделя	15
5	<i>Посещение занятий</i>	В течении семестра	15
6	Зачёт	В соответствии с расписанием	20
	Итого		100

8 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Составить конспект занятия физическими упражнениями по типу круговой тренировки направленной на развитие координационных способностей с элементами спортивных игр для студенческой молодежи	22-24 неделя	10
2	Составить конспект занятия физическими упражнениями по типу функциональная тренировка в группах здоровья	25-29 неделя	10
3	Составить конспект занятия физическими упражнениями для лиц имеющих отклонения в состоянии здоровья.	35 неделя	10
4	Реферат на тему «Использование тренажеров в занятиях с направленностью ППФП и	На протяжении семестров 36неделя	20

	физкультурно-оздоровительных занятиях в группах здоровья»		
5	Подготовка конспектов в 1 семестре, каждый конспект оценивается от 0.5 – до 1 балла	10-29 неделю 35-36 неделю	10
6	Посещаемость	На протяжении семестров	10/53занятия =0,18балла
7	Экзамен	В соответствии с расписанием	30
10	ИТОГО		100 баллов

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.
- Предусмотрены дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов студентам, пропустившим занятия по уважительной причине. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым студентом.
- По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

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
Оценка по 5-ти бальной шкале	2		3	4	5	
Оценка по шкале ECTS	F Неуд.	E Посредств.	D Удовл.	C Хор.	B Оч. Хорошо	A Отлич.

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



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра Методики комплексных форм физической культуры

АННОТАЦИЯ

К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.20 ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА»
(Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017г.

Структура и содержание дисциплины. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **47 зачетных единиц, 1692 академических часов**, (экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 712 часов, самостоятельная работа студентов – 944 часов).

Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта» (Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса) по профилю «Спортивная подготовка», в соответствии с общими целями основной образовательной программы (ООП) высшего образования, является формирование у студентов профессиональной компетентности (практических умений, теоретико-методических знаний, мотивационно-ценностных качеств личности) организации занятий, мероприятий рекреационно-оздоровительной направленности программам и массовым формам физической культуры с различными социально-демографическими контингентами населения в учебной и производственной деятельности, в сфере досуга и рекреации.

Дисциплина реализуется на русском языке.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	наименование	Очная форма обучения
1	2	3
ОПК-3	Знать: - основы теории и методики физической культуры и спорта; - принципы и методы обучения; - медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся;	4-6
	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта; - разрабатывать и реализовывать тренировочные программы физкультурно-оздоровительной деятельности с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов	4-8
	Владеть: - навыками планирования и проведения тренировочных занятий по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований спортивно-оздоровительного этапа Федерального стандарта спортивной подготовки по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности	6-8
ОПК-6	Знать: состав средств и методов по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности при проведении занятий рекреационно-оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста	1-7
	Уметь: применять средства и методы по одному из базовых видов	4-6

	<p>физкультурно-спортивной деятельности для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при проведении занятий с лицами различного пола и возраста</p>	
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками формирования здорового образа жизни средствами физкультурно-оздоровительной деятельности; - построения тренировочных программ оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов. 	6-8
ОПК-8	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий по базовым видам спорта; - документы планирования и проведения массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий; - особенности организации и проведения массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий различного уровня; - обязанности организаторов и судей массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий. 	2-7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать и проводить массовые физкультурно-оздоровительные соревнования, мероприятия различного уровня; - осуществлять объективное судейство массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение массовых физкультурно-оздоровительных соревнований, мероприятий. 	4-7
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство этих соревнований. 	4-7
ОПК-11	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 научного анализа результатов исследований; - методы формулирования и представления обобщений и выводов. 	2-8
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выявлять актуальные вопросы в сфере массовой физической культуры и спорта - применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере массовой физической культуры и спорта; - интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физкультурно-оздоровительной деятельности; - применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований, 	4-6

	формулировать и представлять обобщения и выводы.	
	Владеть: - методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.	5-7
ПК-8	Знать: - истоки и эволюцию формирования теории и методики физкультурно-оздоровительной деятельности; - медико-биологические и психологические основы и технологии преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта.	1-6
	Уметь: - использовать на занятиях преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности знания об истоках и эволюции формирования теории и методики физкультурно-оздоровительной деятельности, медико-биологических и психологических основ тренировки преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности.	1-6
	Владеть: - умениями осуществлять тренерскую деятельность преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ тренировки преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - современными технологиями тренировки преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности.	2-7
ПК-9	Знать: - психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной физкультурно-спортивной конкуренции.	4-6
	Уметь: - использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта в практической работе с занимающимися в целях формирования у них мотивации к занятиям преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности и воспитания моральных принципов честной физкультурно-спортивной конкуренции.	4-6
	Владеть: - умением формировать мотивацию к занятиям преимущественно	5-7

	<p>физкультурно-оздоровительной направленности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной физкультурно-спортивной конкуренции. 	
ПК-10	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - теоретико-методические основы мониторинга физического состояния на различных этапах физкультурно-оздоровительной деятельности; - методики мониторинга физического состояния в физкультурно-оздоровительной деятельности; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся. 	4-6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - эффективно применять педагогические методы (тесты) при мониторинге физического состояния; - определять предрасположенность к занятиям определенными видами физкультурно-оздоровительной деятельности; - анализировать показатели мониторинга физического состояния (способности) различных возрастно-половых контингентов (или групп) населения; - использовать антропометрические, физические и психические особенности занимающихся при мониторинге физического состояния. 	4-6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умением реализовывать показатели мониторинга физического состояния с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся. 	5-7
ПК-11	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - федеральный стандарт спортивной подготовки по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. Примерные программы подготовки на спортивно-оздоровительном этапе по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - закономерности физкультурно-спортивного совершенствования на спортивно-оздоровительном этапе и формирования адаптационных процессов в ведущих функциональных системах; - содержание тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе детско-юношеского и массового спорта; - медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку на спортивно-оздоровительном этапе по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - методы планирования тренировочного процесса. 	3-7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (подготовки по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности). 	3-7

	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий спортивно-оздоровительного этапа по одному из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности 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 уровня физической подготовленности. 	3-7
ПК-13	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды и методы мониторинга физического состояния и учета его результатов в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности лиц различных возрастно-половых контингентов (или групп) населения; - содержание и организацию мониторинга за физическим состоянием лиц различных возрастно-половых контингентов (или групп) населения; - актуальные технологии управления физическим состоянием лиц различных возрастно-половых контингентов (или групп) населения 	3-7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - скомплектовать батареи тестов для различных видов (разделов) базовых видов физкультурно-спортивной деятельности и организовывать их проведение; - пользоваться профессиональным инструментарием для сбора информации; - фиксировать, анализировать и обобщать результаты мониторинга физического состояния; - находить организационные решения для коррекции физического состояния занимающихся. 	3-7
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способностью использовать актуальные для базовых видов физкультурно-спортивной деятельности технологии управления физическим состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию. 	3-7
ПК-14	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики физкультурно-оздоровительной деятельности в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности; - средства и методы в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности. 	1-7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать индивидуальное педагогическое мастерство в процессе физкультурно-оздоровительных занятий; - в соответствии с особенностями физкультурно-оздоровительной деятельности демонстрировать технику движений в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности и средства выразительности. 	1-7
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способностью совершенствовать индивидуальное педагогическое 	1-7

	<p>мастерство;</p> <ul style="list-style-type: none"> - в соответствии с особенностями физкультурно-оздоровительной деятельности владеть техникой движений в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности и средствами выразительности. 	
ПК-15	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной физкультурно-оздоровительной деятельности; - эффективные средства и методы индивидуальной подготовленности в базовых видах физкультурно-оздоровительной деятельности. 	2-6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной физкультурно-оздоровительной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень подготовленности в базовых видах физкультурно-оздоровительной деятельности. 	2-6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной физкультурно-оздоровительной деятельности; - средствами и методами сохранения и поддерживать подготовленности в базовых видах физкультурно-оздоровительной деятельности. 	2-6
ПК-26	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - санитарно-гигиенические нормы (СанПиН); - технологию составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации, фитнес-клуба, фитнес-центра оборудованием, экипировкой и инвентарем; - функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки; - методы составления финансовых документов. 	4-7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	4-7
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	4-7
ПК-28	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы и средства сбора информации, а также основные источники информации о теории и методике физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса; 	4-7

	<ul style="list-style-type: none"> - основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности; - принципы организации и проведения научно-исследовательских работ; - основы теории планирования эксперимента; - способы статистической обработки полученных результатов. 	
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности преимущественно физкультурно-оздоровительной направленности 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. 	5-8
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками получения и первичной обработки информации о достижениях в теории и методике физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса 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. 	4-6
ПК-30	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы организации научного исследования; - основы научного поиска, обработки и систематизации данных. 	5-8
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов; - использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики. Изучать (обобщить) коллектив и индивидуальные особенности занимающихся. 	6-8
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности. 	7-8

**5. Краткое содержание дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта»
(Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса)
Очная форма обучения**

ПЕРВЫЙ ГОД 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.	Введение в профиль подготовки (специализацию) «Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности»	1	2	4	10		
1.1.	Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности – как научно-практическая дисциплина.	1	1	2	4		
1.2.	Характеристика основных понятий «Теории и методики физкультурно-оздоровительной деятельности».	1	1	2	6		
2.	Обобщенная характеристика медико-биологических и психолого-педагогических предпосылок ФОД детей дошкольного возраста	1	2	20	20		
2.1.	Общая характеристика морфофункциональных особенностей детей дошкольного и младшего школьного возраста.	1	1	10	10		
2.2.	Психолого-педагогические основы взаимосвязи умственной и физической деятельности детей дошкольного возраста.	1	1	10	10		
3.	Теоретико-методические основы физического воспитания детей дошкольного возраста	1	6	20	33		
3.1.	Физическое воспитание ребенка в системе образования и воспитания человека	1	2	8	10		
3.2.	Организационные формы занятий физическим воспитанием детей в дошкольных учреждениях и в условиях семьи	1		4	10		
3.3.	Методические особенности разновидностей двигательной подготовки детей дошкольного	1	2	4	10		

	возраста на физкультурных занятиях. Сущность и основы методики анимационной деятельности.						
3.4.	Физическая рекреация в системе воспитания детей раннего и дошкольного возрастов	1	2	4	3		
4.	Технологии ФОД дошкольников в условиях ДОУ и в семье	1	18	74	200		
4.1.	Практико-методический анализ опыта физического воспитания дошкольников и деятельности преподавателя (воспитателя, инструктора, методиста)	1		4	20		
4.2.	Особенности методики формирования у дошкольников выполнения отдельных упражнений из «школы движений»	1	2	10	40		
4.3.	Комплексирование физических упражнений при формировании правильной осанки и ее коррекции на основе крепления мышц туловища, шеи и головы.	1	2	8	40		
	Итого за 1 семестр		14	66	163		Зачет
	2 семестр						
4.4.	Практико-методические особенности занятий на развитие мышц нижнего пояса, мышц ног и формирования сводов стопы.	2	2	4	8		
4.5.	Практико-методические особенности занятий основной гимнастикой на снижение избыточного веса	2	2	6	6		
4.6.	Практико-методические особенности занятий физическими упражнениями в лазании, перелазании и переноске груза	2	2	4	6		
4.7.	Воспитание чувства темпа, ритма движений	2	2	8	10		
4.8.	Методика организации и проведения занятий на воспитание двигательного-координационных способностей	2	2	4	20		
4.9.	Методика организации и проведения утренней гимнастики с дошкольниками	2	2	6	20		
4.10.	Формирование «школы мяча»	2	2	6	20		
4.11.	Элементарные игровые задания: эстафеты, полосы препятствий, подвижные игры (в т.ч. с элементами баскетбола). Ринго	2		8	6		

4.12.	Особенности организации и методики проведения физкультурных занятий с детьми старшей и подготовительной к школе группам	2		6	4		
5.	Материально-техническое обеспечение физкультурной деятельности дошкольников	2	8	26	70		
5.1.	Комплексный подход к оборудованию физкультурных залов и открытых площадок в детском саду.	2	4	4	40		
5.2.	Методика применения пособий, устройств и тренажеров в системе организационных форм физического воспитания дошкольников	2	4	12	30		
	Итого за 2 семестр		22	78	170		
	Итого за год		36	144	333		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен

ВТОРОЙ ГОД 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.	Теоретико-методические основы физического воспитания детей младшего школьного возраста	3	12	26	46		
1.1.	Общая характеристика морфофункциональных особенностей детей младшего школьного возраста	3	2		6		
1.2.	Психолого-педагогические основания физкультурной деятельности детей младшего школьного возраста.	3	2		4		
1.3.	Нормативные документы, регламентирующие содержание физкультурного образования	3	2	2	8		

	учащихся средней общеобразовательной школы.						
1.4.	Содержание и особенности методики проведения уроков с образовательной и оздоровительной направленностью различного типа	3	2		8		
1.5.	Организационно-методические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий в младшем школьном возрасте.	3		4	10		
1.6.	Организация и методика проведения различных форм занятий урочного типа	3	2	6	4		
1.7.	Методические основы комплексного урока физической культуры с учащимися I-IV классов общеобразовательной школы	3	2	10	6		
2.	Практико-методическое комплексирование базовых видов физических упражнений	3	6	102	75		
2.1.	Особенности методики формирования «школы движений» у школьников I-IV классов на основе комплексного использования средств базовых видов физической культуры комплексной программы физического воспитания.	3	2	16	10		
2.2.	Комплексирование видов физических упражнений для закрепления и коррекции осанки, укрепления сводов стопы.	3	2	10	10		
2.3.	Физические упражнения для укрепления мышц туловища, нижнего пояса и ног	3		8	8		
2.4.	Методика воспитания «чувства ритма» на основе комплексного использования музыки с физическими упражнениями, (музыкально-ритмические упражнения).	3	2	12	7		
	Итого за 3 семестр		18	72	81		Зачет
2.5.	Комплексное использование методов и педагогических приемов при обучении двигательным действиям	4	2	12	8		
2.6.	Дифференцированный подход к подбору физических упражнений для воспитания двигательных способностей и развития жизненно-важных физических качеств школьников I-	4	4	14	10		

	IV классов.						
2.7.	Организация и методика проведения комплексных форм занятий урочного типа со школьниками I-IV классов.	4	2	18	14		
2.8.	Требования и учебные нормативы по комплексной оценке навыков, умений, уровня физической подготовленности детей 6/7-10 лет.	4	2	12	8		
3.	Физическая рекреация в системе основного и дополнительного образования школьников	4	2	10	8		
3.1.	Основные аспекты содержание физической рекреации школьников Особенности проведения физкультурно-оздоровительных программ детей школьного возраста	4	2	10	8		
4.	Основы туристско-краеведческой работы	4	2	6	10		
4.1.	Содержание и обеспечение туристско-краеведческой работы в дошкольных учреждениях и начальной школе.	4	2	6	10		
	Итого за 4 семестр		14	72	58		
	Итого за год		32	144	121		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен

ТРЕТИЙ ГОД 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.	Теоретико-методические основы физического воспитания учащихся средних и старших классов	5	8	10	30		
1.1.	Методические особенности физического воспитания учащихся средних классов	5	2	2	10		
1.2.	Организационно-методические особенности физического воспитания учащихся старшего школьного возраста	5	2	4	10		
1.3.	Общие методические правила	5	4	4	10		

	моделирования урочных форм занятий комплексного вида в общеобразовательной школе и ССУЗ						
2.	Организационно-методические особенности воспитания физических качеств учащихся на занятиях в общеобразовательной школе и в ссузах	5	20	66	138		
2.1.	Основы методики проведения уроков, направленных на развитие ДКС учащихся средних и старших классов	5	8	10	26		
2.2.	Особенности методики применения комплексов упражнений, направленных на воспитание двигательных способностей (ловкости) учащихся средних и старших классов.	5	4	10	26		
2.3.	Организационно-методические особенности проведения комплексов упражнений на воспитание силовых способностей учащихся средних и старшекласников.	5	2	10	26		
2.4.	Особенности проведения занятий, направленных на воспитание быстроты (скоростных способностей) учащихся средних и старших классов.	5	2	14	26		
2.5.	Особенности методики воспитания выносливости в процессе физического воспитания учащихся средних и старших классов.	5	4	10	26		
	5 семестр		28	64	160		Зачет
2.6.	Основы методики проведения уроков на развитие гибкости	6	1	2	2		
2.7.	Организационно-методические особенности проведения круговой тренировки, направленной на воспитание двигательных способностей и физических качеств.	6		10	6		
3.	Особенности методики проведения комплексных уроков с учащимися 5-11 классов	6	4	22	40		
3.1.	Характерные черты методики проведения комплексных уроков физической культуры с учащимися V-VI классов.	6	1	2	8		
3.2.	Особенности методики проведения комплексных уроков физической культуры с учащимися VII-VIII классов.	6		4	8		
3.3.	Особенности методики проведения комплексных уроков физической культуры с учащимися IX, X и XI классов.	6	1	4	8		
3.4.	Особенности методики проведения и	6	1	8	8		

	организации комплексного урока профессионально-прикладной направленности учащимися X-XI классов, в ССУЗ						
3.5.	Особенности методики организации и проведения массовых соревнований общей физической подготовленности по комплексным программам.	6	1	4	8		
4.	Организация, подготовка и проведение массовых спортивно-художественных праздников и рекреативно-оздоровительных мероприятий	6	2	10			
4.1.	Организация, подготовка и проведение массовых спортивно-художественных праздников	6	1				
4.2.	Организационно-методические особенности физической рекреации учащихся V-XI классов и ССУЗ	6	1				
4.3.	Методика разработки и записи программы выступления, составление сценарного плана	6		10			
5.	Технология выполнения нир по физкультурно-оздоровительной деятельности	6	2	6	33		
5.1.	Выпускная квалификационная работа – как форма научно-исследовательской работы студентов	6	2	6	33		
6.	Материально-техническое обеспечение занятий в общеобразовательной школе и ССУЗах	6		4	20		
6.1.	Специфические особенности методики проведения комплексных уроков с применением многокомплектного оборудования	6		2	6		
6.2.	Конструктивные особенности физкультурно-спортивного оборудования	6		2	6		
6.3.	Методические требования комплексного оборудования открытых площадок для массовых занятий физическими упражнениями (городки общей физической подготовки)	6			8		
	Итого за 6 семестр		8	52	93		
	Итого за год		36	116	253		
	Промежуточная аттестация					9	Курсовая работа Экзамен

ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД 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.	Теоретико-методические аспекты физической культуры студенческой молодежи и взрослого населения	7	8	20	38		
1.1.	Методические особенности комплексных занятий в ВУЗе	7	4	10	20		
1.2.	Организационно-методические особенности комплексных занятий в группах здоровья и ОФП		4	10	18		
2.	Формирование профессиональных умений комплексирования средств и форм проведения занятий со студентами и взрослыми	7	20	52	144		
2.1.	Формирование профессиональных умений комплексного применения методических приемов при обучении двигательным действиям студентов и взрослых	7	2	14	44		
2.2.	Практикум по формированию профессионально-практических умений организации и проведения совокупностей разнородных средств, направленных на гармоничное развитие координационных способностей и физических качеств студентов	7	4	10	40		
2.3.	Практикум по формированию профессионально-практических умений организации и проведения комплексных уроков со студентами.	7	2	10	40		
2.4.	Характерные черты методики построения и преподавания комплексных оздоровительных программ в системе занятий групп здоровья	7	2	8	20		
	Итого 7 семестр		18	62	172		Зачет
	8 семестр						
2.5.	Структура и содержание физической культуры и спорта инвалидов	8	10	10	10		
3.	Методика занятий на тренажерах	8	8	48	103		

	со студентами и лицами зрелого возраста						
3.1.	Использование тренажеров в занятиях с направленностью ППФП и физкультурно-оздоровительных занятиях в группах здоровья	8	8	48	103		
	Итого 8 семестр		18	58	113		
	Итого за год		36	144	285		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен
	Итого		140	524	992	36	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 фехтования, современного пятиборья, восточных
боевых искусств**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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

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

Составитель:

Багомедов Хизри Абдурашидович – старший преподаватель кафедры ТиМ
фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)»

Целью освоения программы дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)» является успешное усвоение студентами теоретического и учебно-практического материала, необходимого для подготовки высококвалифицированных бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" – тренеров и преподавателей по ушу – для работы в спортивных школах (СП) различного уровня, училищах олимпийского резерва (УОР), высших и средних специальных учебных заведениях и других организациях в Российской Федерации, владеющих передовыми знаниями, соответствующими современному научно обоснованному уровню развития данного вида спорта в нашей стране и за рубежом, умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

Дисциплина (модуль) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)» 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 ушу.

Исходный уровень для освоения дисциплины определяется требованиями вступительных испытаний при поступлении в университет. 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.

Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

3. Перечень планируемых результатов обучения дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Наименование планируемых результатов обучения дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
1	2	3
ОПК-3	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – принципы и методы обучения базовой технике в ушу; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся ушу в группах предварительной и начальной подготовки; – требований стандартов спортивной подготовки в ушу к проведению занятий с данным контингентом. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в ушу с учетом особенностей занимающихся в группах предварительной и начальной подготовки и требований образовательных стандартов по ушу. 	5
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы теории и методики физической культуры и спорта; – принципы и методы обучения <i>ТАОЛУ</i> в ушу; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на стадии выбора спортивной специализации тренировочного этапа многолетней подготовки ушуистов; – требования стандартов спортивной подготовки в ушу к проведению занятий с данным контингентом. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в ушу с учетом особенностей занимающихся на стадии выбора спортивной специализации тренировочного этапа и требований образовательных стандартов. 	6

	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – теорию и методику обучения ушу; – принципы и методы обучения <i>САНЬДА</i> в ушу; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на стадии углублённой спортивной специализации тренировочного этапа многолетней подготовки ушуистов; – требования стандартов спортивной подготовки в ушу к проведению занятий с данным контингентом. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в ушу с учетом особенностей занимающихся на стадии углублённой спортивной специализации тренировочного этапа и требований образовательных стандартов. 	8
ОПК-6	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы разностороннего развития занимающихся средствами ушу; – принципы построения занятий по ушу оздоровительной направленности 	5
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе подготовки спортсменов в ушу; – особенности протекания восстановления при занятиях ушу. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – подбирать и использовать восстановительные средства, используемые после стандартных и повышенных тренировочных нагрузок в ушу; <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – планированием восстановительных мероприятий в тренировочном процессе ушуистов 	7
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – эволюцию правил соревнований по ушу; – судейскую терминологию при проведении соревнований по видам соревновательной деятельности в ушу; – основные требования к одежде и личному инвентарю участников соревнований. 	8
ОПК-8	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – правила соревнований по ушу; – документы планирования и проведения соревнований; – особенности организации и проведения соревнований различного уровня; 	9

	<ul style="list-style-type: none"> – обязанности организаторов и судей соревнования; – основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований. 	
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – организовывать и проводить соревнования различного уровня; – осуществлять объективное судейство соревнований; – обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований 	
ОПК-11	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы научно-методической деятельности в ушу; – апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта. 	7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта 	
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – методы научного анализа и обработки результатов исследований 	8
	<p>Уметь:</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>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности 	9
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы 	10
	<p>Владеть:</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>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки в ушу; – медико-биологических и психологических основы и технологию тренировки в ушу; – санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта. 	3

	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать на занятиях по ушу знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки; – соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования в профессиональной деятельности. 	5
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – умениями осуществлять тренерскую деятельность в ушу с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки; – современными технологиями тренировки в ушу; – умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности. 	9
ПК-9	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – психологическую характеристику двигательной деятельности в ушу 	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. 	6
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – формирования мотивации к занятиям ушу 	7
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям ушу 	
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – умением формировать мотивацию к занятиям ушу 	8
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 ушу; – современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 	5
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; 	6

	<ul style="list-style-type: none"> – определять предрасположенность к занятиям определенными видами соревновательной деятельности в ушу; – анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; – использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в ушу. 	
ПК-11	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – теоретические основы программирования процесса обучения в ушу 	4
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять обучающие программы по видам соревновательной деятельности в ушу 	
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять планы тренировочных занятий, микро- и мезоциклов тренировок в соответствии с определённым периодом подготовки ушуистов на этапах предварительной и начальной подготовок в ушу. 	5
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять планы тренировочных занятий, микро-, мезо- и макроциклов тренировок по видам соревновательной деятельности в соответствии с определённым периодом подготовки ушуистов на этапе спортивной специализации в ушу. 	7
ПК-13	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – содержание и организацию педагогического контроля в ушу; – актуальные технологии управления состоянием спортсмена 	9
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; – фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; – находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся. 	
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – актуальными для ушу технологиями управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию. 	
ПК-14	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы теории и методики спортивной тренировки в ушу; – средства и методы физической, технической, тактической, психической и интегральной подготовки в ушу. 	7

	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; – в соответствии с особенностями избранного вида соревновательной деятельности в ушу демонстрировать технику движений, технико-тактические действия, средства выразительности в <i>ТАОЛУ</i>. 	
ПК-15	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; – эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки. 	9
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; – сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности 	
ПК-26	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – санитарно-гигиенические нормы; – функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки 	6
	<p>Уметь:</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 	
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками безопасной и эффективной работы, качественного ухода за оборудованием и инвентарем 	7
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – технологии составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем. 	4
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивный экипировки, инвентарь, оборудования 	
<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки 	5	

ПК-28	Знать: – основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; – принципы организации и проведения научно-исследовательских работ	6
	Уметь: – планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в ушу с использованием апробированных методик	8
	Владеть: – навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в ушу	9
ПК-30	Знать: – методологии исследовательской деятельности в ушу	6
	Уметь: – проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов исследования; – использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся.	8
	Владеть: – опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности	10

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

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц или 1692 академических часов, из них: аудиторных занятий – 188 часов, самостоятельная работа студентов – 1459 часов, экзамены – 45 часов. Один семестровый экзамен выражается 1 зачётной единицей: 3 дня подготовки – 27 часов и 1 день на экзамен – 9 часов.

Условные обозначения: **Практика** – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); **СРС** – самостоятельная работа студентов (в числителе – количество часов работы под наблюдением преподавателя, в знаменателе – без преподавателя); **ЗЕТ** – зачётные единицы трудоёмкости.

№ раздела	Разделы дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)»	Семестр	ЗЕТ	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в академических часах)					Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Всего часов	Лекции	Практика	СРС	Контроль	
I курс		1	4	144	3	14	127	-	зачёт
0	Пропедевтика Введение в дисциплину «Теория и методика ушу»		0,39	14	1	-	13		
2	Общетеоретические сведения о ушу		1	36	2	-	34		
3	Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования		1	36	-	6	30		
4	Тактика ушу. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,61	22	-	2	20		
5	Интегральная подготовка в ушу		1	36	-	6	30		
I курс		2	5	180	3	12	156	9	экзамен
1	История ушу		1	36	2	-	34		
2	Общетеоретические сведения о ушу		0,5	18	1	-	17		
3	Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования		1	36	-	4	32		

4	Тактика ушу. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,5	18	-	2	16		
5	Интегральная подготовка в ушу		1	36	-	6	30		
Итоговый контроль (экзамен)			1	36	-	-	27	9	
Всего за I курс			9	324	6	26	283	9	
II курс		3	4	144	3	16	125	-	зачёт
1	Вопросы современного развития ушу		0,1	4	1	-	3		
2	Общетеоретические сведения о ушу		0,4	14	1	-	13		
3	Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования		1	36	-	6	30		
4	Тактика ушу. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,5	18	-	2	16		
5	Интегральная подготовка в ушу		1	36	-	6	30		
6	Физические качества и методы их развитие в ушу		1	36	1	2	33		
II курс		4	6	216	3	16	188	9	экзамен
3	Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования		1	36	-	4	32		
4	Тактика ушу. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,5	18	-	1	17		
5	Интегральная подготовка в ушу		1	36	-	4	32		
6	Физические качества и методы их развитие в ушу		1	36	1	2	33		
8	Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях ушу		0,5	18	1	2	15		
11	Техника и тактика самозащиты при применении противником неспециализированных для ушу средств нападения		1	36	1	3	32		
Итоговый контроль			1	36	-	-	27	9	экзамен

Всего за II курс		10	360	6	32	313	9		
III курс		5	4	144	3	16	125	-	зачёт
1	Вопросы современного развития ушу	0,1	4	-	-	4			
3	Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования	1	36	-	4	32			
4	Тактика ушу. Методы формирования тактических умений и навыков»	0,4	14	-	1	13			
5	Интегральная подготовка в ушу	1	36	-	4	32			
7	Психические качества и методы их формирования в ушу	0,5	18	2	1	15			
8	Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях ушу	0,5	18	1	2	15			
11	Техника и тактика самозащиты при применении противником неспециализированных для ушу средств нападения	0,5	18	-	4	14			
III курс		6	4	144	3	14	118	9	экзамен
3	Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования	0,67	24	-	4	20			
4	Тактика ушу. Методы формирования тактических умений и навыков»	0,1	4	-	1	3			
5	Интегральная подготовка в ушу	0,67	24	-	4	20			
9	Управление системой подготовки ушуиста	0,67	24	1	2	21			
10	Судейство, организация соревнований и спортивно-массовых мероприятий по ушу	0,22	8	1	1	6			
12	Научно-исследовательская и учебно-методическая работа студентов	0,67	24	1	2	21			
Итоговый контроль		1	36	-	-	27	9	экзамен	
Всего за III курс		8	288	6	30	243	9		
IV курс		7	5	180	2	15	163	-	зачёт

1	Вопросы современного развития ушу		0,1	4	-	-	4		
3	Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования		1	36	-	4	32		
4	Тактика ушу. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,4	14	-	-	14		
5	Интегральная подготовка в ушу		1	36	-	4	32		
7	Психические качества и методы их формирования в ушу		1	36	1	-	35		
8	Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях ушу		0,5	18	1	3	14		
11	Техника и тактика самозащиты при применении противником неспециализированных для ушу средств нападения		1	36	-	4	32		
IV курс		8	5	180	4	15	152	9	экзамен
3	Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования		1	36	-	4	32		
4	Тактика ушу. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,22	8	-	-	8		
5	Интегральная подготовка в ушу		1	36	-	4	32		
9	Управление системой подготовки ушуиста		0,78	28	-	2	26		
10	Судейство, организация соревнований и спортивно-массовых мероприятий по ушу		0,5	18	2	1	15		
12	Научно-исследовательская и учебно-методическая работа студентов		0,5	18	2	4	12		
Итоговый контроль			1	36	-	-	27	9	экзамен
Всего за IV курс			10	360	6	30	315	9	
V курс		9	5	180	3	20	157	-	зачёт

1	Вопросы современного развития ушу		0,1	4	-	-	4		
3	Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования		1	36	-	6	30		
4	Тактика ушу. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,4	14	-	-	14		
5	Интегральная подготовка в ушу		1	36	-	6	30		
7	Психические качества и методы их формирования в ушу		0,7	25	2	-	23		
8	Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях ушу		1	36	1	4	31		
11	Техника и тактика самозащиты при применении противником неспециализированных для ушу средств нападения		0,8	29	-	4	25		
V курс		10	5	180	5	18	148	9	экзамен
3	Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования		0,5	18	-	4	14		
4	Тактика ушу. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,22	8	-	-	8		
5	Интегральная подготовка в ушу		0,5	18	-	4	14		
9	Управление системой подготовки ушуиста		1	36	2	4	30		
10	Судейство, организация соревнований и спортивно-массовых мероприятий по ушу		0,78	28	-	2	26		
12	Научно-исследовательская и учебно-методическая работа студентов		1	36	3	4	29		
Итоговый контроль			1	36	-	-	27	9	экзамен
Всего за V курс		10	360	8	38	305	9		
Всего за курс обучения:		47	1692	32	156	1459	45		

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)»

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)» (См. Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)».

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)»

5.2.1. Содержание зачетных требований для студентов в I семестре заочной формы обучения:

5.2.1.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Характеристика ушу как системы рукопашного боя без оружия, вида спорта и средства физического воспитания.

2. Место ушу в государственной системе физического воспитания населения. Прикладное и воспитательное значение ушу для подготовки молодежи к труду и службе в вооруженных силах.

3. Особенности, цели и задачи традиционного, спортивного и прикладного направлений в ушу. Место ушу среди других видов восточных боевых искусств и спортивных единоборств.

4. Объективные условия деятельности ушуистов и влияние занятий ушу на организм занимающихся. Оздоровительный аспект в занятиях ушу.

5. Конфликтный характер соревновательной деятельности ушуистов.

6. Характеристика физических и психических нагрузок в спортивной деятельности ушуистов. Физические и психические качества, наиболее важные для ушуиста.

7. Характеристика мест занятий и соревнований. Экипировка, инвентарь и оборудование в традиционном и спортивном направлениях ушу.

8. Системы организации учебного процесса в традиционном и спортивном направлениях ушу.

9. Правила поведения в зале, нормы этикета, морально-этические принципы и основы мировоззрения занимающегося ушу.

10. Система квалификационных разрядов и званий в традиционном и спортивном направлениях ушу, принципы их присвоения.

11. Определение понятия «терминология». Термины и их значение. Требования, предъявляемые к терминологии. Китайская и русская терминология, применяемая в ушу.

12. Классификация терминов. Система построения терминов в ушу. Содержание и характеристика общих, основных и дополнительных терминов и понятий ушу.

13. Определение понятия «классификация». Метод классификации как результат обобщения практического опыта. Принципы построения классификации.

14. Связь терминологии и классификации. Влияние классификации на методику обучения и тренировки в ушу.

15. Классификация и терминология средств традиционного ушу и средств спортивного ушу.

16. Определение понятия «базовая техника ушу». Общая характеристика техники ушу и её значение для становления мастерства бойца.

17. Рациональная техника как идеальная модель соревновательной деятельности. Удельный вес техники в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь. Технический арсенал ушуиста и закономерности его формирования.

18. Классификация и терминология базовой техники ушу.

19. Определение понятия «тактика ушу». Общая характеристика тактики традиционного ушу и спортивного ушу.

20. Значение тактики для становления мастерства бойца. Взаимосвязь техники и тактики. Разделы тактики. Виды тактики. Элементы тактики. Тактические приемы.

21. Классификация и терминология тактики традиционного ушу.

22. Классификация и терминология тактики спортивного ушу.

23. Определение понятия «интегральная подготовка в ушу». Характеристика разделов интегральной подготовки в ушу и их значение для становления мастерства бойца. Удельный вес интегральной подготовки в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь.

24. Классификация и терминология средств интегральной подготовки в ушу.

25. Классификация и терминология средств физической подготовки в ушу.

5.2.1.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

ТАОЛУ: 16 ФОРМ ЧАНЬЦЮАНЬ (ДИ И ДУАНЬ – первая часть);

ТАОЛУ: ШИЛЮШИ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ И ДУАНЬ);

САНЬДА: 12 форм обусловленных учебных боёв с выполнением одного атакующего действия, защитой от него и ответной атакой.

5.2.2. Содержание экзаменационных требований для студентов во II семестре заочной формы обучения.

5.2.2.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Характеристика ушу как системы рукопашного боя без оружия, вида спорта и средства физического воспитания.

2. Место ушу в государственной системе физического воспитания населения. Прикладное и воспитательное значение ушу для подготовки молодежи к труду и службе в вооруженных силах.

3. Особенности, цели и задачи традиционного, спортивного и прикладного направлений в ушу. Место ушу среди других видов восточных боевых искусств и спортивных единоборств.

4. Объективные условия деятельности ушуистов и влияние занятий ушу на организм занимающихся. Оздоровительный аспект в занятиях ушу.

5. Конфликтный характер соревновательной деятельности ушуистов.

6. Характеристика физических и психических нагрузок в спортивной деятельности ушуистов. Физические и психические качества, наиболее важные для ушуиста.

7. Характеристика мест занятий и соревнований. Экипировка, инвентарь и оборудование в традиционном и спортивном направлениях ушу.

8. Системы организации учебного процесса в традиционном и спортивном направлениях ушу.

9. Правила поведения в зале, нормы этикета, морально-этические принципы и основы мировоззрения занимающегося ушу.

10. Система квалификационных разрядов и званий в традиционном и спортивном направлениях ушу, принципы их присвоения.

11. Генезис боевых искусств, протосистемы рукопашного боя без оружия.

12. Эволюция боевых искусств Китая, их влияние на развитие ушу.

13. Эволюция боевых искусств Японии, их влияние на развитие ушу.

14. Исторические корни и социально-экономические предпосылки возникновения ушу.

15. Исторические этапы развития ушу как системы рукопашного боя без оружия.

16. Краткие биографии великих мастеров ушу XVIII – XX веков.

17. Развитие ушу как боевого искусства и вида спорта в Китае.

18. Характеристика ведущих школ ушу и их распространение в мире.

19. Этапы развития спортивного ушу. Деятельность Всемирной федерации ушу, Европейской федерации ушу и других международных организаций, развивающих различные направления и школы ушу. Перспективы дальнейшего развития ушу.

20. Зарождение и распространение ушу в СССР и России.

21. Участие и достижения российских ушуистов в чемпионатах мира и Европы. Деятельность федерации ушу России и других общероссийских организаций ушу.

22. Причины травматизма на соревнованиях и занятиях ушу.

23. Контроль дистанции при выполнении ударов, страховка и само страховка при проведении бросков – основа безопасности занимающихся ушу в условиях проведения учебно-тренировочного процесса и соревнований.

24. Методические и организационные требования, направленные на предупреждение травм. Специальные упражнения для овладения навыками контроля дистанции, страховки и само страховки.

25. Методы оказания первой до врачебной помощи.

26. Основы врачебного и педагогического контроля за состоянием здоровья занимающихся. Основные способы самоконтроля спортсмена.

27. Принципы обеспечения режима питания, двигательной активности, сна и отдыха занимающихся. Личная и общественная гигиена занимающихся ушу.

28. Определение понятия «терминология». Термины и их значение. Требования, предъявляемые к терминологии. Китайская и русская терминология, применяемая в ушу.

29. Классификация терминов. Система построения терминов в ушу. Содержание и характеристика общих, основных и дополнительных терминов и понятий ушу.

30. Определение понятия «классификация». Метод классификации как результат обобщения практического опыта. Принципы построения классификации. Связь терминологии и классификации. Влияние классификации на методику обучения и тренировки в ушу.

31. Классификация и терминология средств традиционного ушу и средств спортивного ушу.

32. Определение понятия «базовая техника ушу». Общая характеристика техники ушу и её значение для становления мастерства бойца. Рациональная техника как идеальная модель соревновательной деятельности. Удельный вес техники в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь. Технический арсенал ушуиста и закономерности его формирования.

33. Классификация и терминология базовой техники ушу.

34. Определение понятия «тактика ушу». Общая характеристика тактики традиционного ушу и спортивного ушу. Значение тактики для становления мастерства бойца. Взаимосвязь техники и тактики. Разделы тактики. Виды тактики. Элементы тактики. Тактические приемы.

35. Классификация и терминология тактики традиционного ушу.

36. Классификация и терминология тактики спортивного ушу.

37. Определение понятия «интегральная подготовка в ушу». Характеристика разделов интегральной подготовки в ушу и их значение для становления мастерства бойца. Удельный вес интегральной подготовки в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь.

38. Классификация и терминология средств интегральной подготовки в ушу.

39. Классификация и терминология средств физической подготовки в ушу.

40. Основы и средства дистанционного взаимодействия с противником в ушу. Определение понятия «Боевая дистанция». Виды боевых дистанций. Радиус эффективности ударных действий. Оперативная оценка дистанции. Чувство дистанции и его развитие. Дистанционно-целевая точность.

41. Основы и средства визуального взаимодействия с противником в ушу.

Начальные сведения о механизме двигательной реакции. Роль зрительного анализатора в оптимальном реагировании. Простая и сложная двигательные реакции, виды сложных двигательных реакций. Технология наблюдения за противником. Виды приемов наблюдения.

42. Методы дыхания в ушу. Способы дыхания в бою, дыхание при выполнении таолу, приемы восстановительного дыхания. Методы произвольного мышечного напряжения и расслабления в ушу.

43. Методы формообразования и названия ударных и блокирующих поверхностей рук и ног в ушу.

44. Топография человеческого тела, основные жизненно важные центры и болевые точки человеческого тела.

45. Основные задачи и начальные методы психотренинга в ушу.

5.2.2.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

ТАОЛУ: 16 ФОРМ ЧАНЬЦЮАНЬ (ДИ И ДУАНЬ – первая часть);

ТАОЛУ: ШИЛЮШИ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ И ДУАНЬ);

САНЬДА: 12 форм обусловленных учебных боёв с выполнением одного атакующего действия, защитой от него и ответной атакой.

5.2.3. Содержание зачетных требований для студентов в III семестре заочной формы обучения:

5.2.3.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Тело человека как биомеханическая система. Кинематические цепи и кинематические пары. Степени свободы движений.
2. Кинематические характеристики приемов ушу: траектория, скорость и ускорение.
3. Динамические характеристики приемов ушу: ударная масса, сила удара, импульс силы,
4. Динамические характеристики приемов ушу: количество движения, работа силы и её мощность, механическая энергия движения.
5. 2-й и 3-й законы Ньютона.
6. Традиционные способы выполнения ударных и блокирующих действий в ушу.
7. Позная устойчивость и равновесие. Силы инерции. Способы использования и нейтрализации сил инерции: площадь опоры, угол устойчивости, проекция центра массы на площадь опоры,
8. Способы использования и нейтрализации сил инерции: сила трения и реакция опоры. Традиционный способ сохранения равновесия в ушу.
9. Характеристики цели: прочность, жесткость, упругость, пластичность.
10. Характеристики ударных и защитных взаимодействий: время взаимодействия, угол приложения силы, концентрация силы.
11. Роль супенационных и пронационных движений предплечья в повышение эффективности приемов ушу.
12. Основные характеристики биомеханического взаимодействия бойцов при выведении из равновесия и проведении бросков: общий центр тяжести пары бойцов, реакция взаимного контакта, центробежные силы,
13. Основные характеристики биомеханического взаимодействия бойцов при выведении из равновесия и проведении бросков: моменты силы, рычаг приложения силы, моменты вращения в различных плоскостях.
14. Роль физической подготовки в занятиях ушу.
15. Характеристика условий проявления физических качеств в ушу.
16. Взаимосвязь и взаимовлияние упражнений, направленных на совершенствование различных двигательных качеств.
17. Характеристика гибкости. Виды гибкости.
18. Задачи развития гибкости
19. Традиционные и современные средства и методы развития гибкости в ушу.
20. Характеристика быстроты. Виды быстроты.
21. Задачи развития быстроты. Критерии оценки быстроты ушуиста.

22. Традиционные и современные средства и методы развития быстроты в ушу.
23. Характеристика силовых способностей. Виды силы.
24. Основные направления развития силовых способностей ушуиста.
25. Традиционные и современные средства и методы развития силы в ушу.

5.2.3.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

ТАОЛУ: 20 ФОРМ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ И ДУАНЬ – первая часть);

ТАОЛУ: ЭРШИШИ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ И ДУАНЬ);

САНЬДА: обусловленные учебные бои с выполнением двух ударных действий в атаке, защитой от них и ответной атакой – 4 зачетные формы;

САНЬДА: обусловленные учебные бои с выполнением одного ударного действия в атаке, защитой от него и ответной атакой – 6 зачетных форм.

5.2.4. Содержание экзаменационных требований для студентов в IV семестре заочной формы обучения:

5.2.4.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Тело человека как биомеханическая система. Кинематические цепи и кинематические пары. Степени свободы движений.
2. Кинематические характеристики приемов ушу: траектория, скорость и ускорение.
3. Динамические характеристики приемов ушу: ударная масса, сила удара, импульс силы, количество движения, работа силы и её мощность, механическая энергия движения.
4. 2-й и 3-й законы Ньютона.
5. Традиционные способы выполнения ударных и блокирующих действий в ушу.
6. Позная устойчивость и равновесие. Силы инерции, способы их использования и нейтрализации: площадь опоры, угол устойчивости, проекция центра массы на площадь опоры, сила трения и реакция опоры. Традиционный способ сохранения равновесия.
7. Характеристики цели: прочность, жесткость, упругость, пластичность.
8. Характеристики ударных и защитных взаимодействий: время взаимодействия, угол приложения силы, концентрация силы.
9. Роль супенационных и пронационных движений предплечья в повышение эффективности приемов ушу.
10. Основные характеристики биомеханического взаимодействия бойцов при выведении из равновесия и проведении бросков: общий центр тяжести пары бойцов, реакция взаимного контакта, центробежные силы, моменты силы, рычаг приложения силы, моменты вращения в различных плоскостях.
11. Роль физической подготовки в занятиях ушу.
12. Характеристика условий проявления физических качеств в ушу.

13. Взаимосвязь и взаимовлияние упражнений, направленных на совершенствование различных двигательных качеств.

14. Характеристика гибкости. Виды гибкости.

15. Задачи развития гибкости

16. Традиционные и современные средства и методы развития гибкости в ушу.

17. Характеристика быстроты. Виды быстроты.

18. Задачи развития быстроты. Критерии оценки быстроты ушуиста.

19. Традиционные и современные средства и методы развития быстроты в ушу.

20. Характеристика силовых способностей. Виды силы.

21. Основные направления развития силовых способностей ушуиста.

22. Традиционные и современные средства и методы развития силы в ушу.

23. Характеристика координационных способностей и ловкости. Критерии оценки ловкости.

24. Значение ловкости для овладения технико-тактическим мастерством и достижения высоких спортивных результатов. Задачи развития ловкости.

25. Традиционные и современные методы управления развитием ловкости в ушу.

26. Характеристика выносливости. Виды выносливости.

27. Основные направления развития выносливости ушуиста.

28. Традиционные и современные средства и методы развития выносливости в ушу.

29. Характеристика произвольного мышечного напряжения и расслабления, методы управления их развитием в ушу.

30. Особенности применения средств и методов развития физических качеств ушуистов в зависимости от их возраста, пола и квалификации.

31. Методика применения средств физической подготовки.

32. Основы методики обучения ушу.

33. Характеристика словесных методов, используемых в подготовке ушуистов.

34. Характеристика наглядных методов, используемых в подготовке ушуистов.

35. Характеристика практических методов, используемых в подготовке ушуистов.

36. Последовательность освоения приемов (действий).

37. Характеристика последовательности ознакомления с приемом (действием).

38. Характеристика последовательности разучивания приема (действия).

39. Характеристика последовательности совершенствования в выполнении приема (действия).

40. Характеристика двигательных навыков ушуиста.

41. Обосновать необходимость многочисленности двигательных навыков для ушуиста.

42. Обосновать необходимость быстроты и точности движений для ушуиста.

43. Обосновать необходимость стабильности и вариативности движений для ушуиста.

44. Обосновать необходимость большого объема специальных качеств для

ушуиста.

45. Обосновать необходимость большого объема тактических способностей для ушуиста.

5.2.4.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

ТАОЛУ: 20 ФОРМ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ ЭР ДУАНЬ – вторая часть);

ТАОЛУ: ЭРШИШИ ЧАНЦЮАНЬ;

САНЬДА: обусловленные учебные бои с выполнением двух ударных действий в атаке, защитой от них и ответной атакой – 4 зачетные формы;

САНЬДА: обусловленные учебные бои с выполнением одного ударного действия в атаке, защитой от него и ответной атакой – 6 зачетных форм.

5.2.5. Содержание зачетных требований для студентов в V семестре заочной формы обучения:

5.2.5.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. На что направлена техническая подготовка в традиционном ушу?
2. Характеристика боевых позиций в традиционном ушу, задач, средств и методов их совершенствования.
3. Характеристика видов перемещений в традиционном ушу.
4. Характеристика техники перемещений в традиционном ушу и педагогических задач ее совершенствования.
5. Характеристика видов приемов и техники ударов руками в традиционном ушу.
6. Характеристика видов приемов и техники ударов ногами в традиционном ушу.
7. Характеристика видов и техники бросков, приемов выведения из равновесия и удержания в традиционном ушу.
8. Характеристика видов приемов и техники болевых воздействий на суставы, удушения и других средств нападения в традиционном ушу.
9. Характеристика видов приемов и техники защиты блоками руками в традиционном ушу.
10. Характеристика видов приемов и техники защиты блоками ногами в традиционном ушу.
11. Характеристика видов приемов и техники защиты уходами, уклонами и вводами в традиционном ушу.
12. Характеристика видов приемов и техники защиты от захватов и противодействия захватам в традиционном ушу.
13. На что направлена техническая подготовка в спортивном ушу?
14. Основные и частные педагогические задачи технической подготовки в спортивном ушу, чем определяется их постановка?
15. От чего зависят объемы применения упражнений технической подготовки в спортивном ушу?
16. Характеристики сенсомоторных структур боевых действий в спортивном ушу.

17. Виды боевых действий в спортивном ушу и характеристики их сенсомоторных механизмов.

18. Характеристики специализированных умений в спортивном ушу.

19. Характеристика основных боевых позиций в спортивном ушу, роли, задач, средств и методов их совершенствования.

20. Характеристика видов перемещений в спортивном ушу и их техники.

21. Характеристика педагогических задач совершенствования техники перемещений в спортивном ушу.

22. Сравнительные характеристики видов атакующих действий, применяемых в спортивном ушу и традиционном ушу.

23. Сравнительные характеристики видов защитных действий, применяемых в спортивном ушу и традиционном ушу.

24. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях выполнения технических приемов и боевых действий на обусловленный зрительный, тактильный или слуховой сигнал и последовательность усложнения ситуаций при его применении.

25. Педагогические задачи применения метода совершенствования техники в ситуациях выполнения технических приемов и боевых действий на обусловленный зрительный, тактильный или слуховой сигнал и.

26. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях различения условий, необходимых для эффективного выполнения технических приемов и боевых действий.

27. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях взаимоисключающего выбора боевых средств.

28. Педагогические задачи применения метода совершенствования техники в ситуациях взаимоисключающего выбора боевых средств.

29. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях переключения от одних средств единоборства к другим.

30. Педагогические задачи применения метода совершенствования техники в ситуациях переключения от одних средств единоборства к другим.

31. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях с пространственной и временной неопределенностью.

32. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях возникновения рефлекторных помех.

33. Значение тактики в спортивном ушу.

34. Характеристика тактической деятельности в спортивном ушу.

35. Характеристика основных тактических принципов ведения соревновательного боя в спортивном ушу.

36. Характеристика тактических действий, применяемых в соревновательных боях в спортивного ушу.

37. Характеристика тактических обманываний и методов их освоения.

38. Характеристика тактических качеств и методов их формирования.

39. Дать определение психической подготовки в спортивном ушу и характеризовать ее основные задачи.

40. Дать характеристику разделам психической подготовки в спортивном ушу и ее средствам.

41. Дать характеристику психической составляющей соревновательной и тренировочной деятельности в спортивном ушу и перечислить волевые качества, необходимые для ее осуществления.

42. На чем основывается развитие волевых качеств в спортивном ушу.

43. Дать характеристику методам развития волевых качеств в спортивном ушу.

44. Дать характеристику средствам развития волевых качеств в спортивном ушу.

45. Дать характеристику способам создания запаса «волевой прочности».

46. Дать характеристику приемам развития волевых качеств у спортсменов-ушуистов, применяемых в индивидуальных и парных упражнениях.

47. Дать характеристику приемам развития волевых качеств у спортсменов-ушуистов, применяемых в тренировочных боях.

48. Дать характеристику приемам развития волевых качеств у спортсменов-ушуистов, основанным на моделировании предполагаемых условий соревновательной деятельности.

49. Особенности волевой подготовки спортсмена – претендента на победу в предстоящих соревнованиях.

50. Особенности волевой подготовки спортсменов – участников предстоящих командных соревнований.

51. Характеристика интегральной подготовки в спортивном ушу. Перечислить ее методы. Дать характеристику индивидуальному методу интегральной подготовки и его средствам.

52. Дать характеристику спарринговому методу интегральной подготовки в спортивном ушу и его средствам.

53. Дать характеристику соревновательному методу интегральной подготовки в спортивном ушу и перечислить его средства.

54. Дать характеристику следующим средствам соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном ушу: тренировочный бой на заданный результат с судейством, тренировочные (подготовительные) соревнования.

55. Дать характеристику следующим средствам соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном ушу: контрольные соревнования, подводные (модельные) соревнования.

5.2.5.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

ТАОЛУ: 32 ФОРМЫ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ И ДУАНЬ – первая часть);

ТАОЛУ: 32 ФОРМЫ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ ЭР ДУАНЬ – вторая часть);

САНЬДА: обусловленные учебные бои с выполнением двух ударных действий в атаке, защитой от них и ответной атакой – 4 зачетные формы;

САНЬДА: обусловленные учебные бои с выполнением двух ударных действий в атаке, защитой от них и ответной атакой – 2 зачетные формы;

САНЬДА: обусловленные учебные бои с выполнением одного ударного действия в атаке, защитой от него и ответной атакой – 4 зачетных формы.

5.2.6. Содержание экзаменационных требований для студентов в VI семестре заочной формы обучения:

5.2.6.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. На что направлена техническая подготовка в традиционном ушу?
2. Характеристика боевых позиций в традиционном ушу, задач, средств и методов их совершенствования.
3. Характеристика видов перемещений в традиционном ушу.
4. Характеристика техники перемещений в традиционном ушу и педагогических задач ее совершенствования.
5. Характеристика видов приемов и техники ударов руками в традиционном ушу.
6. Характеристика видов приемов и техники ударов ногами в традиционном ушу.
7. Характеристика видов и техники бросков, приемов выведения из равновесия и удержания в традиционном ушу.
8. Характеристика видов приемов и техники болевых воздействий на суставы, удушения и других средств нападения в традиционном ушу.
9. Характеристика видов приемов и техники защиты блоками руками в традиционном ушу.
10. Характеристика видов приемов и техники защиты блоками ногами в традиционном ушу.
11. Характеристика видов приемов и техники защиты уходами, уклонами и вводами в традиционном ушу.
12. Характеристика видов приемов и техники защиты от захватов и противодействия захватам в традиционном ушу.
13. На что направлена техническая подготовка в спортивном ушу?
14. Основные и частные педагогические задачи технической подготовки в спортивном ушу, чем определяется их постановка?
15. От чего зависят объемы применения упражнений технической подготовки в спортивном ушу?
16. Характеристики сенсомоторных структур боевых действий в спортивном ушу.
17. Виды боевых действий в спортивном ушу и характеристики их сенсомоторных механизмов.
18. Характеристики специализированных умений в спортивном ушу.
19. Характеристика основных боевых позиций в спортивном ушу, роли, задач, средств и методов их совершенствования.
20. Характеристика видов перемещений в спортивном ушу и их техники.
21. Характеристика педагогических задач совершенствования техники перемещений в спортивном ушу.
22. Сравнительные характеристики видов атакующих действий, применяемых в спортивном ушу и традиционном ушу.
23. Сравнительные характеристики видов защитных действий, применяемых в спортивном ушу и традиционном ушу.
24. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях выполнения технических приемов и боевых действий на обусловленный зрительный, тактильный или слуховой сигнал и последовательность усложнения ситуаций при его

применении.

25. Педагогические задачи применения метода совершенствования техники в ситуациях выполнения технических приемов и боевых действий на обусловленный зрительный, тактильный или слуховой сигнал.

26. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях различия условий, необходимых для эффективного выполнения технических приемов и боевых действий.

27. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях взаимоисключающего выбора боевых средств.

28. Педагогические задачи применения метода совершенствования техники в ситуациях взаимоисключающего выбора боевых средств.

29. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях переключения от одних средств единоборства к другим.

30. Педагогические задачи применения метода совершенствования техники в ситуациях переключения от одних средств единоборства к другим.

31. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях с пространственной и временной неопределенностью.

32. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях возникновения рефлексивных помех.

33. Значение тактики в спортивном ушу.

34. Характеристика тактической деятельности в спортивном ушу.

35. Характеристика основных тактических принципов ведения соревновательного боя в спортивном ушу.

36. Характеристика тактических действий, применяемых в соревновательных боях в спортивного ушу.

37. Характеристика тактических обманываний и методов их освоения.

38. Характеристика тактических качеств и методов их формирования.

39. Дать определение психической подготовки в спортивном ушу и характеризовать ее основные задачи.

40. Дать характеристику разделам психической подготовки в спортивном ушу и ее средствам.

41. Дать характеристику психической составляющей соревновательной и тренировочной деятельности в спортивном ушу и перечислить волевые качества, необходимые для ее осуществления.

42. На чем основывается развитие волевых качеств в спортивном ушу.

43. Дать характеристику методам развития волевых качеств в спортивном ушу.

44. Дать характеристику средствам развития волевых качеств в спортивном ушу.

45. Дать характеристику способам создания запаса «волевой прочности».

46. Дать характеристику приемам развития волевых качеств у спортсменов-ушуистов, применяемых в индивидуальных и парных упражнениях.

47. Дать характеристику приемам развития волевых качеств у спортсменов-ушуистов, применяемых в тренировочных боях.

48. Дать характеристику приемам развития волевых качеств у спортсменов-ушуистов, основанным на моделировании предполагаемых условий соревновательной деятельности.

49. Особенности волевой подготовки спортсмена – претендента на победу в

предстоящих соревнованиях.

50. Особенности волевой подготовки спортсменов – участников предстоящих командных соревнований.

51. Дать характеристику интегральной подготовки в спортивном ушу. Перечислить ее методы. Дать характеристику индивидуальному методу интегральной подготовки и его средствам.

52. Дать характеристику спарринговому методу интегральной подготовки в спортивном ушу и его средствам.

53. Дать характеристику соревновательному методу интегральной подготовки в спортивном ушу и перечислить его средства.

54. Дать характеристику следующим средствам соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном ушу: тренировочный бой на заданный результат с судьейством, тренировочные (подготовительные) соревнования.

55. Дать характеристику следующим средствам соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном ушу: контрольные соревнования, подводящие (модельные) соревнования.

56. Дать характеристику возрастным этапам подготовки юных спортсменов и примерным сенситивным периодам развития двигательных качеств.

57. Система организации и основные задачи этапа предварительной подготовки в ушу.

58. Особенности развития физических качеств у детей, занимающихся ушу на этапе предварительной подготовки.

59. Особенности технической подготовки детей, занимающихся ушу на этапе предварительной подготовки.

60. Методы обучения, используемые в занятиях с детьми, занимающимися ушу на этапе предварительной подготовки.

61. Система контроля динамики развития физических качеств и формирования специальных двигательных умений у детей, занимающихся ушу на этапе предварительной подготовки.

62. Система организации и основные задачи этапа начальной спортивной подготовки в ушу.

63. Дать характеристику направлениям и методам обучения детей, занимающихся ушу на этапе начальной спортивной подготовки.

64. Система контроля динамики развития физических качеств и формирования специальных двигательных умений у детей, занимающихся ушу на этапе начальной спортивной подготовки.

65. Система организации и основные задачи этапа углубленной спортивной подготовки в ушу.

66. Дать характеристику особенностям психофизиологии подростков, занимающихся ушу на этапе углубленной спортивной подготовки.

67. Дать характеристику особенностям и основным средствам и методам физической подготовки подростков, занимающихся ушу на этапе углубленной спортивной подготовки.

68. Дать характеристику особенностям, средствам и методам технико-тактической и интегральной подготовки на стадиях этапа углубленной спортивной подготовки в

ушу. Критерии выбора соревновательной специализации. Формы комплексного контроля.

69. Система организации и основные задачи этапа спортивного совершенствования в ушу.

70. Особенности и основные средства и методы физической, технико-тактической и интегральной подготовки юношей, занимающихся ушу на этапе спортивного совершенствования. Формы комплексного контроля.

71. Дать характеристику физкультурно-оздоровительному этапу подготовки в ушу.

72. Виды соревнований в спортивном ушу, характер и способы их проведения. Цель и задачи спортивно-массовых мероприятий по ушу.

73. Участники соревнований по ушу, их возрастные и весовые категории. Условия процедуры допуска и взвешивания участников соревнований по ушу.

74. Права и обязанности участников соревнований по ушу, тренеров и представителей команд.

75. Оборудование мест соревнований и спортивно-массовых мероприятий по ушу. Медицинское и информационное обеспечение соревнований и спортивно-массовых мероприятий по ушу.

76. Дать краткую характеристику теоретическим основам и методам научного исследования в спорте.

77. Дать характеристику способам поиска и анализа информации в специальной и научно-методической литературе и в интернете, составления библиографии.

78. Педагогические методы научного исследования в спорте.

79. Инструментальные методы научного исследования в спорте.

80. Дать характеристику системе планирования и организации исследования в спорте, способам анализа, обработки и интерпретации его результатов.

5.2.6.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

ТАОЛУ: 32 ФОРМЫ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ САНЬ ДУАНЬ – третья часть);

ТАОЛУ: 32 ФОРМЫ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ СЫ ДУАНЬ – четвертая часть);

ТАОЛУ: САНЬШИЭРШИ ЧАНЦЮАНЬ САНЬ ДУАНЬ ТАОЛУ;

САНЬДА: обусловленные учебные бои с выполнением двух ударных действий в атаке, защитой от них и ответной атакой – 4 зачетные формы;

САНЬДА: обусловленные учебные бои с выполнением двух ударных действий в атаке, защитой от них и ответной атакой – 2 зачетные формы;

САНЬДА: обусловленные учебные бои с выполнением одного ударного действия в атаке, защитой от него и ответной атакой – 4 зачетных формы.

5.2.7. Содержание зачетных требований для студентов в VII семестре заочной формы обучения:

5.2.7.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Дать определение термину «психограмма вида спорта» и характеристику специфике психической деятельности в спортивном ушу.

2. Перечислить психические процессы, характерные для соревновательной деятельности в спортивном ушу.

3. Дать характеристику таким психическим процессам как восприятие, представление и воображение.

4. Дать характеристику такому психическому процессу как внимание.

5. Дать характеристику такому психическому процессу как оперативное мышление.

6. Дать характеристику такому психическому процессу как оперативная память.

7. Перечислить волевые качества и роль, которую они играют в различных ситуациях соревновательной деятельности в спортивном ушу.

8. Способы компенсации недостаточно развитых психических качеств у спортсменов-ушуистов.

9. Влияние психической напряженности на соревновательную деятельность спортсмена.

10. Что служит созданию психических предпосылок для технико-тактического совершенствования.

11. Методы освоения психической взаимосвязи между различными боевыми действиями.

12. Методы развития тактической инициативы.

13. Методы развития специализированных умений.

14. Методы развития способности к преодолению внешних и внутренних помех.

15. Методы варьирования направленности индивидуальных занятий.

16. Дать характеристику условий психической деятельности в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

17. Перечислить средства создания необходимого психического фона при совершенствовании технико-тактического мастерства ушуистов в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

18. Дать характеристику особенностям психического фона при ведении свободных боев (САНЬДА).

19. Дать характеристику условиям формирования тактической инициативы при совершенствовании технико-тактического мастерства ушуистов в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

20. Дать характеристику психическому фону ведения боевой деятельности при использовании метода целенаправленного подбора соперников в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

21. Дать характеристику психическому фону ведения боевой деятельности при использовании метода вариативного построения тренировочных боев и боев соревновательного характера.

22. Перечислить общие и частные причины возникновения психических барьеров, препятствующих технико-тактическому совершенствованию спортсменов, проявлению достигнутого уровня мастерства.

23. Перечислить типовые психические барьеры, препятствующие освоению боевых действий.

24. Перечислить типовые психические барьеры, препятствующие овладению способностью к единоборству с разнообразными соперниками и в различных условиях соревнований.

25. Дать характеристику методам ликвидации психических барьеров.
26. Дать характеристику методам развития способности спортсменов к саморегуляции психических процессов и эмоционального состояния.
27. Перечислить средства предварительной психической подготовки спортсмена к предстоящим соревнованиям.
28. Дать характеристику методам регулирования объема психических нагрузок в предсоревновательных микроциклах.
29. Причины возникновения стартовых состояний спортсмена.
30. Психофизиологические характеристики стартовых состояний спортсмена.
31. Влияния стартовых состояний на спортсменов с уравновешенной психикой.
32. Влияния стартовых состояний на спортсменов с неуравновешенной психикой.
33. Средства регуляции стартовых состояний спортсменов.
34. Методы регуляции стартовых состояний у инертных спортсменов.
35. Методы регуляции стартовых состояний у спортсменов с неуравновешенной психикой.

5.2.7.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

ТАОЛУ: 46 ФОРМ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ И ДУАНЬ – первая часть);

ТАОЛУ: 46 ФОРМ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ ЭР ДУАНЬ – вторая часть);

ТАОЛУ: Квалификационный комплекс ЦЗЯНЬШУ;

САНЬДА-САНЬШОУ: 10 зачетных атак;

САНЬДА-САНЬШОУ: 5 зачетных атак;

САНЬДА: 5 зачетных атак.

Таблицы тестирования работоспособности спортсменов в видах ушу.

График хронометрирования занятий, его анализ.

5.2.8. Содержание экзаменационных требований для студентов в VIII семестре заочной формы обучения:

5.2.8.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Дать определение термину «психограмма вида спорта» и характеристику специфике психической деятельности в спортивном ушу.
2. Перечислить психические процессы, характерные для соревновательной деятельности в спортивном ушу.
3. Дать характеристику таким психическим процессам как восприятие, представление и воображение.
4. Дать характеристику такому психическому процессу как внимание.
5. Дать характеристику такому психическому процессу как оперативное мышление.
6. Дать характеристику такому психическому процессу как оперативная память.
7. Перечислить волевые качества и роль, которую они играют в различных ситуациях соревновательной деятельности в спортивном ушу.

8. Способы компенсации недостаточно развитых психических качеств у спортсменов-ушуистов.

9. Влияние психической напряженности на соревновательную деятельность спортсмена.

10. Что служит созданию психических предпосылок для технико-тактического совершенствования.

11. Методы освоения психической взаимосвязи между различными боевыми действиями.

12. Методы развития тактической инициативы.

13. Методы развития специализированных умений.

14. Методы развития способности к преодолению внешних и внутренних помех.

15. Методы варьирования направленности индивидуальных занятий.

16. Дать характеристику условий психической деятельности в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

17. Перечислить средства создания необходимого психического фона при совершенствовании технико-тактического мастерства ушуистов в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

18. Дать характеристику особенностям психического фона при ведении свободных боев (САНЬДА).

19. Дать характеристику условиям формирования тактической инициативы при совершенствовании технико-тактического мастерства ушуистов в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

20. Дать характеристику психическому фону ведения боевой деятельности при использовании метода целенаправленного подбора соперников в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

21. Дать характеристику психическому фону ведения боевой деятельности при использовании метода вариативного построения тренировочных боев и боев соревновательного характера.

22. Перечислить общие и частные причины возникновения психических барьеров, препятствующих технико-тактическому совершенствованию спортсменов, проявлению достигнутого уровня мастерства.

23. Перечислить типовые психические барьеры, препятствующие освоению боевых действий.

24. Перечислить типовые психические барьеры, препятствующие овладению способностью к единоборству с разнообразными соперниками и в различных условиях соревнований.

25. Дать характеристику методам ликвидации психических барьеров.

26. Дать характеристику методам развития способности спортсменов к саморегуляции психических процессов и эмоционального состояния.

27. Перечислить средства предварительной психической подготовки спортсмена к предстоящим соревнованиям.

28. Дать характеристику методам регулирования объема психических нагрузок в предсоревновательных микроциклах.

29. Причины возникновения стартовых состояний спортсмена.

30. Психофизиологические характеристики стартовых состояний спортсмена.

31. Влияния стартовых состояний на спортсменов с уравновешенной психикой.

32. Влияния стартовых состояний на спортсменов с неуравновешенной психикой.
33. Средства регуляции стартовых состояний спортсменов.
34. Методы регуляции стартовых состояний у инертных спортсменов.
35. Методы регуляции стартовых состояний у спортсменов с неуравновешенной психикой.
36. С учётом каких особенностей строится система управления подготовкой квалифицированных спортсменов в спортивном ушу и от чего зависит ее эффективность?
37. Из каких частей состоит система управления подготовкой квалифицированных спортсменов в спортивном ушу и кто его осуществляет?
38. Какие виды деятельности выполняет тренер по спортивному ушу? Что относится к подготовительной и вспомогательной работе тренера по спортивному ушу?
39. Что относится к основным задачам педагогической деятельности тренера по спортивному ушу?
40. Что входит в обязанности организаторов подготовки квалифицированных спортсменов в спортивном ушу?
41. Что входит в обязанности работников, занимающихся материально-техническим и хозяйственным обеспечением подготовки квалифицированных спортсменов в спортивном ушу?
42. Что входит в обязанности сотрудников, отвечающих за научно-методическое и медицинское обеспечение подготовки квалифицированных спортсменов в спортивном ушу?
43. Чем определяется достижение высоких и стабильных соревновательных результатов в спортивном ушу?
44. С учетом каких закономерностей строится тренировочный процесс подготовки квалифицированных спортсменов в спортивном ушу?
45. Что следует учитывать в подготовке квалифицированных спортсменов в спортивном ушу?
46. Какие модельные характеристики квалифицированных спортсменов необходимо учитывать при прогнозировании их соревновательных результатов?
47. Основные задачи и разделы подготовки квалифицированных спортсменов.
48. Построение тренировочного процесса на этапах начальной и углубленной спортивной подготовки в спортивном ушу.
49. Построение тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования в ушу.
50. Построение тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства в ушу.
51. Система многолетней подготовки в спортивном ушу.
52. Характеристика макроцикла, виды макроциклов, система построения тренировочного процесса в годичном макроцикле.
53. Система периодизации тренировочного процесса в спортивном ушу.
54. Характеристика подготовительного периода и его этапов.
55. Характеристика соревновательного периода.
56. Характеристика переходного периода.
57. Характеристика мезоцикла, виды мезоциклов.

58. Характеристики втягивающих и базовых мезоциклов, особенности построения тренировочного процесса в этих мезоциклах.

59. Характеристики контрольно-подготовительных и предсоревновательных мезоциклов, особенности построения тренировочного процесса в этих мезоциклах.

60. Характеристики соревновательных и восстановительных мезоциклов, особенности построения тренировочного процесса в этих мезоциклах.

61. Характеристика микроцикла, виды микроциклов.

62. Характеристика втягивающих и общеподготовительных микроциклов.

63. Характеристика специально подготовительных и модельных микроциклов.

64. Характеристика подводящих и соревновательных микроциклов.

65. Характеристика фаз соревновательного микроцикла.

66. Характеристика ударных и восстановительных микроциклов.

67. Общие требования к системе подготовки спортсмена в макроцикле тренировочного процесса.

68. Тренировочные средства и методы, применяемые на общеподготовительном этапе подготовительного периода.

69. Тренировочные средства и методы, применяемые на контрольно-подготовительном этапе подготовительного периода.

70. Тренировочные средства и методы, применяемые на этапе интегральной подготовки подготовительного периода.

71. Тренировочные средства и методы, применяемые на предсоревновательном этапе подготовительного периода.

72. Тренировочные средства и методы, применяемые в соревновательном периоде.

73. Тренировочные средства и методы, применяемые в переходном периоде.

74. Методика планирования тренировочных нагрузок и их распределения по этапам подготовки.

75. Методика планирования технико-тактического оснащения спортсменов, совершенствования их индивидуальной манеры ведения боя.

76. Методика подбора боевых средств с учетом индивидуальных склонностей спортсменов.

77. Методы эффективного ускорения переноса тренировочного материала в соревновательные бои.

78. Система отбора кандидатов в сборную команду.

79. Критерии отбора кандидатов в сборную команду.

80. Средства и методы управления деятельностью спортсмена в соревнованиях.

81. Перечислить членов судейской коллегии, обслуживающей соревнования по ушу.

82. Права и обязанности главного судьи, заместителя главного судьи, главного секретаря и инспектора соревнований по ушу.

83. Права и обязанности старшего судьи, судьи-секретаря и судьи-хронометриста на площадке.

84. Права и обязанности членов судейской бригады.

85. Общие положения правил судейства соревнований.

86. Правила судейства соревнований по саньда.

87. Правила судейства соревнований по таолу.

88. Судейские терминология и жесты.

5.2.8.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

ТАОЛУ: 46 ФОРМ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ САНЬ ДУАНЬ – третья часть);

ТАОЛУ: 46 ФОРМ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ СЫ ДУАНЬ – четвертая часть);

ТАОЛУ: Квалификационный комплекс ДАОШУ;

ТАОЛУ: СЫШИЛЮШИ ЧАНЦЮАНЬ ТАОЛУ;

САНЬДА-САНЬШОУ: 5 зачетных боев;

САНЬДА: 5 зачетных боев.

Таблицы тестирования работоспособности спортсменов в видах ушу.

График хронометрирования занятий, его анализ.

5.2.8.3. Примерная тематика курсовых работ для студентов IV курса заочного обучения:

1. Характеристика деятельности тренеров в ушу;
2. Особенности учебно-тренировочной и воспитательной работы тренера с юными ушуистами;
3. Задачи, содержание и построение тренировки в спортивном ушу;
4. Виды соревновательной деятельности в спортивном ушу и оценка параметров их компонентов;
5. Этапы многолетней подготовки юных ушуистов;
6. Содержание и формы воспитательной работы с юными ушуистами;
7. Средства и методы теоретической и интеллектуальной подготовки в спортивном ушу;
8. Цель и задачи психической подготовки в спортивном ушу;
9. Роль и значение тактической подготовки в спортивном ушу;
10. Взаимосвязь технической подготовки с другими сторонами подготовки ушуиста.

5.2.9. Содержание зачетных требований для студентов в IX семестре заочной формы обучения:

5.2.9.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Спортивная тренировка как процесс управления.
2. Значение и задачи педагогического контроля за подготовкой и состоянием спортсменов в ушу.
3. Учет тренировочных нагрузок по видам соревновательной деятельности в спортивном ушу.
4. Виды контроля за состоянием ушуистов во время тренировочного процесса и соревнований.
5. Управление процессом спортивного совершенствования на основе данных контроля.

6. Разработка батареи тестов для педагогического контроля и организация их проведения.
7. Фиксирование, анализ и обобщение результатов педагогического контроля.
8. Поиск организационных решений для коррекции состояния занимающихся.
9. Оперативное, текущее, этапное управление.
10. Применение актуальных для ушу технологий управления состоянием спортсмена, включая педагогический контроль и коррекцию.
11. Значение и задачи планирования подготовки в спортивном ушу.
12. Виды планирования: перспективное, текущее, оперативное.
13. Четырехлетнее перспективное планирование (на олимпийский цикл) квалифицированных ушуистов.
14. Годовое планирование.
15. Особенности сочетания тренировочных нагрузок в спортивном ушу с учетом их взаимовлияния.
16. Средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности.
17. Эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.
18. Осуществление самоконтроля, оценивания процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности.
19. Сохранение и поддержание определенного уровня спортивной подготовленности.
20. Значение и задачи прогнозирования спортивных результатов в отдельных видах соревновательной деятельности спортивного ушу.
21. Методы прогнозирования соревновательных результатов и достижений: метод экспертных оценок, анализ динамики результатов, экстраполяция, их использование в спортивном ушу.
22. Динамика личных и командных результатов по отдельным видам соревновательной деятельности спортивного ушу за последние десятилетия на российских соревнованиях, чемпионатах мира и Европы.
23. Основная задача тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства.
24. Принципы формирования групп совершенствования спортивного мастерства.
25. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.
26. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.
27. Требования стандарта спортивной подготовки в ушу для этапа совершенствования спортивного мастерства.
28. Особенности организации и проведения занятий по видам соревновательной деятельности спортивного ушу на этапе совершенствования спортивного мастерства.
29. Организация и проведение занятий по ОФП и СФП на этапе совершенствования спортивного мастерства.
30. Организация и проведение занятий по технико-тактической подготовке на этапе совершенствования спортивного мастерства.

31. Составление типовых недельных и дневных циклов подготовки по видам соревновательной деятельности спортивного ушу в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства ушуистов.

32. Значение и задачи моделирования спортивной деятельности. Особенности моделирования в спортивном ушу.

33. Блок-схема модели сильнейшего спортсмена в спортивном ушу.

34. Морфологические особенности, возраст и спортивный стаж сильнейших ушуистов России и мира.

5.2.9.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

ТАОЛУ: 46 ФОРМ ЧАНЦЮАНЬ;

ТАОЛУ: Квалификационный комплекс ДАОШУ;

ТАОЛУ: СЫШИЛЮШИ ЧАНЦЮАНЬ ТАОЛУ;

САНЬДА-САНЬШОУ: 5 зачетных боев;

САНЬДА: 5 зачетных боев.

Таблицы тестирования работоспособности спортсменов в видах ушу.

График хронометрирования занятий, его анализ.

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

5.2.10.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Спортивная тренировка как процесс управления.

2. Значение и задачи педагогического контроля за подготовкой и состоянием спортсменов в ушу.

3. Учет тренировочных нагрузок по видам соревновательной деятельности в спортивном ушу.

4. Виды контроля за состоянием ушуистов во время тренировочного процесса и соревнований.

5. Управление процессом спортивного совершенствования на основе данных контроля.

6. Разработка батареи тестов для педагогического контроля и организация их проведения.

7. Фиксирование, анализ и обобщение результатов педагогического контроля.

8. Поиск организационных решений для коррекции состояния занимающихся.

9. Оперативное, текущее, этапное управление.

10. Применение актуальных для ушу технологий управления состоянием спортсмена, включая педагогический контроль и коррекцию.

11. Значение и задачи планирования подготовки в спортивном ушу.

12. Виды планирования: перспективное, текущее, оперативное.

13. Четырехлетнее перспективное планирование (на олимпийский цикл) квалифицированных ушуистов.

14. Годовое планирование.

15. Особенности сочетания тренировочных нагрузок в спортивном ушу с учетом их взаимовлияния.

16. Средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности.

17. Эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.

18. Осуществление самоконтроля, оценивания процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности.

19. Сохранение и поддержание определенного уровня спортивной подготовленности.

20. Значение и задачи прогнозирования спортивных результатов в отдельных видах соревновательной деятельности спортивного ушу.

21. Методы прогнозирования соревновательных результатов и достижений: метод экспертных оценок, анализ динамики результатов, экстраполяция, их использование в спортивном ушу.

22. Динамика личных и командных результатов по отдельным видам соревновательной деятельности спортивного ушу за последние десятилетия на российских соревнованиях, чемпионатах мира и Европы.

23. Основная задача тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства.

24. Принципы формирования групп совершенствования спортивного мастерства.

25. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.

26. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.

27. Требования стандарта спортивной подготовки в ушу для этапа совершенствования спортивного мастерства.

28. Особенности организации и проведения занятий по видам соревновательной деятельности спортивного ушу на этапе совершенствования спортивного мастерства.

29. Организация и проведение занятий по ОФП и СФП на этапе совершенствования спортивного мастерства.

30. Организация и проведение занятий по технико-тактической подготовке на этапе совершенствования спортивного мастерства.

31. Составление типовых недельных и дневных циклов подготовки по видам соревновательной деятельности спортивного ушу в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства ушуистов.

32. Значение и задачи моделирования спортивной деятельности. Особенности моделирования в спортивном ушу.

33. Блок-схема модели сильнейшего спортсмена в спортивном ушу.

34. Морфологические особенности, возраст и спортивный стаж сильнейших ушуистов России и мира.

35. Требования к профессиональной подготовке тренера.

36. Авторитарный, демократический и либеральный стили деятельности тренера.

37. Классификация тренеров.

38. Оценка деятельности и личности тренера.

39. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по спортивному ушу.

40. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по ушу.

41. Механизм возникновения спортивной травмы.

42. Особенности протекания восстановления при занятиях различными видами соревновательной деятельности в спортивном ушу.

43. Подбор восстановительных средств, используемые после тренировочных нагрузок в спортивном ушу.

44. Использование восстановительные средства, при повышенных тренировочных нагрузках в спортивном ушу.

45. Применение различных средства и методы восстановления спортивной работоспособности для оптимизации подготовки ушуистов.

46. Применение средств восстановление в соответствии с особенностями тренировочных нагрузок (направленность, объем, интенсивность, продолжительность, нервно-эмоциональная напряженность и др.), состояния спортсмена (пол, возраст, уровень тренированности, индивидуальные особенности и пр.), экологическими факторами окружающей среды.

47. Использование средств восстановления в период соревнований для направленного воздействия на восстановительные процессы как до соревнований, во время участия в них и после их окончания.

48. Активное воздействие на темпы восстановления непосредственно в различных формах тренировочного процесса для повышения уровня функциональных возможностей спортсменов, развития двигательных качеств и совершенствования технико-тактического мастерства.

49. Восстановительные мероприятия основного уровня. Оперативное восстановление функционального состояния спортсменов. Текущее восстановление.

50. Основные положения применения восстановительных средств в спортивном ушу.

51. Формирование мотивации к занятиям спортивным ушу.

52. Использование знаний в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям спортивным ушу.

53. Умение формировать мотивацию к занятиям спортивным ушу.

54. Структурные элементы общественного мнения.

55. Функции формирования общественного мнения о спортивном ушу.

56. Создание имиджа спортивного ушу как олимпийского вида спорта.

57. Средства массовой информации и основные приемы работы с ними.

58. Особенности фармакологической поддержки на различных этапах многолетней подготовки ушуистов.

59. Фармакологическое обеспечение подготовительного, базового, предсоревновательного периодов подготовки квалифицированных ушуистов.

60. Допинг. Общие положения. Антидопинговый контроль на соревнованиях по спортивному ушу.

61. Коррекция отдельных состояний во время тренировки спортсменов средствами фармакологии.

62. Особенности фармакологического обеспечения при концентрированных нагрузках в отдельных видах соревновательной деятельности спортивного ушу.

63. Продление работоспособность на все время соревнований по спортивному ушу (предварительный и финальный этапы, в течение дня; на несколько дней - при участии спортсмена в личных и командных соревновательных категориях).

64. Планирование проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.

65. Научный анализ и применение научных данных в практической деятельности.

66. Проведение научного анализа результатов исследований, формулирования и представления обобщения и выводы.

67. Технология проведения педагогического эксперимента, методика сбора и обработки экспериментальных данных.

68. Технология подготовки и оформления рукописи выпускной квалификационной работы.

5.2.10.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

ТАОЛУ: 46 ФОРМ ЧАНЦЮАНЬ;

ТАОЛУ: Квалификационный комплекс ДАОШУ;

ТАОЛУ: СЫШИЛЮШИ ЧАНЦЮАНЬ ТАОЛУ;

САНЬДА-САНЬШОУ: 5 зачетных боев;

САНЬДА: 5 зачетных боев.

Таблицы тестирования работоспособности спортсменов в видах ушу.

График хронометрирования занятий, его анализ.

Положение о соревнованиях по ушу.

5.2.10.3. Примерная тематика выпускных квалификационных работ:

1. Прогнозирование достижений в спортивном ушу.

2. Содержание учебно-тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки ушуистов.

3. Модели соревновательной деятельности в спортивном ушу.

4. Методики повышения уровня подготовленности ушуистов.

5. Модельные характеристики спортсменов, специализирующихся в различных соревновательных дисциплинах спортивного ушу.

6. Планирование тренировочных нагрузок в различных соревновательных дисциплинах спортивного ушу и их взаимовлияние.

7. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в группах различных уровней подготовки отделений ушу спортивных школ.

8. Использование современных знаний физиологии, биохимии и биомеханики спортивной деятельности при решении актуальных проблем спортивного ушу.

9. Применение инноваций в методике обучения в различных соревновательных дисциплинах спортивного ушу.

10. Тренажерные технологии и их использование в тренировочном процессе ушуистов.

11. Система фармакологической поддержки ушуистов в тренировочном процессе и соревнованиях.
12. Рационализация питания спортсменов, занимающихся спортивным ушу.
13. Укрепление опорно-двигательного аппарата спортсменов, занимающихся спортивным ушу.
14. Содержание периодов и этапов годового макроцикла тренировочного процесса спортсменов-ушуистов на различных этапах многолетней подготовки.
15. Система соревнований как составная часть многолетней подготовки ушуистов.

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

а) Основная литература:

1. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки – М.: ФиС, 1977.
2. Музруков Г.Н. Основы ушу: Учебник для спортивных школ.-М.:ОАО «Издательский дом Городец»,2006.-576с.
3. Музруков Г.Н. Основы ушу. Том II. Короткое спортивное оружие: Учебник для спортивных школ.-М., 2013.- 112с.
4. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать. М.: «Издательство Астрель», 2002. – 864с
5. Орлов Ю.Л. Анализ критериев и технология экспертной оценки участников аттестационных семинаров и соревнований по ката (статья). Оценка соревновательной деятельности в единоборствах. Материалы III международной научно-практической конференции. М.: РИО РГУФКСиТ, 2003. стр.74-107.
6. Орлов Ю.Л. Примерная учебная программа подготовки по традиционному и спортивному направлениям каратэ для детско-юношеских спортивных школ, учреждений дополнительного образования, физкультурно-оздоровительных и спортивных клубов. – М.: Физкультура и спорт, 2010.
7. Орлов Ю.Л. Курс лекций по теории и методике каратэдо. РГУФК. 2007-2012.
8. Орлов Ю.Л. Основы боевого дистанционного взаимодействия в каратэдо (статья). Актуальные вопросы подготовки спортсменов в спорте высших достижений. Материалы Всероссийской Интернет-конференции. – М.: «Светотон ЛТД», 2011. – С.132 -134.
9. Орлов Ю.Л. Терминология и классификация каратэдо. Проблемы совершенствования технико-тактической подготовки в спортивных единоборствах. Сборник статей. Под редакцией А.Н.Блеера. – М.: Физическая культура, 2010. стр. 94–111.
10. Орлов Ю.Л. Структуры и терминологическая систематизация атакующих действий в каратэдо. Материалы научной конференции кафедры теории и методики единоборств РГУФКСМиТ: «Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам». Часть 3. – М.:»Принт Центр», 2011. – С.21-30.
11. Правила соревнований по ушу.

Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.

б) Дополнительная литература:

1. Горбунов Г. Д. Психопедагогика в спорте. – М.: ФиС, 1986.
2. Горбылёв А. М. Японские воинские искусства. // «Додзё», 1997, № 1.
3. Горбылёв А. М. Великие мастера каратэ: Мацумура Сокон, Хигаонна Канрё, Уэти Камбун. // «Додзё», 2002, № 1.
4. Горбылёв А. М. Секреты смертельного касания. // «Кэмпо», 1997, № 3.
5. Горбылёв А. М. Ката – коаны каратэ. // «Кэмпо», 1997, № 1.
6. Горбылёв А. М. Секреты ката Сантин // «Додзё», 2000, № 5
7. Горбылёв А. М. Опасности ката Сантин. // «Додзё», 2000, № 5.
8. Горбылёв А. М. Найханги – главное ката Томаритэ и Сюритэ. // «Додзё», 2001, № 6.
9. Горбылёв А. М. Становление Сито-рю каратэдо. М.: ООО «Будо-спорт», 2003.– 272 с.
10. Горбылёв А. М. Техника поражения уязвимых точек в дзюдо. // «Додзё», 2000, № 5.
11. Долгачев П. Ката Сантин в Годзю-рю. // «Додзё», 2000, № 5.
12. Дембо А. Г. Врачебный контроль в спорте. М.: Медицина, 1988.
13. Игнатов О. В. Силовая подготовка каратиста. // «Додзё», 2001, № 8.
14. Игнатов О. В. Гибкость и методы ее развития в боевых искусствах. // «Додзё», 2002, № 1.
15. Игнатов О. В. Выносливость и методы ее развития в контактных единоборствах. // «Додзё», 2002, № 2.
16. Кук Д. Ч. Сила каратэ. – МП «Паломник» - МП «Норд-Спорт», 1993. 208 с.
17. Мабуни Кэнва. Настрой занимающегося каратэ. // «Додзё», 2002, № 3.
18. Маряшин Ю. Е. Современное каратэ: Функциональная гимнастика. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2004. – 176 с.
19. Маряшин Ю. Е. О проблемах роста мастерства в каратэ. // «Додзё», 2004, № 1.
20. Мабуни Кэнва. Ката Сантин в Сито-рю. Перев. Горбылёв А. М. //
21. Мабуни Кэнва, Накасонэ Гэнва. Названия, виды и значение ката. Перевод с японского Алексея Горбылёва. // «Додзё», 2002, № 4.
22. Мабуни Кэнва, Накасонэ Гэнва. Снаряды для дополнительных упражнений (ходзё ундо гу) и методы тренировки (танрэнпо). // «Додзё», 2003, №№ 2-3.
23. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки – М.: ФиС, 1977.
24. Окадзаки Хирото. Ката и реальный бой. // «Додзё», 2004, № 6.
25. Окадзаки Хирото. Примеры использования технических элементов ката Найфантин в реальном бою. // «Додзё», 2005, № 1.
26. Окадзаки Хирото. Давайте развивать способности детей с помощью каратэ. // «Додзё», 2005, № 1.
27. Орлов Ю. Л. Найфанги сёдан – учебник бросков каратэдо. // «Додзё», 2001, № 6.

28. Орлов Ю.Л. Комплекс контрольных упражнений, рекомендуемый для тестирования уровня специальной физической подготовленности занимающихся в ДЮСШ спортивным каратэ. Материалы научно-практической конференции преподавателей кафедры теории и методики единоборств: «Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам», часть II. – сост. проф. Игуменов В.М., Свищев И.Д. – М.: РГУФКСиТ – 2010. стр.22-30.

29. Орлов Ю.Л. Рекомендации по оптимизации деятельности отделений каратэ в ДЮСШ с учетом специфики восточных боевых единоборств и современных тенденций развития детско-юношеского спорта в РФ. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.54-61.

30. Орлов Ю.Л. Основные направления организации занятий каратэ в ДЮСШ с детьми дошкольного и младшего школьного возраста на этапе предварительной подготовки. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.50-54.

31. Орлов Ю.Л., Вагин А.Ю. Анализ кинематических характеристик типовых способов выполнения прямого удара кулаком в традиционном каратэдо. Статья. Сборник трудов ученых РГУФКСМиТ. 2012.

32. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Специализированные методы развития сенсомоторных дизъюнктивных реагирований у юных спортсменов, занимающихся каратэ. Статья. Сборник трудов молодых ученых РГУФКСМиТ. 2012.

33. Орлов Ю.Л., Озимова И.В. Особенности направленности и содержания интегральной подготовки в спортивном каратэ (на примере восточного боевого единоборства КАРАТЭДО СИТО РЮ). Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.61-68.

34. Рояма Хацуо. Техника ударов руками и методика их тренировки. // «Додзё», 2004, № 5.

35. Рояма Хацуо. Техника ударов ногами и методика их тренировки.// «Додзё», 2004, № 6.

36. Рояма Хацуо. Каратэдо и техника дыхания. // «Додзё», 2005, № 1.

37. Селуянов В.Н. Технология оздоровительной физической культуры / В.Н.Селуянов. – М.: СпортАкадемпред, 2001. -331 с.

38. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 1. Пропедевтика.- М.:Советский спорт, 1997.–288с.: илл.

39. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 2. Кинезиология и психология. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.

40. Филимонов В. И. Теория и методика бокса. – М.: «ИНСАН», 2006, - 584 с.

41. Фунакоси Гитин. «Двадцать наставлений о пути каратэ» и их разъяснение. // «Додзё», 2005, №№ 1-2.
42. Харламповцев А.А., Тактика борьбы самбо. М., ФиС, 1958.
43. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 1. 2008 г.
44. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 2. 2009 г.
45. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 3. 2009 г.
46. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 4. 2009 г.
47. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 5. 2010 г.
48. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 6. 2011 г.
49. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 7. 2011 г.
50. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 8. 2012 г.
51. Чумаков Е.М. Физическая подготовка борцов. Учебное пособие. М., РГАФК, 1996.
52. Чумаков Е.М. Моделирование спортивной деятельности борца. Методическая разработка. Москва, 1986.
53. Чумаков Е.М., Ионов С.Ф. Индивидуальное планирование тренировки борца-самбиста. Методические рекомендации. Москва, 1986.
54. Ямада Коо. Каппо. Основные аспекты реанимации. //«Додзё», 2004, № 4.

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

<http://wushu-russ.ru>

<http://iwuf.org>

<http://kungfu-russia.ru>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– программное обеспечение дисциплины (модуля):

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения обще технологических задач. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года

		№ 796.
Прикладные программные средства		
2.	Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro <i>-Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook</i>	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности Университета. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796 в составе: <i>Редактор текстовый, Редактор табличный, Редактор деловой графики и презентаций Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i>
3.	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
6.	Microsoft Office Access	Система управления базой данных. Устанавливается по мере необходимости использования в образовательном процессе.
7.	Microsoft Visio	Система обработки деловой графики, организационных схем. Устанавливается по мере необходимости.
8.	Microsoft Project	Система управления проектами работ. Устанавливается по мере необходимости.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

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

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

7.3. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

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

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

7.3.3. Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.

7.3.4. Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.

7.3.5. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.

7.3.6. Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.

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

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

7.3.9. Плеер DVD BBK – 2007 г.

7.3.10. Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.

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

7.3.12. Монитор сердечного ритма Polar S-610.

¹ Указываются при наличии курсовых работ по дисциплине (модулю)

² Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)»
для студентов 1 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): *1 семестр*

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

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

№ п/п	Виды текущего контроля	Максим. колич-во баллов
1	<p>Выступление на семинаре по темам, входящим в раздел «Пропедевтика» (ведение в специализацию):</p> <p>1. Характеристика ушу как системы рукопашного боя без оружия, вида спорта и средства физического воспитания.</p> <p>2. Место ушу в государственной системе физического воспитания населения. Прикладное и воспитательное значение ушу для подготовки молодежи к труду и службе в вооруженных силах.</p> <p>3. Особенности, цели и задачи традиционного, спортивного и прикладного направлений в ушу. Место ушу среди других видов восточных боевых искусств и спортивных единоборств.</p> <p>4. Объективные условия деятельности ушуистов и влияние занятий ушу на организм занимающихся. Оздоровительный аспект в занятиях ушу.</p> <p>5. Конфликтный характер соревновательной деятельности ушуистов.</p> <p>6. Характеристика физических и психических нагрузок в спортивной деятельности ушуистов. Физические и психические качества, наиболее важные для ушуиста.</p>	3
2	<p>Выступление на семинаре по следующим темам, входящим в раздел «Общетеоретические сведения о ушу»:</p> <p>1. Характеристика мест занятий и соревнований. Экипировка, инвентарь и оборудование в традиционном и спортивном направлениях ушу.</p> <p>2. Системы организации учебного процесса в традиционном и спортивном направлениях ушу.</p> <p>3. Правила поведения в зале, нормы этикета, морально-этические принципы и основы мировоззрения занимающегося ушу.</p> <p>4. Система квалификационных разрядов и званий в традиционном и спортивном направлениях ушу, принципы их присвоения.</p>	Всего 12
		4

	<p>5. Определение понятия «терминология». Термины и их значение. Требования, предъявляемые к терминологии. Китайская и русская терминология, применяемая в ушу.</p> <p>6. Классификация терминов. Система построения терминов в ушу. Содержание и характеристика общих, основных и дополнительных терминов и понятий ушу.</p>	4
	<p>7. Определение понятия «классификация». Метод классификации как результат обобщения практического опыта. Принципы построения классификации.</p> <p>8. Связь терминологии и классификации. Влияние классификации на методику обучения и тренировки в ушу.</p>	
	<p>9. Определение понятия «базовая техника ушу». Общая характеристика техники ушу и её значение для становления мастерства бойца.</p> <p>10. Рациональная техника как идеальная модель соревновательной деятельности. Удельный вес техники в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь. Технический арсенал ушуиста и закономерности его формирования.</p> <p>11. Определение понятия «тактика ушу». Общая характеристика тактики традиционного ушу и спортивного ушу. Значение тактики для становления мастерства бойца. Взаимосвязь техники и тактики. Разделы тактики. Виды тактики. Элементы тактики. Тактические приемы.</p> <p>12. Определение понятия «интегральная подготовка в ушу». Характеристика разделов интегральной подготовки в ушу и их значение для становления мастерства бойца. Удельный вес интегральной подготовки в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь.</p>	4
3	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о ушу»: «Классификация и терминология средств традиционного ушу и средств спортивного ушу»	5
4	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о ушу»: «Классификация и терминология средств физической подготовки в традиционном ушу и спортивном ушу»	5
5	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о ушу»: «Классификация и терминология средств базовой техники ушу»	5
6	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о ушу»: «Классификация и терминология тактики традиционного ушу и спортивного ушу»	5
7	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о ушу»: «Классификация и терминология средств интегральной подготовки в традиционном ушу и спортивном ушу»	5
8	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствованию»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения - стойкам, позам и перемещениям, - изучаемым при прохождении учебной программы 1-го Цзи»	5
9	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам нападения, изучаемым при прохождении учебной программы 1-го Цзи»	5
10	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам защиты, изучаемым при прохождении учебной программы 1-го Цзи»	5
11	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная	

	подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов и начальным таолу ушу, изучаемым при прохождении учебной программы 1-го Цзи»	5
12	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 1-го Цзи»	5
13	Написание и защита реферата по разделам темы: «Классификация базовой техники ушу и её терминология»	10
14	Рубежный контроль: зачет	15
15	Посещение занятий	10
Итого		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесное 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 (ушу)»
для студентов 1 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств*
Сроки изучения дисциплины (модуля): *2 семестр*
Форма промежуточной аттестации: *экзамен*

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

№ п/п	Виды текущего контроля	Максим. колич-во баллов
1	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел «Общетеоретические сведения о ушу»:	Всего 12
	1. Причины травматизма на соревнованиях и занятиях ушу. 2. Контроль дистанции при выполнении ударов, страховка и самостраховка при проведении бросков – основа безопасности занимающихся ушу в условиях проведения учебно-тренировочного процесса и соревнований. 3. Методические и организационные требования, направленные на предупреждение травм. Специальные упражнения для овладения навыками контроля дистанции, страховки и самостраховки. 4. Методы оказания первой до врачебной помощи.	4
	5. Основы врачебного и педагогического контроля за состоянием здоровья занимающихся. Основные способы самоконтроля спортсмена. 6. Принципы обеспечения режима питания, двигательной активности, сна и отдыха занимающихся. Личная и общественная гигиена занимающихся ушу. 7. Основные задачи и начальные методы психотренинга в ушу.	4
	8. Основы и средства визуального взаимодействия с противником в ушу. Начальные сведения о механизме двигательной реакции. Роль зрительного анализатора в оптимальном реагировании. Простая и сложная двигательные реакции, виды сложных двигательных реакций. 9. Основы дистанционного взаимодействия с противником в ушу. 10. Методы дыхания в ушу. Методы произвольного мышечного напряжения и расслабления в ушу. 11. Методы формообразования ударных и блокирующих поверхностей рук и ног в ушу. 12. Топография человеческого тела, основные жизненно важные центры и болевые точки человеческого тела.	4

2	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел «История ушу»:	Всего 8
	1. Генезис боевых искусств, протосистемы рукопашного боя без оружия. 2. Эволюция боевых искусств Китая, их влияние на развитие ушу. 3. Эволюция боевых искусств Японии, их влияние на развитие ушу. 4. Исторические корни и социально-экономические предпосылки возникновения ушу на Окинаве. 5. Краткие биографии великих мастеров ушу XVIII – XX веков.	4
	6. Развитие ушу как боевого искусства и вида спорта в Китае. 7. Характеристика ведущих школ ушу и их распространение в мире. 8. Этапы развития спортивного ушу. Деятельность Всемирной федерации ушу, Европейской федерации ушу и других международных организаций, развивающих различные направления и школы ушу. Перспективы дальнейшего развития ушу. 9. Зарождение и распространение ушу в СССР и России. 10. Участие и достижения российских ушуистов в чемпионатах мира и Европы. Деятельность федерации ушу России и других общероссийских организаций ушу.	4
3	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел «Общетеоретические сведения о ушу»: «Технология наблюдения за противником». «Виды приемов наблюдения». «Средства дистанционного взаимодействия с противником в ушу». «Способы дыхания в бою, дыхание при выполнении таолу, приемы восстановительного дыхания»	5
4	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о ушу»: «Названия ударных и блокирующих поверхностей рук и ног в ушу»	5
5	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «История ушу»: «Исторические этапы развития ушу как системы рукопашного боя без оружия»	5
6	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения - стойкам, позам и перемещениям, - изучаемым при прохождении учебной программы 2-го Цзи»	5
7	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам нападения, изучаемым при прохождении программы 2-го Цзи»	5
8	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам защиты, изучаемым при прохождении программы 2-го Цзи»	5
9	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, начальным и базовым таолу ушу, изучаемым при прохождении программы 2-го Цзи»	5
10	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 2-го Цзи»	5
11	Написание и защита рефератов по разделам темы: «Исторические этапы развития ушу как системы рукопашного боя без оружия и вида спорта»	10
12	Рубежный контроль: экзамен	20
13	Посещение занятий	10
	Итого	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся 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 (ушу)»
для студентов 2 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств*
Сроки изучения дисциплины (модуля): *3 семестр*
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

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

№ п\п	Виды текущего контроля	Максим. колич-во баллов
1	Выступление на семинарах по темам, входящим в раздел «Обштеторетические сведения о ушу»:	Всего 15
	1. Тело человека как биомеханическая система. Кинематические цепи и кинематические пары. Степени свободы движений. 2. Кинематические характеристики приемов ушу: траектория, скорость и ускорение. 3. Динамические характеристики приемов ушу: ударная масса, сила удара, импульс силы, количество движения, работа силы и её мощность, механическая энергия движения. 4. 2-й и 3-й законы Ньютона.	5
	5. Позная устойчивость и равновесие. Силы инерции. Способы использования и нейтрализации сил инерции: площадь опоры, угол устойчивости, проекция центра массы на площадь опоры. 6. Основные характеристики биомеханического взаимодействия бойцов при выведении из равновесия и проведении бросков: общий центр тяжести пары бойцов, реакция взаимного контакта, центробежные силы, моменты силы, рычаг приложения силы, моменты вращения в различных плоскостях. 7. Характеристики ударных и защитных взаимодействий: время взаимодействия, угол приложения силы, концентрация силы в ударах в ушу. 8. Характеристики цели: прочность, жесткость, упругость, пластичность.	5

	9. Традиционные способы выполнения ударных и блокирующих действий в ушу. 10. Способы использования и нейтрализации сил инерции: сила трения и реакция опоры. Традиционный способ сохранения равновесия в ушу. Роль супенационных и пронационных движений предплечья в повышение эффективности приемов ушу.	5
2	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел «Физические качества и методы их развитие в ушу»:	Всего 20
	1. Роль физической подготовки в занятиях ушу. 2. Характеристика условий проявления физических качеств в ушу. 3. Взаимосвязь и взаимовлияние упражнений, направленных на совершенствование различных двигательных качеств.	5
	4. Характеристика гибкости. Виды гибкости. Задачи развития гибкости. Традиционные и современные средства и методы развития гибкости в ушу. 5. Характеристика быстроты. Виды быстроты. Задачи развития быстроты. Критерии оценки быстроты ушуиста. Традиционные и современные средства и методы развития быстроты в ушу. 6. Характеристика координационных способностей и ловкости. Критерии оценки ловкости. Значение ловкости для овладения технико-тактическим мастерством и достижения высоких спортивных результатов. Задачи развития ловкости. Традиционные и современные методы управления развитием ловкости в ушу.	5
	7. Характеристика силовых способностей. Виды силы. Основные направления развития силовых способностей ушуиста. Традиционные и современные средства и методы развития силы в ушу. 8. Характеристика выносливости. Виды выносливости. Основные направления развития выносливости ушуиста. Традиционные и современные средства и методы развития выносливости в ушу. 9. Характеристика произвольного мышечного напряжения и расслабления, методы управления их развитием в ушу.	5
	10. Особенности применения средств и методов развития физических качеств ушуистов в зависимости от их возраста, 11. Особенности применения средств и методов развития физических качеств ушуистов в зависимости от их пола 12. Особенности применения средств и методов развития физических качеств ушуистов в зависимости от их квалификации.	5
3	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о ушу»: «Определение кинематических и динамических характеристик различных видов перемещений и приемов атаки и защиты ушу» (по заданию)	5
4	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Физические качества и методы их развитие в ушу»	5
5	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении учебной программы 3-го Цзи»	5
6	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов и начальным и базовым таолу ушу, изучаемым при прохождении учебной программы 3-го Цзи»	5
7	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 3-го Цзи»	5

8	Написание и защита реферата по разделам темы: «Методика применения средств физической подготовки»	15
9	Рубежный контроль: зачет	15
10	Посещение занятий	10
Итого		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесное 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 (ушу)»
для студентов 2 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств*
Сроки изучения дисциплины (модуля): *4 семестр*
Форма промежуточной аттестации: *экзамен*

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

№ п\п	Виды текущего контроля	Максим. колич-во баллов
1	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях ушу»:	Всего 30
	1. Основы методики обучения ушу.	3
	2. Характеристика словесных методов, используемых в подготовке ушуистов.	3
	3. Характеристика наглядных методов, используемых в подготовке ушуистов.	3
	4. Характеристика практических методов, используемых в подготовке ушуистов.	3
	5. Причины травматизма на соревнованиях и занятиях ушу.	3
	6. Последовательность освоения приемов (действий).	3
	7. Характеристика последовательности ознакомления с приемом (действием).	3
	8. Характеристика последовательности разучивания приема (действия).	3
	9. Характеристика последовательности совершенствования в выполнении приема (действия).	3
	10. Характеристика двигательных навыков ушуиста.	3
2	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях ушу»: «Обоснование необходимости многочисленности двигательных навыков, быстроты и точности движений для ушуиста»	5
3	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях ушу»: «Обоснование необходимости большого объема специальных качеств, стабильности и вариативности движений для ушуиста»	5
4	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении учебной программы 4-го Цзи»	5

5	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, начальным и базовым таолу ушу, изучаемым при прохождении учебной программы 4-го Цзи»	5
6	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 4-го Цзи»	5
7	Написание и защита реферата по разделам темы: «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях ушу»	15
8	Рубежный контроль: экзамен	20
9	Посещение занятий	10
Итого		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся 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 (ушу)»
для студентов 3 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): *5 семестр*

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

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

№ п/п	Виды текущего контроля	Максим. колич-во баллов
1	Выступление на семинарах по темам, входящим в раздел «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях ушу»:	Всего 20
	1. Направления технической подготовки в традиционном ушу.	2
	2. Характеристика боевых позиций, видов и техники перемещений, ударов руками и ногами, бросков, приемов выведения из равновесия и удержания, болевых воздействий на суставы, удушения и других средств нападения в традиционном ушу, педагогических задач, средств и методов их совершенствования.	2
	3. Характеристика видов приемов и техники защиты блоками руками и ногами, защиты уходами, уклонами и уводами, защиты от захватов и противодействия захватам в традиционном ушу.	2
	4. Направления технической подготовки в спортивном ушу, её основные и частные педагогические задачи. Объемы применения упражнений технической подготовки. Характеристики специализированных умений в спортивном ушу. Виды боевых действий в спортивном ушу и характеристики их сенсомоторных механизмов.	2
	5. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствования техники в ситуациях выполнения технических приемов и боевых действий на обусловленный зрительный, тактильный или слуховой сигнал и последовательность усложнения ситуаций при его применении.	2
	6. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствования техники в ситуациях различения условий, необходимых для эффективного выполнения технических приемов и боевых действий.	2
	7. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствования техники в ситуациях взаимоисключающего выбора боевых средств.	2
	8. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствования техники в	2

	ситуациях переключения от одних средств единоборства к другим. 9. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствования техники в ситуациях с пространственной и временной неопределенностью. 10. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствование техники в ситуациях возникновения рефлекторных помех.	2 2
2	Выступление на семинаре по темам, входящим в раздел «Психические качества и методы их формирования в ушу»: 1. Определение психической подготовки в спортивном ушу и характеристика ее основных задач, разделов и средств. 2. Характеристика психической составляющей соревновательной и тренировочной деятельности в спортивном ушу и волевых качеств, необходимых для ее осуществления, на чем основывается их развитие. 3. Характеристика методов и средств развития волевых качеств в спортивном ушу и способов создания запаса «волевой прочности». 4. Характеристика приёмов развития волевых качеств у спортсменов-ушуистов, применяемых в индивидуальных и парных упражнениях, в тренировочных и соревновательных боях. 5. Особенности волевой подготовки спортсмена – претендента на победу в предстоящих соревнованиях и спортсменов – участников предстоящих командных соревнований.	15 3 3 3 3 3
3	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях ушу»	5
4	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел «Психические качества и методы их формирования в ушу»	5
5	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении учебной программы 5-го Цзи»	5
6	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов и начальным и базовым таолу ушу, изучаемым при прохождении учебной программы 5-го Цзи»	5
7	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 5-го Цзи»	5
8	Написание и защита реферата по разделам темы: «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях ушу»	15
9	Рубежный контроль: зачёт	15
10	Посещение занятий	10
	Итого	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесное 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 (ушу)»
для студентов 3 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств*
Сроки изучения дисциплины (модуля): *6 семестр*
Форма промежуточной аттестации: *экзамен*

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

№ п\п	Виды текущего контроля	Максим. колич-во баллов
1	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел «Управление системой подготовки ушуиста»:	Всего 25
	1. Характеристика интегральной подготовки в спортивном ушу и ее методов. 2. Характеристика индивидуального метода интегральной подготовки и его средств. 3. Характеристику спаррингового метода интегральной подготовки в спортивном ушу и его средств.	5
	4. Характеристика соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном ушу и его средств. 5. Характеристика такого средства соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном ушу, как тренировочный бой на заданный результат с судейством. 6. Характеристика такого средства соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном ушу, как тренировочные (подготовительные) соревнования.	5
	7. Характеристика такого средства соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном ушу, как контрольные соревнования. 8. Характеристика такого средства соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном ушу, как подводящие (модельные) соревнования. 9. Характеристика такого средства соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном ушу, как основные (главные) соревнования.	5

	10. Характеристика возрастных этапов подготовки юных спортсменов и примерных сенситивных периодов развития двигательных качеств. 11. Характеристика примерных сенситивных периодов развития двигательных качеств. 12. Система организации и основные задачи этапа предварительной подготовки в ушу. Методы и средства обучения и контроля, применяемые на этом этапе.	5
	13. Система организации и основные задачи этапа начальной спортивной подготовки в ушу. Методы и средства обучения и контроля, применяемые на этом этапе.	5
	14. Система организации и основные задачи этапа углубленной спортивной подготовки в ушу. Методы и средства обучения и контроля, применяемые на этом этапе. 15. Система организации и основные задачи этапа спортивного совершенствования мастерства в ушу. Методы и средства обучения и контроля, применяемые на этом этапе.	
2	Выступление на семинаре по следующим темам, входящим в раздел «Судейство, организация соревнований и спортивно-массовых мероприятий по ушу»:	Всего 10
	14. Виды соревнований в спортивном ушу, характер и способы их проведения. 15. Цель и задачи спортивно-массовых мероприятий по ушу. 16. Участники соревнований по ушу, их возрастные и весовые категории. 17. Права и обязанности участников соревнований по ушу, тренеров и представителей команд.	5
	18. Условия процедуры допуска и взвешивания участников соревнований по ушу. 19. Оборудование мест соревнований и спортивно-массовых мероприятий по ушу. 20. Медицинское и информационное обеспечение соревнований и спортивно-массовых мероприятий по ушу.	5
3	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел «Управление системой подготовки ушуиста»	5
4	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении учебной программы 6-го Цзи»	5
5	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, начальным и базовым таолу ушу, изучаемым при прохождении учебной программы 6-го Цзи»	5
6	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 6-го Цзи»	5
7	Написание и защита реферата по разделам темы: «Управление системой подготовки ушуиста»	15
8	Рубежный контроль: экзамен	20
9	Посещение занятий	10
	Итого	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся 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 (ушу)»
для студентов 4 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств*
Сроки изучения дисциплины (модуля): *7 семестр*
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

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

№ п/п	Виды текущего контроля	Максим. колич-во баллов
1	Выступление на семинарах по темам, входящим в раздел «Психические качества и методы их формирования в ушу»:	Всего 40
	Определение термина «Психограмма вида спорта» и характеристика специфики психической деятельности в спортивном ушу.	5
	2. Психические процессы, характерные для соревновательной деятельности в спортивном ушу.	
	3. Характеристика психических процессов: восприятие и внимание.	
	4. Характеристика психических процессов: воображение и представление.	
	5. Характеристика психических процессов: оперативное мышление и оперативная память.	5
	6. Перечислить волевые качества и роль, которую они играют в различных ситуациях соревновательной деятельности в спортивном ушу.	
	7. Способы компенсации недостаточно развитых психических качеств у спортсменов-ушуистов.	
	8. Влияние психической напряженности на соревновательную деятельность спортсмена.	
	9. Что служит созданию психических предпосылок для технико-тактического совершенствования.	5
	10. Методы освоения психической взаимосвязи между различными боевыми действиями.	
	11. Методы развития тактической инициативы.	
	12. Методы развития специализированных умений.	
	13. Методы развития способности к преодолению внешних и внутренних помех.	5
	14. Методы варьирования направленности индивидуальных занятий.	
	15. Характеристика условий психической деятельности в тренировочных боях и боях соревновательного характера.	
	16. Средства создания необходимого психического фона при совершенствовании технико-тактического мастерства ушуистов в тренировочных боях и боях соревновательного характера.	

	<p>17. Характеристика особенностей психического фона при ведении свободных боев (САНЬДА).</p> <p>18. Характеристика условий формирования тактической инициативы при совершенствовании технико-тактического мастерства ушуистов в тренировочных боях и боях соревновательного характера.</p> <p>19. Характеристика психического фона ведения боевой деятельности при использовании метода целенаправленного подбора соперников в тренировочных боях и боях соревновательного характера.</p> <p>20. Характеристика психического фона ведения боевой деятельности при использовании метода вариативного построения тренировочных боев и боев соревновательного характера.</p>	5
	<p>21. Общие и частные причины возникновения психических барьеров, препятствующих технико-тактическому совершенствованию спортсменов, проявлению достигнутого уровня мастерства.</p> <p>22. Типовые психические барьеры, препятствующие освоению боевых действий и овладению способностью к единоборству с разнообразными соперниками и в различных условиях соревнований.</p> <p>23. Характеристика методов ликвидации психических барьеров.</p> <p>24. Характеристика методов развития способности спортсменов к саморегуляции психических процессов и эмоционального состояния.</p>	5
	<p>25. Средства предварительной психической подготовки спортсмена к предстоящим соревнованиям.</p> <p>26. Характеристика методов регулирования объема психических нагрузок в предсоревновательных микроциклах.</p> <p>27. Причины возникновения стартовых состояний спортсмена и их психофизиологические характеристики.</p> <p>28. Влияния стартовых состояний на спортсменов с уравновешенной психикой.</p>	5
	<p>29. Влияния стартовых состояний на спортсменов с неуравновешенной психикой.</p> <p>30. Средства регуляции стартовых состояний спортсменов.</p> <p>31. Методы регуляции стартовых состояний у инертных спортсменов.</p> <p>32. Методы регуляции стартовых состояний у спортсменов с неуравновешенной психикой.</p>	5
2	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел «Психические качества и методы их формирования в ушу»	5
3	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении учебной программы 7-го Цзи»	5
4	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, базовым таолу ушу, изучаемым при прохождении учебной программы 7-го Цзи»	5
5	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных и учебно-тренировочных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 7-го Цзи»	5
6	Написание и защита реферата по разделам темы: «Психические качества и методы их формирования в ушу»	15
7	Рубежный контроль: зачёт	15
8	Посещение занятий	10
	Итого	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

*по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)»
для студентов 4 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств*
Сроки изучения дисциплины (модуля): *8 семестр*
Форма промежуточной аттестации: *экзамен*

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

№ п/п	Виды текущего контроля	Максим. колич-во баллов
1	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел (модуль) «Управление системой подготовки ушуиста»:	Всего 30
	1. Система многолетней подготовки в спортивном ушу. 2. Построение тренировочного процесса на этапе начальной спортивной подготовки в спортивном ушу. 3. Построение тренировочного процесса на этапе углубленной спортивной подготовки в спортивном ушу. 4. Построение тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования мастерства в спортивном ушу. 5. Характеристика макроцикла, виды макроциклов.	5
	6. Общие требования к системе подготовки спортсмена в макроцикле тренировочного процесса. 7. Система построения тренировочного процесса в годичном макроцикле. 8. Система периодизации тренировочного процесса в спортивном ушу. 9. Характеристика подготовительного периода и его этапов. 10. Характеристика соревновательного периода.	
	11. Характеристика переходного периода. 12. Характеристика мезоцикла, виды мезоциклов. 13. Характеристики втягивающих и базовых мезоциклов, особенности построения тренировочного процесса в этих мезоциклах. 14. Характеристики контрольно-подготовительных и предсоревновательных мезоциклов, особенности построения тренировочного процесса в этих мезоциклах. 15. Характеристики соревновательных и восстановительных мезоциклов, особенности построения тренировочного процесса в этих мезоциклах.	5
	16. Характеристика микроцикла, виды микроциклов. 17. Характеристика втягивающих и общеподготовительных микроциклов. 18. Характеристика специально подготовительных и модельных микроциклов. 19. Характеристика подводящих и соревновательных микроциклов и их фаз. 20. Характеристика ударных и восстановительных микроциклов.	5

	21. Тренировочные средства и методы, применяемые на общеподготовительном и контрольно-подготовительном этапах подготовительного периода. 22. Тренировочные средства и методы, применяемые на этапе интегральной подготовки подготовительного периода. 23. Тренировочные средства и методы, применяемые на предсоревновательном этапе подготовительного периода. 24. Тренировочные средства и методы, применяемые в соревновательном периоде. 25. Тренировочные средства и методы, применяемые в переходном периоде.	5
	26. Методика планирования тренировочных нагрузок и их распределения по этапам подготовки. 27. Методика планирования технико-тактического оснащения спортсменов, совершенствования их индивидуальной манеры ведения боя и подбора боевых средств с учетом их индивидуальных склонностей. 28. Методы эффективного ускорения переноса тренировочного материала в соревновательные бои. 29. Система и критерии отбора кандидатов в сборную команду. 30. Средства и методы управления деятельностью спортсмена в соревнованиях.	5
2	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел (модуль) «Управление системой подготовки ушуиста»	5
3	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении учебной программы 8-го Цзи»	5
4	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, базовым таолу ушу, изучаемым при прохождении учебной программы 8-го Цзи»	5
5	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных и учебно-тренировочных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 8-го Цзи»	5
6	Написание и защита реферата по разделам темы: «Управление системой подготовки ушуиста»	15
7	Рубежный контроль: экзамен	20
8	Посещение занятий	15
	Итого	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся 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 (ушу)»
для студентов 5 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств*
Сроки изучения дисциплины (модуля): *9 семестр*
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

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

№ п/п	Виды текущего контроля	Максим. колич-во баллов
1	Выступление на семинарах по темам, входящим в раздел «Управление системой подготовки ушуиста»:	Всего 40
	1. Основы управления подготовкой спортсменов, занимающихся ушу;	5
	2. Прогнозирование спортивных результатов и его значение в ушу;	5
	3. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования в ушу;	5
	4. Значение моделирования спортивной деятельности и его особенности в ушу;	5
	5. Значение и задачи планирования подготовки в ушу. Виды планирования;	5
	6. Значение и задачи педагогического контроля за подготовкой и состоянием спортсменов в спортивном ушу;	5
	7. Виды контроля за состоянием спортсменов во время тренировок и соревнований по ушу.	5
	8. Управление процессом спортивного совершенствования на основе данных контроля.	5
2	Письменное тестирование по теме: «Планирование подготовки и прогнозирование спортивных результатов в ушу»	5
3	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении учебной программы 9-го Цзи»	5
4	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, базовым таолу ушу, изучаемым при прохождении учебной программы 9-го Цзи»	5
5	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных и учебно-тренировочных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 9-го Цзи»	5
6	Написание и защита реферата по теме: «Планирование подготовки и прогнозирование спортивных результатов в ушу»	15
7	Рубежный контроль: зачёт	15
8	Посещение занятий	10
	Итого	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесное 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 (ушу)»
для студентов 5 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств*
Сроки изучения дисциплины (модуля): *10 семестр*
Форма промежуточной аттестации: *экзамен*

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

№ п/п	Виды текущего контроля	Максим. колич-во баллов
1	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел (модуль) «Управление системой подготовки ушуиста»:	Всего 30
	1. Модельные характеристики профессиональной деятельности и личности тренера по ушу;	5
	2. Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по ушу, содержание и направленность его подготовки;	5
	3. Технологии восстановления спортсменов в ушу.	5
	4. Особенности применения фармакологии в ушу. Использование средств фармакологического характера на подавление нежелательных реакций, не снижая работоспособности спортсмена;	5
	5. Составление схемы применения препаратов максимально реализующих возможности	5
	6. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по ушу.	5
2	Письменное тестирование по теме: «Модельные характеристики профессиональной деятельности и личности тренера по ушу. Содержание и направленность его профессиональной подготовки»	5
3	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении учебной программы 10-го Цзи»	5
4	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, базовым таолу ушу, изучаемым при прохождении учебной программы 10-го Цзи»	5
5	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных и учебно-тренировочных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 10-го Цзи»	5
6	Написание и защита реферата по разделам темы: «Модельные характеристики профессиональной деятельности и личности тренера по ушу. Содержание и направленность его профессиональной подготовки»	15
7	Рубежный контроль: экзамен	20

8	Посещение занятий	15
	Итого	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся 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 методика фехтования, современного пятиборья, восточных
боевых искусств**

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

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

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)» составляет **47** зачетных единиц.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)»: **1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10.**

3. Цель освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)»: успешное усвоение студентами теоретического и учебно-практического материала, необходимого для подготовки высококвалифицированных бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" – тренеров и преподавателей по ушу – для работы в спортивных школах (СШ) различного уровня, училищах олимпийского резерва (УОР), высших и средних специальных учебных заведениях и других организациях в Российской Федерации, владеющих передовыми знаниями, соответствующими современному научно обоснованному уровню развития данного вида спорта в нашей стране и за рубежом, умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации.

4. Перечень планируемых результатов обучения дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)».

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

- способностью осуществлять спортивную подготовку в ушу с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3);

- способностью использовать средства ушу для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста (ОПК-6);

- способностью организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по ушу и базовым видам спорта (ОПК-8);

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

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

- способностью формировать мотивацию к занятиям ушу, воспитывать у занимающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции (ПК-9);

- способностью реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в ушу с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся (ПК-10);

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

- способностью использовать актуальные для ушу технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию (ПК-13);
- способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями ушу техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (ПК-14);
- способностью осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15)
- способностью планировать оснащение физкультурно-спортивной организации соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем (ПК-26);
- способностью выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта (ПК-28);
- способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПК-30).

5. Краткое содержание дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)», очная форма обучения

6. № раздела	Разделы дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)»	Семестры	ЗЕТ	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в академических часах)				
				Всего часов	Лекции	Практика	СРС	Контроль
0	Пропедевтика – введение в дисциплину «Теория и методика ушу»	1	0,4	14	1	-	13	
1	История и вопросы современного развития ушу	2,3,5,7,9	1,44	52	3	-	49	
2	Общетеоретические сведения о ушу	1, 2, 3	1,89	68	4	-	64	
3	Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования	1,2,3,4,5 6,7,8,9,10	9,17	330	-	46	284	
4	Тактика ушу. Методы формирования тактических умений и навыков»	1,2,3,4,5 6,7,8,9,10	3,83	138	-	9	129	
5	Интегральная подготовка в ушу	1,2,3,4,5 6,7,8,9,10	9,17	330	-	48	282	

6	Физические качества и методы их развитие в ушу	3, 4	2	72	2	4	66	
7	Психические качества и методы их формирования в ушу	5, 7, 9	2,19	79	5	1	73	
8	Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях ушу	4, 5, 7, 9	2,5	90	4	11	75	
9	Управление системой подготовки ушуиста	6, 8, 10	2,44	88	3	8	77	
10	Организация, проведение и судейство соревнований и спортивно-массовых мероприятий по ушу	6, 8, 10	1,5	54	3	4	47	
11	Техника и тактика самозащиты при применении противником неспециализированных для ушу средств нападения	4, 5, 7, 9	3,3	119	1	15	103	
12	Научно-исследовательская и учебно-методическая работа студентов	6, 8, 10	2,17	78	6	10	62	
Итоговый контроль (экзамен)		2,4,6,8,10	5	180	-	-	135	45
Всего за курс обучения			47	1692	32	156	1459	45

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Институт спорта и физической культуры

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

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

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

Составитель:

Багомедов Хизри Абдурашидович – старший преподаватель кафедры ТиМ
фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)»

Целью освоения программы дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)» является успешное усвоение студентами теоретического и учебно-практического материала, необходимого для подготовки высококвалифицированных бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" – тренеров и преподавателей по ушу – для работы в спортивных школах (СП) различного уровня, училищах олимпийского резерва (УОР), высших и средних специальных учебных заведениях и других организациях в Российской Федерации, владеющих передовыми знаниями, соответствующими современному научно обоснованному уровню развития данного вида спорта в нашей стране и за рубежом, умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

Дисциплина (модуль) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)» 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 ушу.

Исходный уровень для освоения дисциплины определяется требованиями вступительных испытаний при поступлении в университет. 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.

Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

3. Перечень планируемых результатов обучения дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Наименование планируемых результатов обучения дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
1	2	3
ОПК-3	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – принципы и методы обучения базовой технике в ушу; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся ушу в группах предварительной и начальной подготовки; – требований стандартов спортивной подготовки в ушу к проведению занятий с данным контингентом. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в ушу с учетом особенностей занимающихся в группах предварительной и начальной подготовки и требований образовательных стандартов по ушу. 	4
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы теории и методики физической культуры и спорта; – принципы и методы обучения <i>ТАОЛУ</i> в ушу; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на стадии выбора спортивной специализации тренировочного этапа многолетней подготовки ушуистов; – требования стандартов спортивной подготовки в ушу к проведению занятий с данным контингентом. 	5
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в ушу с учетом особенностей занимающихся на стадии выбора спортивной специализации тренировочного этапа и требований образовательных стандартов. 	

	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – теорию и методику обучения ушу; – принципы и методы обучения <i>САНЬДА</i> в ушу; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на стадии углублённой спортивной специализации тренировочного этапа многолетней подготовки ушуистов; – требования стандартов спортивной подготовки в ушу к проведению занятий с данным контингентом. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в ушу с учетом особенностей занимающихся на стадии углублённой спортивной специализации тренировочного этапа и требований образовательных стандартов. 	7
ОПК-6	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы разностороннего развития занимающихся средствами ушу; – принципы построения занятий по ушу оздоровительной направленности 	4
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе подготовки спортсменов в ушу; – особенности протекания восстановления при занятиях ушу. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – подбирать и использовать восстановительные средства, используемые после стандартных и повышенных тренировочных нагрузок в ушу; <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – планированием восстановительных мероприятий в тренировочном процессе ушуистов 	6
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – эволюцию правил соревнований по ушу; судейскую терминологию при проведении соревнований по видам соревновательной деятельности в ушу; – основные требования к одежде и личному инвентарю участников соревнований. 	6
ОПК-8	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – правила соревнований по ушу; – документы планирования и проведения соревнований; – особенности организации и проведения соревнований различного уровня; 	8

	<ul style="list-style-type: none"> – обязанности организаторов и судей соревнования; основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований. 	
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – организовывать и проводить соревнования различного уровня; – осуществлять объективное судейство соревнований; – обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований. 	
ОПК-11	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы научно-методической деятельности в ушу; – апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта. 	6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта 	
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – методы научного анализа и обработки результатов исследований 	8
	<p>Уметь:</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>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности 	6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы 	8
	<p>Владеть:</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>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки в ушу; – медико-биологических и психологических основы и технологию тренировки в ушу; – санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта. 	2

	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать на занятиях по ушу знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки; – соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования в профессиональной деятельности. 	5
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – умениями осуществлять тренерскую деятельность в ушу с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки; – современными технологиями тренировки в ушу; – умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности. 	7
ПК-9	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – психологическую характеристику двигательной деятельности в ушу 	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 занятиям ушу 	7
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям ушу 	
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – умением формировать мотивацию к занятиям ушу 	
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 ушу; – современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 	5

	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; – определять предрасположенность к занятиям определенными видами соревновательной деятельности в ушу; – анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; – использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в ушу. 	
ПК-11	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – теоретические основы программирования процесса обучения в ушу 	4
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять обучающие программы по видам соревновательной деятельности в ушу 	
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять планы тренировочных занятий, микро- и мезоциклов тренировок в соответствии с определённым периодом подготовки ушуистов на этапах предварительной и начальной подготовок в ушу. 	5
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять планы тренировочных занятий, микро-, мезо- и макроциклов тренировок по видам соревновательной деятельности в соответствии с определённым периодом подготовки ушуистов на этапе спортивной специализации в ушу. 	7
ПК-13	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – содержание и организацию педагогического контроля в ушу; – актуальные технологии управления состоянием спортсмена. 	7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; – фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; – находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся. 	
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – актуальными для ушу технологиями управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию. 	
ПК-14	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы теории и методики спортивной тренировки в ушу; – средства и методы физической, технической, тактической, психической и интегральной подготовки в ушу. 	5

	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; – в соответствии с особенностями избранного вида соревновательной деятельности в ушу демонстрировать технику движений, технико-тактические действия, средства выразительности в <i>ТАОЛУ</i>. 	
ПК-15	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; – эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки. 	7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; – сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности 	
ПК-26	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – санитарно-гигиенические нормы; – функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки 	6
	<p>Уметь:</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. 	
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками безопасной и эффективной работы, качественного ухода за оборудованием и инвентарем 	
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – технологии составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем. 	
<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивный экипировки, инвентарь, оборудования 		
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки 	

ПК-28	Знать: – основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; – принципы организации и проведения научно-исследовательских работ	6
	Уметь: – планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в ушу с использованием апробированных методик	8
	Владеть: – навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в ушу	
ПК-30	Знать: – методологии исследовательской деятельности в ушу	6
	Уметь: – проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов исследования; – использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся.	8
	Владеть: – опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности	

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

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц или 1692 академических часов, из них: аудиторных занятий – 664 часов, самостоятельная работа студентов – 992 часов, экзамены – 36 часов. Один семестровый экзамен выражается 1 зачётной единицей: 3 дня подготовки – 27 часов и 1 день на экзамен – 9 часов.

Условные обозначения: **Практика** – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); **СРС** – самостоятельная работа студентов (в числителе – количество часов работы под наблюдением преподавателя, в знаменателе – без преподавателя); **ЗЕТ** – зачётные единицы трудоёмкости.

№ раздела	Разделы дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)»	Семестр	ЗЕТ	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в академических часах)					Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Всего часов	Лекции	Практика	СРС	Контроль	
I курс		1	6,75	243	14	66	163	-	зачёт
1	Пропедевтика Введение в дисциплину «Теория и методика ушу»		0,06	2	2	-	-		
2	Общетеоретические сведения о ушу		0,69	25	12	-	13		
3	Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования		2,4	86	-	26	60		
4	Тактика ушу. Методы формирования тактических умений и навыков»		1,1	40	-	10	30		
5	Интегральная подготовка в ушу		2,5	90	-	30	60		
I курс		2	7,75	279	22	78	170	9	экзамен
1	История ушу		1,2	43	18	-	25		
2	Общетеоретические сведения о ушу		0,7	24	4	-	20		
3	Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования		2,05	74	-	34	40		

4	Тактика ушу. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,6	22	-	8	14		
5	Интегральная подготовка в ушу		2,2	80	-	36	44		
Итоговый контроль (экзамен)			1	36	-	-	27	9	
Всего за I курс			14,5	522	36	144	333	9	
II курс		3	4,25	153	18	72	63	-	зачёт
1	Вопросы современного развития ушу		0,08	3	2	-	1		
2	Общетеоретические сведения о ушу		0,61	22	8	4	10		
3	Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования		1,06	38	-	24	14		
4	Тактика ушу. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,44	16	-	6	10		
5	Интегральная подготовка в ушу		1,06	38	-	24	14		
6	Физические качества и методы их развитие в ушу		1	36	8	14	14		
II курс		4	4,25	153	14	72	58	9	экзамен
3	Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования		0,66	24	-	20	4		
4	Тактика ушу. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,22	8	-	4	4		
5	Интегральная подготовка в ушу		0,66	24	-	20	4		
6	Физические качества и методы их развитие в ушу		0,56	20	6	10	4		
8	Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях ушу		0,47	17	6	6	5		
11	Техника и тактика самозащиты при применении противником неспециализированных для ушу средств нападения		0,68	24	2	12	10		
Итоговый контроль			1	36	-	-	27	9	экзамен

Всего за II курс		8,5	306	32	144	121	9		
III курс		5	7	252	28	64	160	-	зачёт
1	Вопросы современного развития ушу	0,08	3	1	-	2			
3	Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования	1,45	52	-	16	36			
4	Тактика ушу. Методы формирования тактических умений и навыков»	0,55	20	-	4	16			
5	Интегральная подготовка в ушу	1,45	52	-	16	36			
7	Психические качества и методы их формирования в ушу	1,11	40	12	8	20			
8	Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях ушу	1,25	45	15	10	20			
11	Техника и тактика самозащиты при применении противником неспециализированных для ушу средств нападения	1,11	40	-	10	30			
III курс		6	4,5	162	8	52	93	9	экзамен
3	Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования	0,75	27	-	12	15			
4	Тактика ушу. Методы формирования тактических умений и навыков»	0,22	8	-	4	4			
5	Интегральная подготовка в ушу	0,75	27	-	12	15			
9	Управление системой подготовки ушуиста	0,67	24	4	10	10			
10	Судейство, организация соревнований и спортивно-массовых мероприятий по ушу	0,61	22	2	10	10			
12	Научно-исследовательская и учебно-методическая работа студентов	0,5	18	2	4	12			
Итоговый контроль		1	36	-	-	27	9	экзамен	
Всего за III курс		11,5	414	36	116	253	9		
IV курс		7	7	252	18	62	172	-	зачёт

1	Вопросы современного развития ушу		0,08	3	1	-	2		
3	Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования		1,44	52	-	16	36		
4	Тактика ушу. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,39	14	-	4	10		
5	Интегральная подготовка в ушу		1,44	52	-	16	36		
7	Психические качества и методы их формирования в ушу		1,11	40	12	8	20		
8	Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях ушу		1,36	49	5	8	36		
11	Техника и тактика самозащиты при применении противником неспециализированных для ушу средств нападения		1,18	42	-	10	32		
IV курс		8	5,5	198	18	58	113	9	экзамен
3	Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования		0,83	30	-	12	18		
4	Тактика ушу. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,22	8	-	4	4		
5	Интегральная подготовка в ушу		0,83	30	-	12	18		
9	Управление системой подготовки ушуиста		0,83	30	10	10	10		
10	Судейство, организация соревнований и спортивно-массовых мероприятий по ушу		0,79	28	2	12	14		
12	Научно-исследовательская и учебно-методическая работа студентов		1	36	6	8	22		
Итоговый контроль			1	36	-	-	27	9	экзамен
Всего за IV курс			12,5	450	36	120	285	9	
Всего за курс обучения:			47	1692	140	524	992	36	

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)»

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)» (См. Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)»)

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)»

5.2.1. Содержание зачетных требований для студентов в I семестре очной формы обучения:

5.2.1.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Характеристика ушу как системы рукопашного боя без оружия, вида спорта и средства физического воспитания.

2. Место ушу в государственной системе физического воспитания населения. Прикладное и воспитательное значение ушу для подготовки молодежи к труду и службе в вооруженных силах.

3. Особенности, цели и задачи традиционного, спортивного и прикладного направлений в ушу. Место ушу среди других видов восточных боевых искусств и спортивных единоборств.

4. Объективные условия деятельности ушуистов и влияние занятий ушу на организм занимающихся. Оздоровительный аспект в занятиях ушу.

5. Конфликтный характер соревновательной деятельности ушуистов.

6. Характеристика физических и психических нагрузок в спортивной деятельности ушуистов. Физические и психические качества, наиболее важные для ушуиста.

7. Характеристика мест занятий и соревнований. Экипировка, инвентарь и оборудование в традиционном и спортивном направлениях ушу.

8. Системы организации учебного процесса в традиционном и спортивном направлениях ушу.

9. Правила поведения в зале, нормы этикета, морально-этические принципы и основы мировоззрения занимающегося ушу.

10. Система квалификационных разрядов и званий в традиционном и спортивном направлениях ушу, принципы их присвоения.

11. Определение понятия «терминология». Термины и их значение. Требования, предъявляемые к терминологии. Китайская и русская терминология, применяемая в ушу.

12. Классификация терминов. Система построения терминов в ушу. Содержание и характеристика общих, основных и дополнительных терминов и понятий ушу.

13. Определение понятия «классификация». Метод классификации как результат обобщения практического опыта. Принципы построения классификации.

14. Связь терминологии и классификации. Влияние классификации на методику обучения и тренировки в ушу.

15. Классификация и терминология средств традиционного ушу и средств спортивного ушу.

16. Определение понятия «базовая техника ушу». Общая характеристика техники ушу и её значение для становления мастерства бойца.

17. Рациональная техника как идеальная модель соревновательной деятельности. Удельный вес техники в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь. Технический арсенал ушуиста и закономерности его формирования.

18. Классификация и терминология базовой техники ушу.

19. Определение понятия «тактика ушу». Общая характеристика тактики традиционного ушу и спортивного ушу.

20. Значение тактики для становления мастерства бойца. Взаимосвязь техники и тактики. Разделы тактики. Виды тактики. Элементы тактики. Тактические приемы.

21. Классификация и терминология тактики традиционного ушу.

22. Классификация и терминология тактики спортивного ушу.

23. Определение понятия «интегральная подготовка в ушу». Характеристика разделов интегральной подготовки в ушу и их значение для становления мастерства бойца. Удельный вес интегральной подготовки в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь.

24. Классификация и терминология средств интегральной подготовки в ушу.

25. Классификация и терминология средств физической подготовки в ушу.

5.2.1.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

ТАОЛУ: 16 ФОРМ ЧАНЬЦЮАНЬ (ДИ И ДУАНЬ – первая часть);

ТАОЛУ: ШИЛЮШИ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ И ДУАНЬ);

САНЬДА: 12 форм обусловленных учебных боёв с выполнением одного атакующего действия, защитой от него и ответной атакой.

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

5.2.2.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Характеристика ушу как системы рукопашного боя без оружия, вида спорта и средства физического воспитания.

2. Место ушу в государственной системе физического воспитания населения. Прикладное и воспитательное значение ушу для подготовки молодежи к труду и службе в вооруженных силах.

3. Особенности, цели и задачи традиционного, спортивного и прикладного направлений в ушу. Место ушу среди других видов восточных боевых искусств и спортивных единоборств.

4. Объективные условия деятельности ушуистов и влияние занятий ушу на организм занимающихся. Оздоровительный аспект в занятиях ушу.

5. Конфликтный характер соревновательной деятельности ушуистов.

6. Характеристика физических и психических нагрузок в спортивной деятельности ушуистов. Физические и психические качества, наиболее важные для ушуиста.

7. Характеристика мест занятий и соревнований. Экипировка, инвентарь и оборудование в традиционном и спортивном направлениях ушу.

8. Системы организации учебного процесса в традиционном и спортивном направлениях ушу.

9. Правила поведения в зале, нормы этикета, морально-этические принципы и основы мировоззрения занимающегося ушу.

10. Система квалификационных разрядов и званий в традиционном и спортивном направлениях ушу, принципы их присвоения.

11. Генезис боевых искусств, протосистемы рукопашного боя без оружия.

12. Эволюция боевых искусств Китая, их влияние на развитие ушу.

13. Эволюция боевых искусств Японии, их влияние на развитие ушу.

14. Исторические корни и социально-экономические предпосылки возникновения ушу в Китае.

15. Исторические этапы развития ушу как системы рукопашного боя без оружия.

16. Краткие биографии великих мастеров ушу XVIII – XX веков.

17. Развитие ушу как боевого искусства и вида спорта в Китае.

18. Характеристика ведущих школ ушу и их распространение в мире.

19. Этапы развития спортивного ушу. Деятельность Всемирной федерации ушу, Европейской федерации ушу и других международных организаций, развивающих различные направления и школы ушу. Перспективы дальнейшего развития ушу.

20. Зарождение и распространение ушу в СССР и России.

21. Участие и достижения российских ушуистов в чемпионатах мира и Европы. Деятельность федерации ушу России и других общероссийских организаций ушу.

22. Причины травматизма на соревнованиях и занятиях ушу.

23. Контроль дистанции при выполнении ударов, страховка и самостраховка при проведении бросков – основа безопасности занимающихся ушу в условиях проведения учебно-тренировочного процесса и соревнований.

24. Методические и организационные требования, направленные на предупреждение травм. Специальные упражнения для овладения навыками контроля дистанции, страховки и самостраховки.

25. Методы оказания первой до врачебной помощи.

26. Основы врачебного и педагогического контроля за состоянием здоровья занимающихся. Основные способы самоконтроля спортсмена.

27. Принципы обеспечения режима питания, двигательной активности, сна и отдыха занимающихся. Личная и общественная гигиена занимающихся ушу.

28. Определение понятия «терминология». Термины и их значение. Требования, предъявляемые к терминологии. Китайская и русская терминология, применяемая в ушу.

29. Классификация терминов. Система построения терминов в ушу. Содержание и характеристика общих, основных и дополнительных терминов и понятий ушу.

30. Определение понятия «классификация». Метод классификации как результат обобщения практического опыта. Принципы построения классификации. Связь терминологии и классификации. Влияние классификации на методику обучения и тренировки в ушу.

31. Классификация и терминология средств традиционного ушу и средств спортивного ушу.

32. Определение понятия «базовая техника ушу». Общая характеристика техники ушу и её значение для становления мастерства бойца. Рациональная техника как идеальная модель соревновательной деятельности. Удельный вес техники в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь. Технический арсенал ушуиста и закономерности его формирования.

33. Классификация и терминология базовой техники ушу.

34. Определение понятия «тактика ушу». Общая характеристика тактики традиционного ушу и спортивного ушу. Значение тактики для становления мастерства бойца. Взаимосвязь техники и тактики. Разделы тактики. Виды тактики. Элементы тактики. Тактические приемы.

35. Классификация и терминология тактики традиционного ушу.

36. Классификация и терминология тактики спортивного ушу.

37. Определение понятия «интегральная подготовка в ушу». Характеристика разделов интегральной подготовки в ушу и их значение для становления мастерства бойца. Удельный вес интегральной подготовки в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь.

38. Классификация и терминология средств интегральной подготовки в ушу.

39. Классификация и терминология средств физической подготовки в ушу.

40. Основы и средства дистанционного взаимодействия с противником в ушу. Определение понятия «Боевая дистанция». Виды боевых дистанций. Радиус эффективности ударных действий. Оперативная оценка дистанции. Чувство дистанции и его развитие. Дистанционно-целевая точность.

41. Основы и средства визуального взаимодействия с противником в ушу.

Начальные сведения о механизме двигательной реакции. Роль зрительного анализатора в оптимальном реагировании. Простая и сложная двигательные реакции, виды сложных двигательных реакций. Технология наблюдения за противником. Виды приемов наблюдения.

42. Методы дыхания в ушу. Способы дыхания в бою, дыхание при выполнении таолу, приемы восстановительного дыхания. Методы произвольного мышечного напряжения и расслабления в ушу.

43. Методы формообразования и названия ударных и блокирующих поверхностей рук и ног в ушу.

44. Топография человеческого тела, основные жизненно важные центры и болевые точки человеческого тела.

45. Основные задачи и начальные методы психотренинга в ушу.

5.2.2.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

ТАОЛУ: 16 ФОРМ ЧАНЬЦЮАНЬ (ДИ И ДУАНЬ – вторая часть);

ТАОЛУ: ШИЛЮШИ ЧАНЦЮАНЬ;

САНЬДА: обусловленные учебные бои с выполнением одного ударного действия в атаке, защитой от него и ответной атакой – 6 зачетных форм;

САНЬДА: обусловленные учебные бои с выполнением двух ударных действий в атаке, защитой от них и ответной атакой – 4 зачетные формы.

5.2.3. Содержание зачетных требований для студентов в III семестре очной формы обучения:

5.2.3.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Тело человека как биомеханическая система. Кинематические цепи и кинематические пары. Степени свободы движений.

2. Кинематические характеристики приемов ушу: траектория, скорость и ускорение.

3. Динамические характеристики приемов ушу: ударная масса, сила удара, импульс силы,

4. Динамические характеристики приемов ушу: количество движения, работа силы и её мощность, механическая энергия движения.

5. 2-й и 3-й законы Ньютона.

6. Традиционные способы выполнения ударных и блокирующих действий в ушу.

7. Позная устойчивость и равновесие. Силы инерции. Способы использования и нейтрализации сил инерции: площадь опоры, угол устойчивости, проекция центра массы на площадь опоры,

8. Способы использования и нейтрализации сил инерции: сила трения и реакция опоры. Традиционный способ сохранения равновесия в ушу.

9. Характеристики цели: прочность, жёсткость, упругость, пластичность.

10. Характеристики ударных и защитных взаимодействий: время взаимодействия, угол приложения силы, концентрация силы.

11. Роль супенационных и пронационных движений предплечья в повышении эффективности приемов ушу.

12. Основные характеристики биомеханического взаимодействия бойцов при выведении из равновесия и проведении бросков: общий центр тяжести пары бойцов, реакция взаимного контакта, центробежные силы,

13. Основные характеристики биомеханического взаимодействия бойцов при выведении из равновесия и проведении бросков: моменты силы, рычаг приложения силы, моменты вращения в различных плоскостях.

14. Роль физической подготовки в занятиях ушу.

15. Характеристика условий проявления физических качеств в ушу.

16. Взаимосвязь и взаимовлияние упражнений, направленных на совершенствование различных двигательных качеств.

17. Характеристика гибкости. Виды гибкости.

18. Задачи развития гибкости

19. Традиционные и современные средства и методы развития гибкости в ушу.

20. Характеристика быстроты. Виды быстроты.

21. Задачи развития быстроты. Критерии оценки быстроты ушуиста.

22. Традиционные и современные средства и методы развития быстроты в ушу.

23. Характеристика силовых способностей. Виды силы.

24. Основные направления развития силовых способностей ушуиста.

25. Традиционные и современные средства и методы развития силы в ушу.

5.2.3.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

ТАОЛУ: 20 ФОРМ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ И ДУАНЬ – первая часть);

ТАОЛУ: ЭРШИШИ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ И ДУАНЬ);

САНЬДА: обусловленные учебные бои с выполнением двух ударных действий в атаке, защитой от них и ответной атакой – 4 зачетные формы;

САНЬДА: обусловленные учебные бои с выполнением одного ударного действия в атаке, защитой от него и ответной атакой – 6 зачетных форм.

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

5.2.4.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Тело человека как биомеханическая система. Кинематические цепи и кинематические пары. Степени свободы движений.

2. Кинематические характеристики приемов ушу: траектория, скорость и ускорение.

3. Динамические характеристики приемов ушу: ударная масса, сила удара, импульс силы, количество движения, работа силы и её мощность, механическая энергия движения.

4. 2-й и 3-й законы Ньютона.

5. Традиционные способы выполнения ударных и блокирующих действий в ушу.

6. Позная устойчивость и равновесие. Силы инерции, способы их использования и нейтрализации: площадь опоры, угол устойчивости, проекция центра массы на площадь опоры, сила трения и реакция опоры. Традиционный способ сохранения равновесия.

7. Характеристики цели: прочность, жесткость, упругость, пластичность.

8. Характеристики ударных и защитных взаимодействий: время взаимодействия, угол приложения силы, концентрация силы.

9. Роль супенационных и пронационных движений предплечья в повышении эффективности приемов ушу.

10. Основные характеристики биомеханического взаимодействия бойцов при выведении из равновесия и проведении бросков: общий центр тяжести пары бойцов, реакция взаимного контакта, центробежные силы, моменты силы, рычаг приложения силы, моменты вращения в различных плоскостях.

11. Роль физической подготовки в занятиях ушу.

12. Характеристика условий проявления физических качеств в ушу.

13. Взаимосвязь и взаимовлияние упражнений, направленных на совершенствование различных двигательных качеств.

14. Характеристика гибкости. Виды гибкости.

15. Задачи развития гибкости

16. Традиционные и современные средства и методы развития гибкости в ушу.

17. Характеристика быстроты. Виды быстроты.

18. Задачи развития быстроты. Критерии оценки быстроты ушуиста.

19. Традиционные и современные средства и методы развития быстроты в ушу.

20. Характеристика силовых способностей. Виды силы.

21. Основные направления развития силовых способностей ушуиста.

22. Традиционные и современные средства и методы развития силы в ушу.

23. Характеристика координационных способностей и ловкости. Критерии оценки ловкости.

24. Значение ловкости для овладения технико-тактическим мастерством и достижения высоких спортивных результатов. Задачи развития ловкости.

25. Традиционные и современные методы управления развитием ловкости в ушу.

26. Характеристика выносливости. Виды выносливости.

27. Основные направления развития выносливости ушуиста.

28. Традиционные и современные средства и методы развития выносливости в ушу.

29. Характеристика произвольного мышечного напряжения и расслабления, методы управления их развитием в ушу.

30. Особенности применения средств и методов развития физических качеств ушуистов в зависимости от их возраста, пола и квалификации.

31. Методика применения средств физической подготовки.

32. Основы методики обучения ушу.

33. Характеристика словесных методов, используемых в подготовке ушуистов.

34. Характеристика наглядных методов, используемых в подготовке ушуистов.

35. Характеристика практических методов, используемых в подготовке ушуистов.

36. Последовательность освоения приемов (действий).

37. Характеристика последовательности ознакомления с приемом (действием).

38. Характеристика последовательности разучивания приема (действия).

39. Характеристика последовательности совершенствования в выполнении приема (действия).

40. Характеристика двигательных навыков ушуиста.

41. Обосновать необходимость многочисленности двигательных навыков

для ушуиста.

42. Обосновать необходимость быстроты и точности движений для ушуиста.

43. Обосновать необходимость стабильности и вариативности движений для ушуиста.

44. Обосновать необходимость большого объема специальных качеств для ушуиста.

45. Обосновать необходимость большого объема тактических способностей для ушуиста.

5.2.4.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

ТАОЛУ: 20 ФОРМ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ ЭР ДУАНЬ – вторая часть);

ТАОЛУ: ЭРШИШИ ЧАНЦЮАНЬ;

САНЬДА: обусловленные учебные бои с выполнением двух ударных действий в атаке, защитой от них и ответной атакой – 4 зачетные формы;

САНЬДА: обусловленные учебные бои с выполнением одного ударного действия в атаке, защитой от него и ответной атакой – 6 зачетных форм.

5.2.5. Содержание зачетных требований для студентов в V семестре очной формы обучения:

5.2.5.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. На что направлена техническая подготовка в традиционном ушу?
2. Характеристика боевых позиций в традиционном ушу, задач, средств и методов их совершенствования.
3. Характеристика видов перемещений в традиционном ушу.
4. Характеристика техники перемещений в традиционном ушу и педагогических задач ее совершенствования.
5. Характеристика видов приемов и техники ударов руками в традиционном ушу.
6. Характеристика видов приемов и техники ударов ногами в традиционном ушу.
7. Характеристика видов и техники бросков, приемов выведения из равновесия и удержания в традиционном ушу.
8. Характеристика видов приемов и техники болевых воздействий на суставы, удушения и других средств нападения в традиционном ушу.
9. Характеристика видов приемов и техники защиты блоками руками в традиционном ушу.
10. Характеристика видов приемов и техники защиты блоками ногами в традиционном ушу.
11. Характеристика видов приемов и техники защиты уходами, уклонами и уводами в традиционном ушу.
12. Характеристика видов приемов и техники защиты от захватов и

противодействия захватам в традиционном ушу.

13. На что направлена техническая подготовка в спортивном ушу?

14. Основные и частные педагогические задачи технической подготовки в спортивном ушу, чем определяется их постановка?

15. От чего зависят объемы применения упражнений технической подготовки в спортивном ушу?

16. Характеристики сенсомоторных структур боевых действий в спортивном ушу.

17. Виды боевых действий в спортивном ушу и характеристики их сенсомоторных механизмов.

18. Характеристики специализированных умений в спортивном ушу.

19. Характеристика основных боевых позиций в спортивном ушу, роли, задач, средств и методов их совершенствования.

20. Характеристика видов перемещений в спортивном ушу и их техники.

21. Характеристика педагогических задач совершенствования техники перемещений в спортивном ушу.

22. Сравнительные характеристики видов атакующих действий, применяемых в спортивном ушу и традиционном ушу.

23. Сравнительные характеристики видов защитных действий, применяемых в спортивном ушу и традиционном ушу.

24. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях выполнения технических приемов и боевых действий на обусловленный зрительный, тактильный или слуховой сигнал и последовательность усложнения ситуаций при его применении.

25. Педагогические задачи применения метода совершенствования техники в ситуациях выполнения технических приемов и боевых действий на обусловленный зрительный, тактильный или слуховой сигнал и.

26. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях различения условий, необходимых для эффективного выполнения технических приемов и боевых действий.

27. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях взаимоисключающего выбора боевых средств.

28. Педагогические задачи применения метода совершенствования техники в ситуациях взаимоисключающего выбора боевых средств.

29. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях переключения от одних средств единоборства к другим.

30. Педагогические задачи применения метода совершенствования техники в ситуациях переключения от одних средств единоборства к другим.

31. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях с пространственной и временной неопределенностью.

32. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях возникновения рефлекторных помех.

33. Значение тактики в спортивном ушу.

34. Характеристика тактической деятельности в спортивном ушу.

35. Характеристика основных тактических принципов ведения соревновательного боя в спортивном ушу.

36. Характеристика тактических действий, применяемых в соревновательных

боях в спортивного ушу.

37. Характеристика тактических обманываний и методов их освоения.

38. Характеристика тактических качеств и методов их формирования.

39. Дать определение психической подготовки в спортивном ушу и характеризовать ее основные задачи.

40. Дать характеристику разделам психической подготовки в спортивном ушу и ее средствам.

41. Дать характеристику психической составляющей соревновательной и тренировочной деятельности в спортивном ушу и перечислить волевые качества, необходимые для ее осуществления.

42. На чем основывается развитие волевых качеств в спортивном ушу.

43. Дать характеристику методам развития волевых качеств в спортивном ушу.

44. Дать характеристику средствам развития волевых качеств в спортивном ушу.

45. Дать характеристику способам создания запаса «волевой прочности».

46. Дать характеристику приемам развития волевых качеств у спортсменов-ушуистов, применяемых в индивидуальных и парных упражнениях.

47. Дать характеристику приемам развития волевых качеств у спортсменов-ушуистов, применяемых в тренировочных боях.

48. Дать характеристику приемам развития волевых качеств у спортсменов-ушуистов, основанным на моделировании предполагаемых условий соревновательной деятельности.

49. Особенности волевой подготовки спортсмена – претендента на победу в предстоящих соревнованиях.

50. Особенности волевой подготовки спортсменов – участников предстоящих командных соревнований.

51. Характеристика интегральной подготовки в спортивном ушу. Перечислить ее методы. Дать характеристику индивидуальному методу интегральной подготовки и его средствам.

52. Дать характеристику спарринговому методу интегральной подготовки в спортивном ушу и его средствам.

53. Дать характеристику соревновательному методу интегральной подготовки в спортивном ушу и перечислить его средства.

54. Дать характеристику следующим средствам соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном ушу: тренировочный бой на заданный результат с судейством, тренировочные (подготовительные) соревнования.

55. Дать характеристику следующим средствам соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном ушу: контрольные соревнования, подводящие (модельные) соревнования.

5.2.5.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

ТАОЛУ: 32 ФОРМЫ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ И ДУАНЬ – первая часть);

ТАОЛУ: 32 ФОРМЫ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ ЭР ДУАНЬ – вторая часть);

САНЬДА: обусловленные учебные бои с выполнением двух ударных действий в атаке, защитой от них и ответной атакой – 4 зачетные формы;

САНЬДА: обусловленные учебные бои с выполнением двух ударных действий в атаке, защитой от них и ответной атакой – 2 зачетные формы;

САНЬДА: обусловленные учебные бои с выполнением одного ударного действия в атаке, защитой от него и ответной атакой – 4 зачетных формы.

5.2.6. Содержание экзаменационных требований для студентов в VI семестре очной формы обучения:

5.2.6.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. На что направлена техническая подготовка в традиционном ушу?
2. Характеристика боевых позиций в традиционном ушу, задач, средств и методов их совершенствования.
3. Характеристика видов перемещений в традиционном ушу.
4. Характеристика техники перемещений в традиционном ушу и педагогических задач ее совершенствования.
5. Характеристика видов приемов и техники ударов руками в традиционном ушу.
6. Характеристика видов приемов и техники ударов ногами в традиционном ушу.
7. Характеристика видов и техники бросков, приемов выведения из равновесия и удержания в традиционном ушу.
8. Характеристика видов приемов и техники болевых воздействий на суставы, удушения и других средств нападения в традиционном ушу.
9. Характеристика видов приемов и техники защиты блоками руками в традиционном ушу.
10. Характеристика видов приемов и техники защиты блоками ногами в традиционном ушу.
11. Характеристика видов приемов и техники защиты уходами, уклонами и уводами в традиционном ушу.
12. Характеристика видов приемов и техники защиты от захватов и противодействия захватам в традиционном ушу.
13. На что направлена техническая подготовка в спортивном ушу?
14. Основные и частные педагогические задачи технической подготовки в спортивном ушу, чем определяется их постановка?
15. От чего зависят объемы применения упражнений технической подготовки в спортивном ушу?
16. Характеристики сенсомоторных структур боевых действий в спортивном ушу.
17. Виды боевых действий в спортивном ушу и характеристики их сенсомоторных механизмов.
18. Характеристики специализированных умений в спортивном ушу.
19. Характеристика основных боевых позиций в спортивном ушу, роли, задач,

средств и методов их совершенствования.

20. Характеристика видов перемещений в спортивном ушу и их техники.

21. Характеристика педагогических задач совершенствования техники перемещений в спортивном ушу.

22. Сравнительные характеристики видов атакующих действий, применяемых в спортивном ушу и традиционном ушу.

23. Сравнительные характеристики видов защитных действий, применяемых в спортивном ушу и традиционном ушу.

24. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях выполнения технических приемов и боевых действий на обусловленный зрительный, тактильный или слуховой сигнал и последовательность усложнения ситуаций при его применении.

25. Педагогические задачи применения метода совершенствования техники в ситуациях выполнения технических приемов и боевых действий на обусловленный зрительный, тактильный или слуховой сигнал.

26. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях различения условий, необходимых для эффективного выполнения технических приемов и боевых действий.

27. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях взаимоисключающего выбора боевых средств.

28. Педагогические задачи применения метода совершенствования техники в ситуациях взаимоисключающего выбора боевых средств.

29. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях переключения от одних средств единоборства к другим.

30. Педагогические задачи применения метода совершенствования техники в ситуациях переключения от одних средств единоборства к другим.

31. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях с пространственной и временной неопределенностью.

32. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях возникновения рефлекторных помех.

33. Значение тактики в спортивном ушу.

34. Характеристика тактической деятельности в спортивном ушу.

35. Характеристика основных тактических принципов ведения соревновательного боя в спортивном ушу.

36. Характеристика тактических действий, применяемых в соревновательных боях в спортивном ушу.

37. Характеристика тактических обманываний и методов их освоения.

38. Характеристика тактических качеств и методов их формирования.

39. Дать определение психической подготовки в спортивном ушу и характеризовать ее основные задачи.

40. Дать характеристику разделам психической подготовки в спортивном ушу и ее средствам.

41. Дать характеристику психической составляющей соревновательной и тренировочной деятельности в спортивном ушу и перечислить волевые качества, необходимые для ее осуществления.

42. На чем основывается развитие волевых качеств в спортивном ушу.

43. Дать характеристику методам развития волевых качеств в спортивном ушу.
44. Дать характеристику средствам развития волевых качеств в спортивном ушу.
45. Дать характеристику способам создания запаса «волевой прочности».
46. Дать характеристику приемам развития волевых качеств у спортсменов-ушуистов, применяемых в индивидуальных и парных упражнениях.
47. Дать характеристику приемам развития волевых качеств у спортсменов-ушуистов, применяемых в тренировочных боях.
48. Дать характеристику приемам развития волевых качеств у спортсменов-ушуистов, основанным на моделировании предполагаемых условий соревновательной деятельности.
49. Особенности волевой подготовки спортсмена – претендента на победу в предстоящих соревнованиях.
50. Особенности волевой подготовки спортсменов – участников предстоящих командных соревнований.
51. Дать характеристику интегральной подготовки в спортивном ушу. Перечислить ее методы. Дать характеристику индивидуальному методу интегральной подготовки и его средствам.
52. Дать характеристику спарринговому методу интегральной подготовки в спортивном ушу и его средствам.
53. Дать характеристику соревновательному методу интегральной подготовки в спортивном ушу и перечислить его средства.
54. Дать характеристику следующим средствам соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном ушу: тренировочный бой на заданный результат с судейством, тренировочные (подготовительные) соревнования.
55. Дать характеристику следующим средствам соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном ушу: контрольные соревнования, подводящие (модельные) соревнования.
56. Дать характеристику возрастным этапам подготовки юных спортсменов и примерным сенситивным периодам развития двигательных качеств.
57. Система организации и основные задачи этапа предварительной подготовки в ушу.
58. Особенности развития физических качеств у детей, занимающихся ушу на этапе предварительной подготовки.
59. Особенности технической подготовки детей, занимающихся ушу на этапе предварительной подготовки.
60. Методы обучения, используемые в занятиях с детьми, занимающимися ушу на этапе предварительной подготовки.
61. Система контроля динамики развития физических качеств и формирования специальных двигательных умений у детей, занимающихся ушу на этапе предварительной подготовки.
62. Система организации и основные задачи этапа начальной спортивной подготовки в ушу.
63. Дать характеристику направлениям и методам обучения детей, занимающихся ушу на этапе начальной спортивной подготовки.
64. Система контроля динамики развития физических качеств и формирования специальных двигательных умений у детей, занимающихся ушу на этапе начальной спортивной подготовки.

спортивной подготовки.

65. Система организации и основные задачи этапа углубленной спортивной подготовки в ушу.

66. Дать характеристику особенностям психофизиологии подростков, занимающихся ушу на этапе углубленной спортивной подготовки.

67. Дать характеристику особенностям и основным средствам и методам физической подготовки подростков, занимающихся ушу на этапе углубленной спортивной подготовки.

68. Дать характеристику особенностям, средствам и методам технико-тактической и интегральной подготовки на стадиях этапа углубленной спортивной подготовки в ушу. Критерии выбора соревновательной специализации. Формы комплексного контроля.

69. Система организации и основные задачи этапа спортивного совершенствования в ушу.

70. Особенности и основные средства и методы физической, технико-тактической и интегральной подготовки юношей, занимающихся ушу на этапе спортивного совершенствования. Формы комплексного контроля.

71. Дать характеристику физкультурно-оздоровительному этапу подготовки в ушу.

72. Виды соревнований в спортивном ушу, характер и способы их проведения. Цель и задачи спортивно-массовых мероприятий по ушу.

73. Участники соревнований по ушу, их возрастные и весовые категории. Условия процедуры допуска и взвешивания участников соревнований по ушу.

74. Права и обязанности участников соревнований по ушу, тренеров и представителей команд.

75. Оборудование мест соревнований и спортивно-массовых мероприятий по ушу. Медицинское и информационное обеспечение соревнований и спортивно-массовых мероприятий по ушу.

76. Дать краткую характеристику теоретическим основам и методам научного исследования в спорте.

77. Дать характеристику способам поиска и анализа информации в специальной и научно-методической литературе и в интернете, составления библиографии.

78. Педагогические методы научного исследования в спорте.

79. Инструментальные методы научного исследования в спорте.

80. Дать характеристику системе планирования и организации исследования в спорте, способам анализа, обработки и интерпретации его результатов.

5.2.6.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

ТАОЛУ: 32 ФОРМЫ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ САНЬ ДУАНЬ – третья часть);

ТАОЛУ: 32 ФОРМЫ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ СЫ ДУАНЬ – четвертая часть);

ТАОЛУ: САНЬШИЭРШИ ЧАНЦЮАНЬ САНЬ ДУАНЬ ТАОЛУ;

САНЬДА: обусловленные учебные бои с выполнением двух ударных действий в атаке, защитой от них и ответной атакой – 4 зачетные формы;

САНЬДА: обусловленные учебные бои с выполнением двух ударных действий в атаке, защитой от них и ответной атакой – 2 зачетные формы;

САНЬДА: обусловленные учебные бои с выполнением одного ударного действия в атаке, защитой от него и ответной атакой – 4 зачетных формы.

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

1. Характеристика деятельности тренеров в ушу;
2. Особенности учебно-тренировочной и воспитательной работы тренера с юными ушуистами;
3. Задачи, содержание и построение тренировки в спортивном ушу;
4. Виды соревновательной деятельности в спортивном ушу и оценка параметров их компонентов;
5. Этапы многолетней подготовки юных ушуистов;
6. Содержание и формы воспитательной работы с юными ушуистами;
7. Средства и методы теоретической и интеллектуальной подготовки в спортивном ушу;
8. Цель и задачи психической подготовки в спортивном ушу;
9. Роль и значение тактической подготовки в спортивном ушу;
10. Взаимосвязь технической подготовки с другими сторонами подготовки ушуиста.

5.2.7. Содержание зачетных требований для студентов в VII семестре очной формы обучения:

5.2.7.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Дать определение термину «психограмма вида спорта» и характеристику специфике психической деятельности в спортивном ушу.
2. Перечислить психические процессы, характерные для соревновательной деятельности в спортивном ушу.
3. Дать характеристику таким психическим процессам как восприятие, представление и воображение.
4. Дать характеристику такому психическому процессу как внимание.
5. Дать характеристику такому психическому процессу как оперативное мышление.
6. Дать характеристику такому психическому процессу как оперативная память.
7. Перечислить волевые качества и роль, которую они играют в различных ситуациях соревновательной деятельности в спортивном ушу.
8. Способы компенсации недостаточно развитых психических качеств у спортсменов-ушуистов.
9. Влияние психической напряженности на соревновательную деятельность спортсмена.
10. Что служит созданию психических предпосылок для технико-тактического совершенствования.

11. Методы освоения психической взаимосвязи между различными боевыми действиями.

12. Методы развития тактической инициативы.

13. Методы развития специализированных умений.

14. Методы развития способности к преодолению внешних и внутренних помех.

15. Методы варьирования направленности индивидуальных занятий.

16. Дать характеристику условий психической деятельности в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

17. Перечислить средства создания необходимого психического фона при совершенствовании технико-тактического мастерства ушуистов в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

18. Дать характеристику особенностям психического фона при ведении свободных боев (САНЬДА).

19. Дать характеристику условиям формирования тактической инициативы при совершенствовании технико-тактического мастерства ушуистов в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

20. Дать характеристику психическому фону ведения боевой деятельности при использовании метода целенаправленного подбора соперников в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

21. Дать характеристику психическому фону ведения боевой деятельности при использовании метода вариативного построения тренировочных боев и боев соревновательного характера.

22. Перечислить общие и частные причины возникновения психических барьеров, препятствующих технико-тактическому совершенствованию спортсмен-менов, проявлению достигнутого уровня мастерства.

23. Перечислить типовые психические барьеры, препятствующие освоению боевых действий.

24. Перечислить типовые психические барьеры, препятствующие овладению способностью к единоборству с разнообразными соперниками и в различных условиях соревнований.

25. Дать характеристику методам ликвидации психических барьеров.

26. Дать характеристику методам развития способности спортсменов к саморегуляции психических процессов и эмоционального состояния.

27. Перечислить средства предварительной психической подготовки спортсмена к предстоящим соревнованиям.

28. Дать характеристику методам регулирования объема психических нагрузок в предсоревновательных микроциклах.

29. Причины возникновения стартовых состояний спортсмена.

30. Психофизиологические характеристики стартовых состояний спортсмена.

31. Влияния стартовых состояний на спортсменов с уравновешенной психикой.

32. Влияния стартовых состояний на спортсменов с неуравновешенной психикой.

33. Средства регуляции стартовых состояний спортсменов.

34. Методы регуляции стартовых состояний у инертных спортсменов.

35. Методы регуляции стартовых состояний у спортсменов с неуравновешенной психикой.

5.2.7.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

- ТАОЛУ:** 46 ФОРМ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ И ДУАНЬ – первая часть);
ТАОЛУ: 46 ФОРМ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ ЭР ДУАНЬ – вторая часть);
ТАОЛУ: Квалификационный комплекс ЦЗЯНЬШУ;
САНЬДА-САНЬШОУ: 10 зачетных атак;
САНЬДА-САНЬШОУ: 5 зачетных атак;
САНЬДА: 5 зачетных атак.

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

5.2.8.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Дать определение термину «психограмма вида спорта» и характеристику специфике психической деятельности в спортивном ушу.
2. Перечислить психические процессы, характерные для соревновательной деятельности в спортивном ушу.
3. Дать характеристику таким психическим процессам как восприятие, представление и воображение.
4. Дать характеристику такому психическому процессу как внимание.
5. Дать характеристику такому психическому процессу как оперативное мышление.
6. Дать характеристику такому психическому процессу как оперативная память.
7. Перечислить волевые качества и роль, которую они играют в различных ситуациях соревновательной деятельности в спортивном ушу.
8. Способы компенсации недостаточно развитых психических качеств у спортсменов-ушуистов.
9. Влияние психической напряженности на соревновательную деятельность спортсмена.
10. Что служит созданию психических предпосылок для технико-тактического совершенствования.
11. Методы освоения психической взаимосвязи между различными боевыми действиями.
12. Методы развития тактической инициативы.
13. Методы развития специализированных умений.
14. Методы развития способности к преодолению внешних и внутренних помех.
15. Методы варьирования направленности индивидуальных занятий.
16. Дать характеристику условий психической деятельности в тренировочных боях и боях соревновательного характера.
17. Перечислить средства создания необходимого психического фона при совершенствовании технико-тактического мастерства ушуистов в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

18. Дать характеристику особенностям психического фона при ведении свободных боев (САНЬДА).

19. Дать характеристику условиям формирования тактической инициативы при совершенствовании технико-тактического мастерства ушуистов в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

20. Дать характеристику психическому фону ведения боевой деятельности при использовании метода целенаправленного подбора соперников в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

21. Дать характеристику психическому фону ведения боевой деятельности при использовании метода вариативного построения тренировочных боев и боев соревновательного характера.

22. Перечислить общие и частные причины возникновения психических барьеров, препятствующих технико-тактическому совершенствованию спортсменов, проявлению достигнутого уровня мастерства.

23. Перечислить типовые психические барьеры, препятствующие освоению боевых действий.

24. Перечислить типовые психические барьеры, препятствующие овладению способностью к единоборству с разнообразными соперниками и в различных условиях соревнований.

25. Дать характеристику методам ликвидации психических барьеров.

26. Дать характеристику методам развития способности спортсменов к саморегуляции психических процессов и эмоционального состояния.

27. Перечислить средства предварительной психической подготовки спортсмена к предстоящим соревнованиям.

28. Дать характеристику методам регулирования объема психических нагрузок в предсоревновательных микроциклах.

29. Причины возникновения стартовых состояний спортсмена.

30. Психофизиологические характеристики стартовых состояний спортсмена.

31. Влияния стартовых состояний на спортсменов с уравновешенной психикой.

32. Влияния стартовых состояний на спортсменов с неуравновешенной психикой.

33. Средства регуляции стартовых состояний спортсменов.

34. Методы регуляции стартовых состояний у инертных спортсменов.

35. Методы регуляции стартовых состояний у спортсменов с неуравновешенной психикой.

36. С учётом каких особенностей строится система управления подготовкой квалифицированных спортсменов в спортивном ушу и от чего зависит ее эффективность?

37. Из каких частей состоит система управления подготовкой квалифицированных спортсменов в спортивном ушу и кто его осуществляет?

38. Какие виды деятельности выполняет тренер по спортивному ушу? Что относится к подготовительной и вспомогательной работе тренера по спортивному ушу?

39. Что относится к основным задачам педагогической деятельности тренера по спортивному ушу?

40. Что входит в обязанности организаторов подготовки квалифицированных спортсменов в спортивном ушу?

41. Что входит в обязанности работников, занимающихся материально-техническим и хозяйственным обеспечением подготовки квалифицированных спортсменов в спортивном ушу?

42. Что входит в обязанности сотрудников, отвечающих за научно-методическое и медицинское обеспечение подготовки квалифицированных спортсменов в спортивном ушу?

43. Чем определяется достижение высоких и стабильных соревновательных результатов в спортивном ушу?

44. С учетом каких закономерностей строится тренировочный процесс подготовки квалифицированных спортсменов в спортивном ушу?

45. Что следует учитывать в подготовке квалифицированных спортсменов в спортивном ушу?

46. Какие модельные характеристики квалифицированных спортсменов необходимо учитывать при прогнозировании их соревновательных результатов?

47. Основные задачи и разделы подготовки квалифицированных спортсменов.

48. Построение тренировочного процесса на этапах начальной и углубленной спортивной подготовки в спортивном ушу.

49. Построение тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования в ушу.

50. Построение тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства в ушу.

51. Система многолетней подготовки в спортивном ушу.

52. Характеристика макроцикла, виды макроциклов, система построения тренировочного процесса в годичном макроцикле.

53. Система периодизации тренировочного процесса в спортивном ушу.

54. Характеристика подготовительного периода и его этапов.

55. Характеристика соревновательного периода.

56. Характеристика переходного периода.

57. Характеристика мезоцикла, виды мезоциклов.

58. Характеристика втягивающих и базовых мезоциклов, особенности построение тренировочного процесса в этих мезоциклах.

59. Характеристика контрольно-подготовительных и предсоревновательных мезоциклов, особенности построение тренировочного процесса в этих мезоциклах.

60. Характеристика соревновательных и восстановительных мезоциклов, особенности построение тренировочного процесса в этих мезоциклах.

61. Характеристика микроцикла, виды микроциклов.

62. Характеристика втягивающих и общеподготовительных микроциклов.

63. Характеристика специально подготовительных и модельных микроциклов.

64. Характеристика подводящих и соревновательных микроциклов.

65. Характеристика фаз соревновательного микроцикла.

66. Характеристика ударных и восстановительных микроциклов.

67. Общие требования к системе подготовки спортсмена в макроцикле тренировочного процесса.
68. Тренировочные средства и методы, применяемые на общеподготовительном этапе подготовительного периода.
69. Тренировочные средства и методы, применяемые на контрольно-подготовительном этапе подготовительного периода.
70. Тренировочные средства и методы, применяемые на этапе интегральной подготовки подготовительного периода.
71. Тренировочные средства и методы, применяемые на предсоревновательном этапе подготовительного периода.
72. Тренировочные средства и методы, применяемые в соревновательном периоде.
73. Тренировочные средства и методы, применяемые в переходном периоде.
74. Методика планирования тренировочных нагрузок и их распределения по этапам подготовки.
75. Методика планирования технико-тактического оснащения спортсменов, совершенствования их индивидуальной манеры ведения боя.
76. Методика подбора боевых средств с учетом индивидуальных склонностей спортсменов.
77. Методы эффективного ускорения переноса тренировочного материала в соревновательные бои.
78. Система отбора кандидатов в сборную команду.
79. Критерии отбора кандидатов в сборную команду.
80. Средства и методы управления деятельностью спортсмена в соревнованиях.
81. Перечислить членов судейской коллегии, обслуживающей соревнования по ушу.
82. Права и обязанности главного судьи, заместителя главного судьи, главного секретаря и инспектора соревнований по ушу.
83. Права и обязанности старшего судьи, судьи-секретаря и судьи-хронометриста на площадке.
84. Права и обязанности членов судейской бригады.
85. Общие положения правил судейства соревнований.
86. Правила судейства соревнований по саньда.
87. Правила судейства соревнований по таолу.
88. Судейские терминология и жесты.
89. Технология проведения педагогического эксперимента, методика сбора и обработки экспериментальных данных.
90. Технология подготовки и оформления рукописи выпускной квалификационной работы.

5.2.8.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

ТАОЛУ: 46 ФОРМ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ САНЬ ДУАНЬ – третья часть);

ТАОЛУ: 46 ФОРМ ЧАНЦЮАНЬ (ДИ СЫ ДУАНЬ – четвертая часть);

ТАОЛУ: Квалификационный комплекс ДАОШУ;

ТАОЛУ: СЫШИЛЮШИ ЧАНЦЮАНЬ ТАОЛУ;

САНЬДА-САНЬШОУ: 5 зачетных боев;

САНЬДА: 5 зачетных боев.

5.2.8.3. Примерная тематика выпускных квалификационных работ:

1. Прогнозирование достижений в спортивном ушу.
2. Содержание учебно-тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки ушуистов.
3. Модели соревновательной деятельности в спортивном ушу.
4. Методики повышения уровня подготовленности ушуистов.
5. Модельные характеристики спортсменов, специализирующихся в различных соревновательных дисциплинах спортивного ушу.
6. Планирование тренировочных нагрузок в различных соревновательных дисциплинах спортивного ушу и их взаимовлияние.
7. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в группах различных уровней подготовки отделений ушу спортивных школ.
8. Использование современных знаний физиологии, биохимии и биомеханики спортивной деятельности при решении актуальных проблем спортивного ушу.
9. Применение инноваций в методике обучения в различных соревновательных дисциплинах спортивного ушу.
10. Тренажерные технологии и их использование в тренировочном процессе ушуистов.
11. Система фармакологической поддержки ушуистов в тренировочном процессе и соревнованиях.
12. Рационализация питания спортсменов, занимающихся спортивным ушу.
13. Укрепление опорно-двигательного аппарата спортсменов, занимающихся спортивным ушу.
14. Содержание периодов и этапов годового макроцикла тренировочного процесса спортсменов-ушуистов на различных этапах многолетней подготовки.
15. Система соревнований как составная часть многолетней подготовки ушуистов.

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

а) Основная литература:

1. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки – М.: ФиС, 1977.
2. Музруков Г.Н. Основы ушу: Учебник для спортивных школ.-М.:ОАО «Издательский дом Городец»,2006.-576с.
3. Музруков Г.Н. Основы ушу. Том II. Короткое спортивное оружие: Учебник для спортивных школ.-М., 2013.- 112с.
4. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать. М.: «Издательство Астрель», 2002. – 864с
5. Орлов Ю.Л. Анализ критериев и технология экспертной оценки участников аттестационных семинаров и соревнований по ката (статья). Оценка соревновательной деятельности в единоборствах. Материалы III международной научно-практической конференции. М.: РИО РГУФКСиТ, 2003. стр.74-107.
6. Орлов Ю.Л. Примерная учебная программа подготовки по традиционному и спортивному направлениям каратэ для детско-юношеских спортивных школ, учреждений дополнительного образования, физкультурно-оздоровительных и спортивных клубов. – М.: Физкультура и спорт, 2010.
7. Орлов Ю.Л. Курс лекций по теории и методике каратэдо. РГУФК. 2007-2012.
8. Орлов Ю.Л. Основы боевого дистанционного взаимодействия в каратэдо (статья). Актуальные вопросы подготовки спортсменов в спорте высших достижений. Материалы Всероссийской Интернет-конференции. – М.: «Светотон ЛТД», 2011. – С.132 -134.
9. Орлов Ю.Л. Терминология и классификация каратэдо. Проблемы совершенствования технико-тактической подготовки в спортивных единоборствах. Сборник статей. Под редакцией А.Н.Блеера. – М.: Физическая культура, 2010. стр. 94–111.
10. Орлов Ю.Л. Структуры и терминологическая систематизация атакующих действий в каратэдо. Материалы научной конференции кафедры теории и методики единоборств РГУФКСМиТ: «Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам». Часть 3. – М.:»Принт Центр», 2011. – С.21-30.
11. Правила соревнований по ушу.
Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.

б) Дополнительная литература:

1. Горбунов Г. Д. Психопедагогика в спорте. – М.: ФиС, 1986.
2. Горбылёв А. М. Японские воинские искусства. // «Додзё», 1997, № 1.
3. Горбылёв А. М. Великие мастера каратэ: Мацумура Сокон, Хигаонна Канрё, Уэти Камбун. // «Додзё», 2002, № 1.

4. Горбылёв А. М. Секреты смертельного касания. // «Кэмпо», 1997, № 3.
5. Горбылёв А. М. Ката – коаны каратэ. // «Кэмпо», 1997, № 1.
6. Горбылёв А. М. Секреты ката Сантин // «Додзё», 2000, № 5
7. Горбылёв А. М. Опасности ката Сантин. // «Додзё», 2000, № 5.
8. Горбылёв А. М. Найханги – главное ката Томаритэ и Сюритэ. // «Додзё», 2001, № 6.
9. Горбылёв А. М. Становление Сито-рю каратэдо. М.: ООО «Будо-спорт», 2003.– 272 с.
10. Горбылёв А. М. Техника поражения уязвимых точек в дзюдо. // «Додзё», 2000, № 5.
11. Долгачев П. Ката Сантин в Годзю-рю. // «Додзё», 2000, № 5.
12. Дембо А. Г. Врачебный контроль в спорте. М.: Медицина, 1988.
13. Игнатов О. В. Силовая подготовка каратиста. // «Додзё», 2001, № 8.
14. Игнатов О. В. Гибкость и методы ее развития в боевых искусствах. // «Додзё», 2002, № 1.
15. Игнатов О. В. Выносливость и методы ее развития в контактных единоборствах. // «Додзё», 2002, № 2.
16. Кук Д. Ч. Сила каратэ. – МП «Паломник» - МП «Норд-Спорт», 1993. 208 с.
17. Мабуни Кэнва. Настрой занимающегося каратэ. // «Додзё», 2002, № 3.
18. Маряшин Ю. Е. Современное каратэ: Функциональная гимнастика. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2004. – 176 с.
19. Маряшин Ю. Е. О проблемах роста мастерства в каратэ. // «Додзё», 2004, № 1.
20. Мабуни Кэнва. Ката Сантин в Сито-рю. Перев. Горбылёв А. М. //
21. Мабуни Кэнва, Накасонэ Гэнва. Названия, виды и значение ката. Перевод с японского Алексея Горбылёва. // «Додзё», 2002, № 4.
22. Мабуни Кэнва, Накасонэ Гэнва. Снаряды для дополнительных упражнений (ходзё ундо гу) и методы тренировки (танрэнпо). // «Додзё», 2003, №№ 2-3.
23. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки – М.: ФиС, 1977.
24. Окадзаки Хирото. Ката и реальный бой. // «Додзё», 2004, № 6.
25. Окадзаки Хирото. Примеры использования технических элементов ката Найфантин в реальном бою. // «Додзё», 2005, № 1.
26. Окадзаки Хирото. Давайте развивать способности детей с помощью каратэ. // «Додзё», 2005, № 1.
27. Орлов Ю. Л. Найфанги сёдан – учебник бросков каратэдо. // «Додзё», 2001, № 6.
28. Орлов Ю. Л. Комплекс контрольных упражнений, рекомендуемый для тестирования уровня специальной физической подготовленности занимающихся в ДЮСШ спортивным каратэ. Материалы научно-практической конференции преподавателей кафедры теории и методики единоборств: «Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам», часть II. – сост. проф. Игуменов В. М., Свищев И. Д. – М.: РГУФКСиТ – 2010. стр. 22-30.
29. Орлов Ю. Л. Рекомендации по оптимизации деятельности отделений каратэ в ДЮСШ с учетом специфики восточных боевых единоборств и современных тенденций развития детско-юношеского спорта в РФ. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным

боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.54-61.

30. Орлов Ю.Л. Основные направления организации занятий каратэ в ДЮСШ с детьми дошкольного и младшего школьного возраста на этапе предварительной подготовки. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.50-54.

31. Орлов Ю.Л., Вагин А.Ю. Анализ кинематических характеристик типовых способов выполнения прямого удара кулаком в традиционном каратэдо. Статья. Сборник трудов ученых РГУФКСМиТ. 2012.

32. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Специализированные методы развития сенсомоторных дизъюнктивных реагирований у юных спортсменов, занимающихся каратэ. Статья. Сборник трудов молодых ученых РГУФКСМиТ. 2012.

33. Орлов Ю.Л., Озимова И.В. Особенности направленности и содержания интегральной подготовки в спортивном каратэ (на примере восточного боевого единоборства КАРАТЭДО СИТО РЮ). Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.61-68.

34. Рояма Хацуо. Техника ударов руками и методика их тренировки. // «Додзё», 2004, № 5.

35. Рояма Хацуо. Техника ударов ногами и методика их тренировки. // «Додзё», 2004, № 6.

36. Рояма Хацуо. Каратэдо и техника дыхания. // «Додзё», 2005, № 1.

37. Селуянов В.Н. Технология оздоровительной физической культуры / В.Н.Селуянов. – М.: СпортАкадемпредс, 2001. -331 с.

38. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 1. Пропедевтика.- М.:Советский спорт, 1997.–288с.: илл.

39. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 2. Кинезиология и психология. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.

40. Филимонов В. И. Теория и методика бокса. – М.: «ИНСАН», 2006, - 584 с.

41. Фунакоси Гитин. «Двадцать наставлений о пути каратэ» и их разъяснение. // «Додзё», 2005, №№ 1-2.

42. Харлампиев А.А., Тактика борьбы самбо. М., ФиС, 1958.

43. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 1. 2008 г.

44. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 2. 2009 г.

45. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 3. 2009 г.

46. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 4. 2009 г.
47. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 5. 2010 г.
48. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 6. 2011 г.
49. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 7. 2011 г.
50. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 8. 2012 г.
51. Чумаков Е.М. Физическая подготовка борцов. Учебное пособие. М., РГАФК, 1996.
52. Чумаков Е.М. Моделирование спортивной деятельности борца. Методическая разработка. Москва, 1986.
53. Чумаков Е.М., Ионов С.Ф. Индивидуальное планирование тренировки борца-самбиста. Методические рекомендации. Москва, 1986.
54. Ямада Коо. Каппо. Основные аспекты реанимации. //«Додзё», 2004, № 4.

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

<http://wushu-russ.ru>

<http://iwuf.org>

<http://kungfu-russia.ru>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)», 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

	<p><i>-Microsoft Word</i> <i>-Microsoft Excel</i> <i>-Microsoft PowerPoint</i> <i>-Microsoft Outlook</i></p>	<p>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></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.
6.	Microsoft Office Access	Система управления базой данных. Устанавливается по мере необходимости использования в образовательном процессе.
7.	Microsoft Visio	Система обработки деловой графики, организационных схем. Устанавливается по мере необходимости.
8.	Microsoft Project	Система управления проектами работ. Устанавливается по мере необходимости.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

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

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

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

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

7.3. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

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

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

7.3.3. Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.

7.3.4. Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.

7.3.5. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.

7.3.6. Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.

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

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

7.3.9. Плеер DVD BBK – 2007 г.

7.3.10. Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.

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

7.3.12. Монитор сердечного ритма Polar S-610.

¹ Указываются при наличии курсовых работ по дисциплине (модулю)

² Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)»
для студентов 1 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств*
Сроки изучения дисциплины (модуля): *1 семестр*
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

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

№ п\п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максим. колич-во баллов
1	<p>Выступление на семинаре по темам, входящим в раздел «Пропедевтика» (ведение в специализацию):</p> <p>1. Характеристика ушу как системы рукопашного боя без оружия, вида спорта и средства физического воспитания.</p> <p>2. Место ушу в государственной системе физического воспитания населения. Прикладное и воспитательное значение ушу для подготовки молодежи к труду и службе в вооруженных силах.</p> <p>3. Особенности, цели и задачи традиционного, спортивного и прикладного направлений в ушу. Место ушу среди других видов восточных боевых искусств и спортивных единоборств.</p> <p>4. Объективные условия деятельности ушуистов и влияние занятий ушу на организм занимающихся. Оздоровительный аспект в занятиях ушу.</p> <p>5. Конфликтный характер соревновательной деятельности ушуистов.</p> <p>6. Характеристика физических и психических нагрузок в спортивной деятельности ушуистов. Физические и психические качества, наиболее важные для ушуиста.</p>	2 неделя	3
2	<p>Выступление на семинаре по следующим темам, входящим в раздел «Общетеоретические сведения о ушу»:</p>		Всего 12

	<p>1. Характеристика мест занятий и соревнований. Экипировка, инвентарь и оборудование в традиционном и спортивном направлениях ушу.</p> <p>2. Системы организации учебного процесса в традиционном и спортивном направлениях ушу.</p> <p>3. Правила поведения в зале, нормы этикета, морально-этические принципы и основы мировоззрения занимающегося ушу.</p> <p>4. Система квалификационных разрядов и званий в традиционном и спортивном направлениях ушу, принципы их присвоения.</p>	3 неделя	4
	<p>5. Определение понятия «терминология». Термины и их значение. Требования, предъявляемые к терминологии. Китайская и русская терминология, применяемая в ушу.</p> <p>6. Классификация терминов. Система построения терминов в ушу. Содержание и характеристика общих, основных и дополнительных терминов и понятий ушу.</p> <p>7. Определение понятия «классификация». Метод классификации как результат обобщения практического опыта. Принципы построения классификации.</p> <p>8. Связь терминологии и классификации. Влияние классификации на методику обучения и тренировки в ушу.</p>	4 неделя	4
	<p>9. Определение понятия «базовая техника ушу». Общая характеристика техники ушу и её значение для становления мастерства бойца.</p> <p>10. Рациональная техника как идеальная модель соревновательной деятельности. Удельный вес техники в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь. Технический арсенал ушуиста и закономерности его формирования.</p> <p>11. Определение понятия «тактика ушу». Общая характеристика тактики традиционного ушу и спортивного ушу. Значение тактики для становления мастерства бойца. Взаимосвязь техники и тактики. Разделы тактики. Виды тактики. Элементы тактики. Тактические приемы.</p> <p>12. Определение понятия «интегральная подготовка в ушу». Характеристика разделов интегральной подготовки в ушу и их значение для становления мастерства бойца. Удельный вес интегральной подготовки в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь.</p>	5 неделя	4
3	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о ушу»: «Классификация и терминология средств традиционного ушу и средств спортивного ушу»	6 неделя	5
4	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о ушу»: «Классификация и терминология средств физической подготовки в традиционном ушу и спортивном ушу»	7 неделя	5
5	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о ушу»: «Классификация и терминология средств базовой техники ушу»	8 неделя	5
6	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о ушу»: «Классификация и терминология тактики традиционного ушу и спортивного ушу»	9 неделя	5
7	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о ушу»: «Классификация и терминология	10 неделя	5

	средств интегральной подготовки в традиционном ушу и спортивном ушу»		
8	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения - стойкам, позам и перемещениям, - изучаемым при прохождении учебной программы 3-го Цзи»	12 неделя	5
9	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам нападения, изучаемым при прохождении учебной программы 3-го Цзи»	13 неделя	5
10	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам защиты, изучаемым при прохождении учебной программы 3-го Цзи»	14 неделя	5
11	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов и начальным таолу ушу, изучаемым при прохождении учебной программы 3-го Цзи»	15 неделя	5
12	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 3-го Цзи»	16 неделя	5
13	Написание и защита реферата по разделам темы: «Классификация базовой техники ушу и её терминология»	11 неделя	10
14	Рубежный контроль: зачет	17 неделя	15
15	Посещение занятий	В течение семестра	10
Итого			100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством

их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются. К зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесное 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 (ушу)»
для студентов 1 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств*
Сроки изучения дисциплины (модуля): *2 семестр*
Форма промежуточной аттестации: *экзамен*

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

№ п\п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максим. колич-во баллов
1	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел «Общетеоретические сведения о ушу»:		Всего 12
	1. Причины травматизма на соревнованиях и занятиях ушу. 2. Контроль дистанции при выполнении ударов, страховка и самостраховка при проведении бросков – основа безопасности занимающихся ушу в условиях проведения учебно-тренировочного процесса и соревнований. 3. Методические и организационные требования, направленные на предупреждение травм. Специальные упражнения для овладения навыками контроля дистанции, страховки и самостраховки. 4. Методы оказания первой до врачебной помощи.	24 неделя	4
	5. Основы врачебного и педагогического контроля за состоянием здоровья занимающихся. Основные способы самоконтроля спортсмена. 6. Принципы обеспечения режима питания, двигательной активности, сна и отдыха занимающихся. Личная и общественная гигиена занимающихся ушу. 7. Основные задачи и начальные методы психотренинга в ушу.	25 неделя	4

	<p>8. Основы и средства визуального взаимодействия с противником в ушу. Начальные сведения о механизме двигательной реакции. Роль зрительного анализатора в оптимальном реагировании. Простая и сложная двигательные реакции, виды сложных двигательных реакций.</p> <p>9. Основы дистанционного взаимодействия с противником в ушу.</p> <p>10. Методы дыхания в ушу. Методы произвольного мышечного напряжения и расслабления в ушу.</p> <p>11. Методы формообразования ударных и блокирующих поверхностей рук и ног в ушу.</p> <p>12. Топография человеческого тела, основные жизненно важные центры и болевые точки человеческого тела.</p>	26 неделя	4
2	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел «История ушу»:		Всего 8
	<p>1. Генезис боевых искусств, протосистемы рукопашного боя без оружия.</p> <p>2. Эволюция боевых искусств Китая, их влияние на развитие ушу.</p> <p>3. Эволюция боевых искусств Японии, их влияние на развитие ушу.</p> <p>4. Исторические корни и социально-экономические предпосылки возникновения ушу в Китае.</p> <p>5. Краткие биографии великих мастеров ушу XVIII – XX веков.</p>	31 неделя	4
	<p>6. Развитие ушу как боевого искусства и вида спорта в Китае.</p> <p>7. Характеристика ведущих школ ушу и их распространение в мире.</p> <p>8. Этапы развития спортивного ушу. Деятельность Всемирной федерации ушу, Европейской федерации ушу и других международных организаций, развивающих различные направления и школы ушу. Перспективы дальнейшего развития ушу.</p> <p>9. Зарождение и распространение ушу в СССР и России.</p> <p>10. Участие и достижения российских ушуистов в чемпионатах мира и Европы. Деятельность федерации ушу России и других общероссийских организаций ушу.</p>	33 неделя	4
3	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел «Общетеоретические сведения о ушу»: «Технология наблюдения за противником». «Виды приемов наблюдения». «Средства дистанционного взаимодействия с противником в ушу». «Способы дыхания в бою, дыхание при выполнении таолу, приемы восстановительного дыхания»	27 неделя	5
4	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о ушу»: «Названия ударных и блокирующих поверхностей рук и ног в ушу»	28 неделя	5
5	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «История ушу»: «Исторические этапы развития ушу как системы рукопашного боя без оружия»	34 неделя	5
6	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения - стойкам, позам и перемещениям, - изучаемым при		

	прохождении учебной программы 4-го Цзи»	37 неделя	5
7	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам нападения, изучаемым при прохождении программы 4-го Цзи»	38 неделя	5
8	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам защиты, изучаемым при прохождении программы 4-го Цзи»	39 неделя	5
9	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, начальным и базовым таолу ушу, изучаемым при прохождении программы 4-го Цзи»	40 неделя	5
10	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 4-го Цзи»	41 неделя	5
11	Написание и защита рефератов по разделам темы: «Исторические этапы развития ушу как системы рукопашного боя без оружия и вида спорта»	35 неделя	10
12	Рубежный контроль: экзамен	44 неделя	20
13	Посещение занятий	В течение семестра	10
Итого			100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества

баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются. К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 баллов, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся 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 (ушу)» для студентов 2 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания, обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): *3 семестр*

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

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

№ п/п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максим. колич-во баллов
1	Выступление на семинарах по темам, входящим в раздел «Общетеоретические сведения о ушу»:		Всего 15
	1. Тело человека как биомеханическая система. Кинематические цепи и кинематические пары. Степени свободы движений. 2. Кинематические характеристики приемов ушу: траектория, скорость и ускорение. 3. Динамические характеристики приемов ушу: ударная масса, сила удара, импульс силы, количество движения, работа силы и её мощность, механическая энергия движения. 4. 2-й и 3-й законы Ньютона.	2 неделя	5

	<p>5. Позная устойчивость и равновесие. Силы инерции. Способы использования и нейтрализации сил инерции: площадь опоры, угол устойчивости, проекция центра массы на площадь опоры.</p> <p>6. Основные характеристики биомеханического взаимодействия бойцов при выведении из равновесия и проведении бросков: общий центр тяжести пары бойцов, реакция взаимного контакта, центробежные силы, моменты силы, рычаг приложения силы, моменты вращения в различных плоскостях.</p> <p>7. Характеристики ударных и защитных взаимодействий: время взаимодействия, угол приложения силы, концентрация силы в ударах в ушу.</p> <p>8. Характеристики цели: прочность, жесткость, упругость, пластичность.</p>	3 неделя	5
	<p>9. Традиционные способы выполнения ударных и блокирующих действий в ушу.</p> <p>10. Способы использования и нейтрализации сил инерции: сила трения и реакция опоры. Традиционный способ сохранения равновесия в ушу.</p> <p>11. Роль супенационных и пронационных движений предплечья в повышении эффективности приемов ушу.</p>	4 неделя	5
2	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел «Физические качества и методы их развитие в ушу»:		Всего 20
	<p>1. Роль физической подготовки в занятиях ушу.</p> <p>2. Характеристика условий проявления физических качеств в ушу.</p> <p>3. Взаимосвязь и взаимовлияние упражнений, направленных на совершенствование различных двигательных качеств.</p>	6 неделя	5
	<p>4. Характеристика гибкости. Виды гибкости. Задачи развития гибкости. Традиционные и современные средства и методы развития гибкости в ушу.</p> <p>5. Характеристика быстроты. Виды быстроты. Задачи развития быстроты. Критерии оценки быстроты ушуиста. Традиционные и современные средства и методы развития быстроты в ушу.</p> <p>6. Характеристика координационных способностей и ловкости. Критерии оценки ловкости. Значение ловкости для овладения технико-тактическим мастерством и достижения высоких спортивных результатов. Задачи развития ловкости. Традиционные и современные методы управления развитием ловкости в ушу.</p>	7 неделя	5
	<p>7. Характеристика силовых способностей. Виды силы. Основные направления развития силовых способностей ушуиста. Традиционные и современные средства и методы развития силы в ушу.</p> <p>8. Характеристика выносливости. Виды выносливости. Основные направления развития выносливости ушуиста. Традиционные и современные средства и методы развития выносливости в ушу.</p> <p>9. Характеристика произвольного мышечного напряжения и расслабления, методы управления их развитием в ушу.</p>	8 неделя	5

	10. Особенности применения средств и методов развития физических качеств ушуистов в зависимости от их возраста, 11. Особенности применения средств и методов развития физических качеств ушуистов в зависимости от их пола 12. Особенности применения средств и методов развития физических качеств ушуистов в зависимости от их квалификации.	9 неделя	5
3	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о ушу»: «Определение кинематических и динамических характеристик различных видов перемещений и приемов атаки и защиты ушу» (по заданию)	5 неделя	5
4	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Физические качества и методы их развитие в ушу»	11 неделя	5
5	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении учебной программы 5-го Цзи»	13 неделя	5
6	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов и начальным и базовым таолу ушу, изучаемым при прохождении учебной программы 5-го Цзи»	14 неделя	5
7	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 5-го Цзи»	15 неделя	5
8	Написание и защита реферата по разделам темы: «Методика применения средств физической подготовки»	12 неделя	15
9	Рубежный контроль: зачет	17 неделя	15
10	Посещение занятий	В течение семестра	10
Итого			100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются. К зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесное 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 (ушу)» для студентов 2 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания, обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств*
Сроки изучения дисциплины (модуля): *4 семестр*
Форма промежуточной аттестации: *экзамен*

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

№ п/п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максим. колич-во баллов
1	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях ушу»:		Всего 30

	1. Основы методики обучения ушу. 2. Характеристика словесных методов, используемых в подготовке ушуистов. 3. Характеристика наглядных методов, используемых в подготовке ушуистов. 4. Характеристика практических методов, используемых в подготовке ушуистов. 5. Причины травматизма на соревнованиях и занятиях ушу.	23 неделя	3 3 3 3 3
	6. Последовательность освоения приемов (действий). 7. Характеристика последовательности ознакомления с приемом (действием). 8. Характеристика последовательности разучивания приема (действия). 9. Характеристика последовательности совершенствования в выполнении приема (действия). 10. Характеристика двигательных навыков ушуиста.	28 неделя	3 3 3 3 3
2	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях ушу»: «Обоснование необходимости многочисленности двигательных навыков, быстроты и точности движений для ушуиста»	30 неделя	5
3	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях ушу»: «Обоснование необходимости большого объема специальных качеств, стабильности и вариативности движений для ушуиста»	31 неделя	5
4	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении учебной программы 6-го Цзи»	39 неделя	5
5	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, начальным и базовым таолу ушу, изучаемым при прохождении учебной программы 6-го Цзи»	40 неделя	5
6	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 6-го Цзи»	41 неделя	5
7	Написание и защита реферата по разделам темы: «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях ушу»	32 неделя	15
8	Рубежный контроль: экзамен	45 неделя	20
9	Посещение занятий	В течение семестра	10
Итого			100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное количество баллов
1	Подготовка доклада по теме пропущенного занятия	5

2	Написание реферата по теме пропущенного занятия	5
3	Презентация по теме пропущенного занятия	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся 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 (ушу)» для студентов 3 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания, обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): *5 семестр*

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

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

№ п/п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максим. колич-во баллов
-------	------------------------	------------------	-------------------------

1	Выступление на семинарах по темам, входящим в раздел «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях ушу»:		Всего 20
	<p>1. Направления технической подготовки в традиционном ушу.</p> <p>2. Характеристика боевых позиций, видов и техники перемещений, ударов руками и ногами, бросков, приемов выведения из равновесия и удержания, болевых воздействий на суставы, удушения и других средств нападения в традиционном ушу, педагогических задач, средств и методов их совершенствования.</p> <p>3. Характеристика видов приемов и техники защиты блоками руками и ногами, защиты уходами, уклонами и уводами, защиты от захватов и противодействия захватам в традиционном ушу.</p> <p>4. Направления технической подготовки в спортивном ушу, её основные и частные педагогические задачи. Объемы применения упражнений технической подготовки. Характеристики специализированных умений в спортивном ушу. Виды боевых действий в спортивном ушу и характеристики их сенсомоторных механизмов.</p>	3 неделя	2 2 2 2
	<p>5. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствования техники в ситуациях выполнения технических приемов и боевых действий на обусловленный зрительный, тактильный или слуховой сигнал и последовательность усложнения ситуаций при его применении.</p> <p>6. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствования техники в ситуациях различения условий, необходимых для эффективного выполнения технических приемов и боевых действий.</p> <p>7. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствования техники в ситуациях взаимоисключающего выбора боевых средств.</p> <p>8. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствования техники в ситуациях переключения от одних средств единоборства к другим.</p> <p>9. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствования техники в ситуациях с пространственной и временной неопределенностью.</p> <p>10. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствования техники в ситуациях возникновения рефлекторных помех.</p>	6 неделя	2 2 2 2 2 2
2	<p>Выступление на семинаре по темам, входящим в раздел «Психические качества и методы их формирования в ушу»:</p> <p>1. Определение психической подготовки в спортивном ушу и характеристика ее основных задач, разделов и средств.</p> <p>2. Характеристика психической составляющей соревновательной и тренировочной деятельности в спортивном ушу и волевых качеств, необходимых для ее осуществления, на чем основывается их развитие.</p> <p>3. Характеристика методов и средств развития волевых качеств в спортивном ушу и способов создания запаса «волевой прочности».</p> <p>4. Характеристика приёмов развития волевых качеств у спортсменов-ушуистов, применяемых в индивидуальных и парных упражнениях, в тренировочных и соревновательных боях.</p> <p>5. Особенности волевой подготовки спортсмена – претендента на победу в предстоящих соревнованиях и спортсменов – участников предстоящих командных соревнований.</p>	9 неделя	15 3 3 3 3 3
3	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел «Методика подготовки в традиционном и спортивном	7 неделя	5

	направлениях ушу»		
4	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел «Психические качества и методы их формирования в ушу»	11 неделя	5
5	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении учебной программы 7-го Цзи»	14 неделя	5
6	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов и начальным и базовым таолу ушу, изучаемым при прохождении учебной программы 7-го Цзи»	15 неделя	5
7	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 7-го Цзи»	16 неделя	5
8	Написание и защита реферата по разделам темы: «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях ушу»	8 неделя	15
9	Рубежный контроль: зачёт	17 неделя	15
10	Посещение занятий	В течение семестра	10
Итого			100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесное 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 (ушу)»
для студентов 3 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств*
Сроки изучения дисциплины (модуля): *6 семестр*
Форма промежуточной аттестации: *экзамен*

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

№ п/п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максим. колич-во баллов
1	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел «Управление системой подготовки ушюиста»:		Всего 25
	1. Характеристика интегральной подготовки в спортивном ушу и ее методов. 2. Характеристика индивидуального метода интегральной подготовки и его средств. 3. Характеристику спаррингового метода интегральной подготовки в спортивном ушу и его средств.	24 неделя	5
	4. Характеристика соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном ушу и его средств. 5. Характеристика такого средства соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном ушу, как тренировочный бой на заданный результат с судейством. 6. Характеристика такого средства соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном ушу, как тренировочные (подготовительные) соревнования.	25 неделя	5
	7. Характеристика такого средства соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном ушу, как контрольные соревнования. 8. Характеристика такого средства соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном ушу, как подводящие (модельные) соревнования. 9. Характеристика такого средства соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном ушу, как основные (главные) соревнования.	26 неделя	5
	10. Характеристика возрастных этапов подготовки юных спортсменов и примерных сенситивных периодов развития двигательных качеств. 11. Характеристика примерных сенситивных периодов развития двигательных качеств. 12. Система организации и основные задачи этапа предварительной подготовки в ушу. Методы и средства обучения и контроля, применяемые на этом этапе.	27 неделя	5
	13. Система организации и основные задачи этапа начальной спортивной подготовки в ушу. Методы и средства обучения и контроля, применяемые на этом этапе. 14. Система организации и основные задачи этапа углубленной спортивной подготовки в ушу. Методы и средства обучения и контроля, применяемые на этом этапе. 15. Система организации и основные задачи этапа спортивного совершенствования мастерства в ушу. Методы и средства обучения и контроля, применяемые на этом этапе.	28 неделя	5
2	Выступление на семинаре по следующим темам, входящим в раздел «Судейство, организация соревнований и спортивно-массовых мероприятий по ушу»:		Всего 10

	14. Виды соревнований в спортивном ушу, характер и способы их проведения. 15. Цель и задачи спортивно-массовых мероприятий по ушу. 16. Участники соревнований по ушу, их возрастные и весовые категории. 17. Права и обязанности участников соревнований по ушу, тренеров и представителей команд.	32 неделя	5
	18. Условия процедуры допуска и взвешивания участников соревнований по ушу. 19. Оборудование мест соревнований и спортивно-массовых мероприятий по ушу. 20. Медицинское и информационное обеспечение соревнований и спортивно-массовых мероприятий по ушу.	33 неделя	5
3	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел «Управление системой подготовки ушуиста»	29 неделя	5
4	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении учебной программы 8-го Цзи»	37 неделя	5
5	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, начальным и базовым таолу ушу, изучаемым при прохождении учебной программы 8-го Цзи»	39 неделя	5
6	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 8-го Цзи»	41 неделя	5
7	Написание и защита реферата по разделам темы: «Управление системой подготовки ушуиста»	30 неделя	15
8	Рубежный контроль: экзамен	44 неделя	20
9	Посещение занятий	В течение семестра	10
Итого			100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся 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 (ушу)» для студентов 4 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания, обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): *7 семестр*Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

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

№ п/п	Виды текущего контроля	Сроки проведени я	Максим. колич-во баллов
1	Выступление на семинарах по темам, входящим в раздел «Психические качества и методы их формирования в ушу»:		Всего 40
	<p>Определение термина «Психограмма вида спорта» и характеристика специфики психической деятельности в спортивном ушу.</p> <p>2. Психические процессы, характерные для соревновательной деятельности в спортивном ушу.</p> <p>3. Характеристика психических процессов: восприятие и внимание.</p> <p>4. Характеристика психических процессов: воображение и представление.</p>	2 неделя	5
	<p>5. Характеристика психических процессов: оперативное мышление и оперативная память.</p> <p>6. Перечислить волевые качества и роль, которую они играют в различных ситуациях соревновательной деятельности в спортивном ушу.</p> <p>7. Способы компенсации недостаточно развитых психических качеств у спортсменов-ушуистов.</p> <p>8. Влияние психической напряженности на соревновательную деятельность спортсмена.</p>	3 неделя	5
	<p>9. Что служит созданию психических предпосылок для технико-тактического совершенствования.</p> <p>10. Методы освоения психической взаимосвязи между различными боевыми действиями.</p> <p>11. Методы развития тактической инициативы.</p> <p>12. Методы развития специализированных умений.</p>	4 неделя	5
	<p>13. Методы развития способности к преодолению внешних и внутренних помех.</p> <p>14. Методы варьирования направленности индивидуальных занятий.</p> <p>15. Характеристика условий психической деятельности в тренировочных боях и боях соревновательного характера.</p> <p>16. Средства создания необходимого психического фона при совершенствовании технико-тактического мастерства ушуистов в тренировочных боях и боях соревновательного характера.</p>	5 неделя	5
	<p>17. Характеристика особенностей психического фона при ведении свободных боев (САНЬДА).</p> <p>18. Характеристика условий формирования тактической инициативы при совершенствовании технико-тактического мастерства ушуистов в тренировочных боях и боях соревновательного характера.</p> <p>19. Характеристика психического фона ведения боевой деятельности при использовании метода целенаправленного подбора соперников в тренировочных боях и боях соревновательного характера.</p> <p>20. Характеристика психического фона ведения боевой деятельности при использовании метода вариативного построения тренировочных</p>	6 неделя	5

	боев и боев соревновательного характера.		
	21. Общие и частные причины возникновения психических барьеров, препятствующих технико-тактическому совершенствованию спортсменов, проявлению достигнутого уровня мастерства. 22. Типовые психические барьеры, препятствующие освоению боевых действий и овладению способностью к единоборству с разнообразными соперниками и в различных условиях соревнований. 23. Характеристика методов ликвидации психических барьеров. 24. Характеристика методов развития способности спортсменов к саморегуляции психических процессов и эмоционального состояния.	7 неделя	5
	25. Средства предварительной психической подготовки спортсмена к предстоящим соревнованиям. 26. Характеристика методов регулирования объема психических нагрузок в предсоревновательных микроциклах. 27. Причины возникновения стартовых состояний спортсмена и их психофизиологические характеристики. 28. Влияния стартовых состояний на спортсменов с уравновешенной психикой.	8 неделя	5
	29. Влияния стартовых состояний на спортсменов с неуравновешенной психикой. 30. Средства регуляции стартовых состояний спортсменов. 31. Методы регуляции стартовых состояний у инертных спортсменов. 32. Методы регуляции стартовых состояний у спортсменов с неуравновешенной психикой.	9 неделя	5
2	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел «Психические качества и методы их формирования в ушу»	11 неделя	5
3	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении учебной программы 9-го Цзи»	13 неделя	5
4	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, базовым таолу ушу, изучаемым при прохождении учебной программы 9-го Цзи»	14 неделя	5
5	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных и учебно-тренировочных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 9-го Цзи»	15 неделя	5
6	Написание и защита реферата по разделам темы: «Психические качества и методы их формирования в ушу»	12 неделя	15

7	Рубежный контроль: экзамен	17 неделя	15
8	Посещение занятий	В течение семестра	10
Итого			100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесное 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 (ушу)»
для студентов 4 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств*
Сроки изучения дисциплины (модуля): *8 семестр*
Форма промежуточной аттестации: *экзамен*

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

№ п\п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максим. колич-во баллов
1	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел (модуль) «Управление системой подготовки ушуиста»:		Всего 30
	1. Система многолетней подготовки в спортивном ушу. 2. Построение тренировочного процесса на этапе начальной спортивной подготовки в спортивном ушу. 3. Построение тренировочного процесса на этапе углубленной спортивной подготовки в спортивном ушу. 4. Построение тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования мастерства в спортивном ушу. 5. Характеристика макроцикла, виды макроциклов.	22 неделя	5
	6. Общие требования к системе подготовки спортсмена в макроцикле тренировочного процесса. 7. Система построения тренировочного процесса в годичном макроцикле. 8. Система периодизации тренировочного процесса в спортивном ушу. 9. Характеристика подготовительного периода и его этапов. 10. Характеристика соревновательного периода.	23 неделя	
	11. Характеристика переходного периода. 12. Характеристика мезоцикла, виды мезоциклов. 13. Характеристика втягивающих и базовых мезоциклов, особенности построение тренировочного процесса в этих мезоциклах. 14. Характеристика контрольно-подготовительных и предсоревновательных мезоциклов, особенности построение тренировочного процесса в этих мезоциклах. 15. Характеристика соревновательных и восстановительных мезоциклов, особенности построение тренировочного процесса в этих мезоциклах.	24 неделя	5

	16. Характеристика микроцикла, виды микроциклов. 17. Характеристика втягивающих и общеподготовительных микроциклов. 18. Характеристика специально подготовительных и модельных микроциклов. 19. Характеристика подводящих и соревновательных микроциклов и их фаз. 20. Характеристика ударных и восстановительных микроциклов.	30 неделя	5
	21. Тренировочные средства и методы, применяемые на общеподготовительном и контрольно-подготовительном этапах подготовительного периода. 22. Тренировочные средства и методы, применяемые на этапе интегральной подготовки подготовительного периода. 23. Тренировочные средства и методы, применяемые на предсоревновательном этапе подготовительного периода. 24. Тренировочные средства и методы, применяемые в соревновательном периоде. 25. Тренировочные средства и методы, применяемые в переходном периоде.	31 неделя	5
	26. Методика планирования тренировочных нагрузок и их распределения по этапам подготовки. 27. Методика планирования технико-тактического оснащения спортсменов, совершенствования их индивидуальной манеры ведения боя и подбора боевых средств с учетом их индивидуальных склонностей. 28. Методы эффективного ускорения переноса тренировочного материала в соревновательные бои. 29. Система и критерии отбора кандидатов в сборную команду. 30. Средства и методы управления деятельностью спортсмена в соревнованиях.	32 неделя	5
2	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел (модуль) «Управление системой подготовки ушуиста»	33 неделя	5
3	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении учебной программы 10-го Цзи»	37 неделя	5
4	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, базовым таолу ушу, изучаемым при прохождении учебной программы 10-го Цзи»	38 неделя	5
5	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в ушу»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных и учебно-тренировочных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 10-го Цзи»	39 неделя	5
6	Написание и защита реферата по разделам темы: «Управление системой подготовки ушуиста»	34 неделя	15
7	Рубежный контроль: экзамен	40 неделя	20
8	Посещение занятий	В течение семестра	15
Итого			100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

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



Институт спорта и физического воспитания

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

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

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

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)» составляет **47** зачетных единиц.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)»: **1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8.**

3. Цель освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)»: успешное усвоение студентами теоретического и учебно-практического материала, необходимого для подготовки высококвалифицированных бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" – тренеров и преподавателей по ушу – для работы в спортивных школах (СШ) различного уровня, училищах олимпийского резерва (УОР), высших и средних специальных учебных заведениях и других организациях в Российской Федерации, владеющих передовыми знаниями, соответствующими современному научно обоснованному уровню развития данного вида спорта в нашей стране и за рубежом, умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации.

4. Перечень планируемых результатов обучения дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)»

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

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

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

– способностью организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по ушу и базовым видам спорта (ОПК-8);

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

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

– способностью формировать мотивацию к занятиям ушу, воспитывать у занимающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции (ПК-9);

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

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

– способностью использовать актуальные для ушу технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию (ПК-13);

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

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

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

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

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

5. Краткое содержание дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)», очная форма обучения

№ раздела	Разделы дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (ушу)»	Семестры	ЗЕТ	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в академических часах)				
				Всего часов	Лекции	Практика	СРС	Контроль
0	Пропедевтика – введение в дисциплину «Теория и методика ушу»	1	0,06	2	2	-	-	
1	История и вопросы современного развития ушу	2, 3, 5, 7	1,44	52	22	-	30	
2	Общетеоретические сведения о ушу	1, 2, 3	1,97	71	24	4	43	
3	Базовая техника ушу. Методы обучения технике и ее совершенствования	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	10,64	383	-	160	223	
4	Тактика ушу. Методы формирования тактических умений и навыков»	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	3,78	136	-	44	92	
5	Интегральная подготовка в ушу	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	10,92	393	-	166	227	

6	Физические качества и методы их развитие в ушу	3, 4	1,56	56	14	24	18	
7	Психические качества и методы их формирования в ушу	5, 7	2,22	80	24	16	40	
8	Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях ушу	4, 5, 7	3,08	111	26	24	61	
9	Управление системой подготовки ушуиста	6, 8	1,5	54	14	20	20	
10	Организация, проведение и судейство соревнований и спортивно-массовых мероприятий по ушу	6, 8	1,39	50	4	22	24	
11	Техника и тактика самозащиты при применении противником неспециализированных для ушу средств нападения	4, 5, 7	2,94	106	2	32	72	
12	Научно-исследовательская и учебно-методическая работа студентов	6, 8	1,5	54	8	12	34	
Итоговый контроль (экзамен)		2, 4, 6, 8	4	144	-	-	108	36
Всего за курс обучения			47	1692	140	524	992	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 физического воспитания

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**«Б1.Б.20 ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА
(ФЕХТОВАНИЯ)»**

(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

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

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост.боевых искусств
(наименование)
Протокол № 29 от «19» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост.боевых искусств
(наименование)
Протокол № _____ от «_____» _____ 20____ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост.боевых искусств
(наименование)
Протокол № _____ от «_____» _____ 20____ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост.боевых искусств
(наименование)
Протокол № _____ от «_____» _____ 20____ г.

Составители:

Рыжкова Лариса Геннадьевна, доктор педагогических наук, доцент,
профессор кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья,
восточных боевых искусств РГУФКСМиТ;

Мовшович Алек Давыдович, доктор педагогических наук, профессор,
профессор кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья,
восточных боевых искусств РГУФКСМиТ.

Рецензент:

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

Цель освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (фехтования)»

Целью освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (ИВС)» по профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта», в соответствии с общими целями основной образовательной программы (ООП) высшего образования, является:

- изучение теоретических и методических основ спортивной тренировки фехтовальщиков, освоение специальных знаний, умений и профессионально-педагогических навыков проведения занятий во всех звеньях физкультурно-спортивного движения с занимающимися различного возраста, пола и квалификации, с учетом их индивидуальных особенностей.

Освоение дисциплины направлено на:

- развитие творческого мышления студентов, навыков самостоятельного ведения научных исследований в области теории и методики спортивного фехтования;

- развитие умений самостоятельно повышать уровень знаний, изучать и анализировать отечественную и зарубежную научно-методическую литературу по фехтованию.

1. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Теория и методика ИВС (фехтования)» по профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» предусмотрена основной образовательной программой (ООП) в рамках изучения базовой (обязательной) части Профессионального блока учебного цикла (Б1.Б.20).

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

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

Интеграция знаний учебной дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (фехтования)» и дисциплин основной образовательной программы (ООП) бакалавриата в профессиональной подготовке будущих специалистов включает различные уровни освоения посредством логической и содержательно-методической взаимосвязи с другими частями ООП.

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения и готовности, предъявляемые к поступающим абитуриентам, а именно: история развития фехтования в России; сильнейшие фехтовальщики России и мира; правила соревнований по видам фехтования; основы техники и тактики в избранном виде фехтования; уровень двигательной подготовленности.

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

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

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

**2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
«Теория и методика ИВС (фехтования)»,
соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-3	<i>Знать:</i>			2
	– Систематику приемов и действий фехтовальщика – Различия в условиях применения разновидностей атак и противодействий атакам			
	<i>Уметь:</i>			2
	– Учитывать объективные условия соревновательной деятельности в фехтовании – Анализировать действия фехтовальщиков в боях на соревнованиях – Пользоваться терминологическим аппаратом для проведения тренировочных занятий и на соревнованиях – Соблюдать требования к оружию и экипировке спортсменов			
	<i>Знать:</i>			3
	– Структуру проведения группового занятия по фехтованию – Правила проведения соревнований по спортивному фехтованию – Требования Стандарта спортивной подготовки по фехтованию			
	<i>Уметь:</i>			3
	– Составлять план проведения тренировочного занятия с фехтовальщиками различной спортивной квалификации с учетом пола, возраста и психофизиологических данных) – Соблюдать гигиенические и санитарные нормы для занимающихся фехтованием			
	<i>Знать:</i>			5
	– Особенности в содержании и проведении групповых занятий по спортивному фехтованию с различным контингентом занимающихся			
	<i>Уметь:</i>			5
	– Использовать различные формы организации тренировочных занятий			

	– Подбирать и составлять комплексы упражнений с учетом психофизиологических особенностей занимающихся			
	<i>Знать:</i>			8
	– Особенности структуры и направленность тренировки фехтовальщиков – Содержание технико-тактического совершенствования фехтовальщиков – Особенности функциональной тренировки фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>			8
	– Структурировать тренировку с учетом объемов, интенсивности и психической напряженности видов специализированной деятельности – Оценивать уровень тренированности фехтовальщиков			
	<i>Владеть:</i>			8
	– Навыками подготовки и проведения тренировочных занятий с фехтовальщиками, с учетом особенностей контингента занимающихся, на основе требований Стандарта спортивной подготовки			
ОПК-6	<i>Знать:</i>			1
	– Средства фехтования для проведения занятий оздоровительной направленности – Способы проведения занятий по фехтованию для пропаганды и привлечения занимающихся к здоровому образу жизни			
	<i>Уметь:</i>			1
	– Использовать средства фехтования для формирования навыков здорового образа жизни – Проводить показательные выступления для привлечения населения к регулярным занятиям оздоровительной направленности			
	<i>Знать:</i>			2
	– Особенности проявления скоростно-силовых качеств в фехтовании – Особенности проявления ловкости и гибкости в фехтовании – Особенности воспитания двигательных качеств в занятиях оздоровительной направленности			
	<i>Уметь:</i>			2
	– Проводить занятия с направленностью на развитие скоростно-силовых возможностей – Проводить занятия с направленностью на развитие ловкости и гибкости – Проводить занятия рекреационной и оздоровительной направленности с использованием элементов фехтования			
	<i>Владеть:</i>			2
	– Навыками подбора упражнений и проведения занятий по развитию двигательных качеств, необходимых для рекреации и оздоровления занимающихся			

ОПК-8	<i>Знать:</i>			3
	– Правила проведения соревнований по спортивному фехтованию – Особенности проведения боя в предварительном туре и туре прямого выбывания			
	<i>Уметь:</i>			3
	– Организовывать и проводить соревнования различного уровня – Осуществлять объективное судейство соревнований			
	<i>Знать:</i>			5
	– Документы по организации и проведению соревнований – Особенности организации и проведения соревнований различного уровня – Содержание и последовательность команд и решений арбитра			
	<i>Уметь:</i>			5
	– Готовить документы по организации и проведению соревнований, составлять Положение о соревновании – Правильно определять инициативу в действиях спортсменов при судействе соревновательных боев			
	<i>Владеть:</i>			5
	– Навыками подготовки и проведения соревнований – Навыками объективного судейства фехтовальных боев			
ОПК-11	<i>Знать:</i>			5
	– Современные технологии оценки и анализа эффективности действий фехтовальщиков в соревнованиях – Методы исследования соревновательной деятельности в фехтовании			
	<i>Уметь:</i>			5
	– Правильно оценивать эффективность действий фехтовальщиков в соревновательных боях – Использовать различные методы исследования соревновательной деятельности у фехтовальщиков			
	<i>Знать:</i>			6
	– Проблемы и направленность исследований техники, тактики, методики тренировки фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>			6
	– Применять апробированные методики по оценке техники и тактики фехтовальщиков – Корректировать методику тренировки фехтовальщика с учетом выявленных недостатков в технике и тактике			
	<i>Владеть:</i>			6
	– Навыками оценки полученных данных для корректировки содержания тренировочных занятий			
ПК-8	<i>Знать:</i>			1
	– Истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки в фехтовании – Медико-биологические и психологические основы			

	спортивной тренировки фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>			1
	– Использовать на занятиях по спортивному фехтованию знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки – Соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта			
	<i>Знать:</i>			5
	– Психологические и медико-биологические основы подготовки квалифицированных фехтовальщиков – Принципы построения тренировки и методические приемы выполнения упражнений – Методы технико-тактического совершенствования фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>			5
	– Использовать на занятиях по спортивному фехтованию знания о психологической и медико-биологической составляющих подготовки спортсмена – Применять методы технико-тактического совершенствования в тренировке фехтовальщиков			
	<i>Знать:</i>			6
	– Особенности тренерской техники и специализированных движений тренера в индивидуальном уроке по фехтованию – Возможные ошибки в двигательных действиях тренеров			
	<i>Уметь:</i>			6
	– Моделировать компоненты специализированной деятельности соревнующихся фехтовальщиков в индивидуальном уроке – Выделять объекты моделирования в индивидуальном уроке ситуаций и условий соревновательных схваток			
	<i>Владеть:</i>			6
	– Навыками моделировать условия и ситуации для подготовки и применения действий в индивидуальном уроке – Методикой предупреждения и исправления возможных ошибок в действиях тренеров по фехтованию			
ПК-9	<i>Знать:</i>			1
	– Мотивационные механизмы стимуляции к занятиям фехтованием – Методы воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции			
	<i>Уметь:</i>			1
	– Стимулировать к занятиям фехтованием – Использовать средства и методы воспитания принципов честной спортивной конкуренции			
	<i>Знать:</i>			3
	– Методы формирования и развития организма у занимающихся спортивным фехтованием			

	– Педагогические установки в обучении фехтованию, влияющие на успешность спортсмена			
	<i>Уметь:</i>			3
	– Использовать средства и методы для формирования и развития организма у занимающихся спортивным фехтованием – Применять педагогические установки в обучении занимающихся для формирования у них устойчивой мотивации к занятиям спортивным фехтованием			
	<i>Владеть:</i>			3
	– Навыками применения методов влияния на личность занимающихся спортивным фехтованием – Навыками практического применения педагогических установок в обучении занимающихся для мотивации их к занятиям фехтованием			
ПК-10	<i>Знать:</i>			7
	– Психофизиологические составляющие подготовленности фехтовальщиков – Средства и методы управления подготовкой квалифицированных спортсменов			
	<i>Уметь:</i>			7
	– Использовать способы повышения уровня проявлений психических способностей у фехтовальщиков – Использовать методы совершенствования двигательных реакций, проявления свойств внимания, памяти, мышления, волевых и личностных качеств			
	<i>Знать:</i>			8
	– Средства специальной тренировки в фехтовании – Способы управления технико-тактической деятельностью фехтовальщиков в соревнованиях			
	<i>Уметь:</i>			8
	– Эффективно использовать средства специальной тренировки – Выделять педагогические ориентиры на достижение спортивного мастерства – Выполнять педагогический контроль соревновательной деятельности			
	<i>Владеть:</i>			8
	– Навыками управления подготовкой квалифицированных спортсменов в тренировках и на соревнованиях – Навыками применения методов педагогического контроля за технико-тактическим оснащением фехтовальщиков			
ПК-11	<i>Знать:</i>			3
	– Требования Государственного стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Фехтование» – Требования к организациям различного типа (ДЮСШ, СДЮШОР и др.), осуществляющих спортивную подготовку			
	<i>Уметь:</i>			3
	– Выделять основные компоненты Государственного			

	стандарта, связанные с организацией спортивной подготовки – Сопоставлять различия в организационных структурах учреждений, осуществляющих спортивную подготовку			
	<i>Уметь:</i>			8
	– Составлять планы тренировочных занятий с учетом объемов, интенсивности и психической напряженности видов специализированной деятельности – Оценивать и корректировать содержание тренировочных занятий в микроциклах и мезоциклах подготовки фехтовальщиков – Моделировать условия и оценивать уровень подготовленности фехтовальщиков			
	<i>Владеть:</i>			8
	– Навыками разработки перспективных и перспективных планов подготовки квалифицированных фехтовальщиков – Навыками прогнозирования достижений спортсменов и отбора спортсменов для комплектования команды			
ПК-13	<i>Знать:</i>			4
	– Функциональные показатели, характеризующие уровень тренированности фехтовальщиков – Средства и методы восстановления и переключения фехтовальщиков на другую двигательную и психическую деятельность			
	<i>Уметь:</i>			4
	– Контролировать за состоянием двигательной и психической сфер фехтовальщиков – Использовать средства и методы восстановления и переключения на другую двигательную и психическую деятельность			
	<i>Знать:</i>			8
	– Особенности в содержании индивидуальных уроков с занимающимися фехтованием на этапах начальной и углубленной специализации – Особенности в содержании индивидуальных уроков с фехтовальщиками на этапе совершенствования спортивного мастерства			
	<i>Уметь:</i>			8
	– Проводить индивидуальные уроки с фехтовальщиками различного уровня технико-тактической подготовленности с учетом пола, возраста и психофизиологических данных			
	<i>Знать:</i>			10
	– Направленность и технологии педагогического контроля подготовленности – Причины, влияющие на состав действий и тактику ведения боев – Тактические советы, снижающие или повышающие уровень напряжений в усилиях спортсмена на соревнованиях			

	<i>Уметь:</i>			10
	<ul style="list-style-type: none"> – Вести наблюдения боев в тренировках и соревнованиях – Определять уровень освоения специальных умений фехтовальщиков – Использовать тактические установки на ведение боев в тренировках и на соревнованиях 			
	<i>Владеть:</i>			10
	<ul style="list-style-type: none"> – Навыками планирования тренировочной нагрузки в годичном цикле подготовки – Навыками составления планов тренировки, содержания и чередования микроциклов на различных этапах подготовки 			
ПК-14	<i>Знать:</i>			9
	<ul style="list-style-type: none"> – Возможные коррекции в составе действий и тактических моделях ведения боев фехтовальщиками – Методики совершенствования оснащенности фехтовальщиков – Методики расширения состава действий и тактических умений – Принципы подбора технологий для универсализации технико-тактической тренировки 			
	<i>Уметь:</i>			9
	<ul style="list-style-type: none"> – Выделять объективные факторы, воздействующие на формирование состава действий и тактику ведения боя – Диагностировать спортивные способности и оценивать специальную тренированность фехтовальщиков – Совершенствовать тактические модели ведения боев и корректировать их при изменениях уровня притязаний 			
	<i>Знать:</i>			10
	<ul style="list-style-type: none"> – Критерии оценки технической и тактической подготовленности – Критерии оценки психологической (психической) подготовленности – Критерии оценки двигательной подготовленности – Критерии оценки теоретической (интеллектуальной) подготовленности 			
	<i>Уметь:</i>			10
	<ul style="list-style-type: none"> – Сопоставлять компоненты специализированной деятельности фехтовальщиков – Определять общий уровень (состояние) специальной тренированности фехтовальщиков 			
	<i>Владеть:</i>			10
	<ul style="list-style-type: none"> – Навыками оценки технической и тактической подготовленности – Навыками оценки психологической (психической) подготовленности – Навыками оценки двигательной подготовленности – Навыками оценки теоретической (интеллектуальной) подготовленности 			
ПК-15	<i>Знать:</i>			9

	<ul style="list-style-type: none"> – Состав действий для ведения боев и особенности методик спортивного совершенствования на различных этапах подготовки – Двигательные и психические качества спортсмена в структуре технико-тактического совершенствования 			
	<i>Уметь:</i>			9
	<ul style="list-style-type: none"> – Подбирать действия и тактические компоненты их применения с учетом индивидуальных склонностей спортсменов – Планировать специальные нагрузки и средства восстановления для фехтовальщиков по этапам годичного цикла тренировки 			
	<i>Владеть:</i>			9
	<ul style="list-style-type: none"> – Навыками тренировки специальных умений, основанных на проявлениях двигательных реакций, свойств внимания, памяти и мышления у фехтовальщиков – Навыками тренировки специальных умений, основанных на проявлениях двигательных качеств у фехтовальщиков 			
	<i>Владеть:</i>			9
	<ul style="list-style-type: none"> – Навыками тестирования и оценки характеристик выполнения приемов нападения и маневрирования, действий наступления и обороны в соревнованиях – Навыками оценки проявлений двигательных качеств, двигательных реакций, свойств внимания, памяти и мышления у фехтовальщиков в бою 			
ПК-26	<i>Знать:</i>			2
	<ul style="list-style-type: none"> – Требования по обеспечению безопасности на занятиях фехтованием – Требования по обеспечению безопасности на соревнованиях по фехтованию 			
	<i>Уметь:</i>			2
	<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 – Составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение спортивной экипировки, инвентаря и оборудования 			
	<i>Уметь:</i>			5
	– Планировать оснащение организации оборудованием, инвентарем и экипировкой спортсменов в фехтовании			
	<i>Владеть:</i>			5
	– Навыками подготовки к безопасному проведению групповых занятий по спортивному фехтованию			
ПК-28	<i>Знать:</i>			3
	<ul style="list-style-type: none"> – Актуальные проблемы в сфере физической культуры и спорта – Актуальные проблемы развития спортивного фехтования 			

	в России			
	<i>Уметь:</i>			3
	– Выявлять актуальные вопросы и изыскивать пути совершенствования технологий судейства и технико-тактической подготовки фехтовальщиков			
	<i>Знать:</i>			5
	– Содержание и организация научно-исследовательской работы студентов в вузах			
	<i>Уметь:</i>			5
	– Применять различные методы исследования и оценки соревновательной деятельности в фехтовании			
ПК-30	<i>Знать:</i>			6
	– Проблемы и направленность исследований техники, тактики и методики тренировки фехтовальщиков – Особенности в определении проблемы, выборе темы, постановке задач исследования			
	<i>Уметь:</i>			6
	– Составлять план исследовательской работы – Анализировать литературные источники по выбранной проблеме исследования			
	<i>Уметь:</i>			8
	– Подбирать контингент испытуемых, выбирать методики исследования – Определять критерии оценки результатов исследования			
	<i>Уметь:</i>			7
	– Подготовить и оформить результаты выполненной исследовательской работы – Сформулировать рекомендации по внедрению полученных результатов в практическую деятельность			
	<i>Владеть:</i>			9
	– Навыками оценки результатов исследования – Навыками интерпретации полученных данных – Навыками составления научного отчета по проведенному исследованию			

Перечисляются формируемые в результате изучения дисциплины (модуля) компетенции (указывается только шифр). Перечень компетенций приводится в соответствии с ФГОС, учебным планом и матрицей.

Также описываются знания, умения, навыки и/или опыт деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций и обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения ООП (ОПОП).

3. Структура и содержание дисциплины «Теория и методика ИВС (фехтования)»

Общая трудоемкость дисциплины составляет
 – **47 зачетных единиц, 1692 академических часа** (экзамены – 45 часов, аудиторных занятий – 188 часов, самостоятельная работа – 1459 часов).

Заочная форма обучения

№	Разделы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) *				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ		1					
1	Основы теории фехтования						
1.1.	Содержание педагогической и управленческой деятельности тренера по фехтованию			2	12		
1.2.	Фехтование в системе физического воспитания и спорта в России. Виды спортивного и прикладного фехтования				12		
1.3.	История фехтования как системы владения холодным оружием				18		
1.4.	Исторические предпосылки формирования отечественной теории и методики фехтования			2	12		
1.5.	Теоретические основы спортивного фехтования				12		
2	Основы техники и тактики фехтования						
2.1.	Общие характеристики соревновательной деятельности и методики тренировки		2		12		
2.2.	Техника и тактика спортивного фехтования и критерии их оценки			2	12		
2.3.	Тактические модели ведения боя и объекты тактического анализа при выборе намерения на применение				12		

	действия в схватке, в бою						
2.4.	Функциональные составляющие боевых действий: проявления двигательных реакций, психических и двигательных качеств, свойств внимания, памяти и мышления				12		
3	Пропаганда спортивного фехтования как вида олимпийской программы и ориентация к занятиям						
3.1.	Анализ достижений российских и зарубежных спортсменов в видах фехтования на международной арене				17		
3.2.	Мотивация к занятиям спортивным фехтованием				12		
3.3	Воспитательная работа тренера по формированию качеств личности и моральных принципов честной борьбы			2	12		
3.4	Агитационно-пропагандистская работа по привлечению к занятиям спортивным фехтованием				12		
3.5	Организация показательных выступлений по фехтованию				12		
	Итого за семестр		2	8	181		
	Промежуточная аттестация				3		Зачет
		2					
4	Организационно-педагогические требования к проведению занятий по фехтованию						
4.1	Обеспечение безопасности на занятиях фехтованием		2		6		
4.2	Факторы и ситуации возникновения травматизма			2	6		
4.3	Особенности организации и проведения групповых тренировочных занятий и соревнований по фехтованию с начинающими спортсменами			2	6		
5	Систематика приемов и действий фехтовальщика						
5.1	Объективные условия соревновательной деятельности в фехтовании			2	6		
5.2	Методология анализа действий фехтовальщика в тренировочных боях и на соревнованиях		2		6		
5.3	Терминология технических приемов и боевых действий, используемых для обучения и тренировки спортсмена в фехтовании				12		

6	Двигательная тренировка фехтовальщиков						
6.1	Скоростно-силовая подготовленность и особенности ее проявлений			2	6		
6.2	Методические основы воспитания скоростно-силовых качеств				6		
6.3	Ловкость и гибкость как компоненты технической подготовленности			2	6		
6.4	Проявления выносливости в отдельном бою и соревновании			2	6		
6.5	Критерии оценки уровня двигательных качеств			2	6		
	Итого за семестр		4	14	72		
	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
	ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ	3					
7	Проведение группового занятия и соревнований по фехтованию						
7.1	Структура проведения группового занятия по фехтованию		2		8		
7.2	Правила проведения соревнований по спортивному фехтованию			2	8		
7.3	Регламенты и требования к оружию и экипировке спортсменов в видах фехтования			2	8		
7.4	Особенности проведения боев в предварительном туре и туре прямого выбывания в соревнованиях по фехтованию			2	8		
8	Особенности занятий спортивным фехтованием с различным контингентом						
8.1	Государственный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «Фехтование»				10		
8.2	Занятия фехтованием в учреждениях различного типа (ДЮСШ, СДЮШОР, спортивных клубах) с учетом особенностей занимающихся (квалификации, пола, возраста и психофизиологических данных)				10		
8.3	Требования к соблюдению гигиенических и санитарных норм для занимающихся фехтованием				10		
9	Развитие фехтования, систем ведения спортивного боя						
9.1	Актуальные проблемы развития фехтования в России			2	8		
9.2	Содержание занятий фехтованием и				10		

	развитие организма у занимающихся						
9.3	Направленность и содержание группового тренировочного занятия по фехтованию			2	8		
9.4	Педагогические установки в обучении спортивному фехтованию				8		
10	Методика тренировки фехтовальщиков						
10.1	Формы организации и проведения тренировочных занятий с фехтовальщиками		2		6		
10.2	Упражнения с партнером – как основная форма обучения технике и тактике юных фехтовальщиков			2	6		
10.3	Специальные методы тренировки фехтовальщиков				8		
10.4	Технико-тактические приоритеты при обучении в видах фехтования			2	6		
10.5	Последовательность освоения типовых боевых действий и формирования специальных тактических умений			2	6		
10.6	Моделирование действий с различными технико-тактическими характеристиками в видах фехтования				11		
	Итого за семестр		4	16	139		
	Промежуточная аттестация				3		Зачет
		4					
11	Фехтование на рапирах						
11.1	Основы техники и тактики фехтования на рапирах			2	10		
11.2	Методика обучения приемам и действиям в фехтовании на рапирах				10		
11.3	Типовые ошибки в фехтовании на рапирах, их предупреждение и исправление				10		
11.4	Умения, основанные на проявлениях двигательных реакций в боях на рапирах			2	10		
11.5	Тактические умения преднамеренно действовать в типовых ситуациях боев на рапирах				10		
12	Контроль нагрузок на занятиях фехтованием						
12.1	Контроль за состоянием двигательной и психической сфер фехтовальщиков на основе регистрируемых функциональных		2		8		

	показателей						
12.2	Средства и методы восстановления и переключения занимающихся на другую двигательную и психическую деятельность			2	8		
13	Индивидуальный урок как метод тренировки фехтовальщиков						
13.1	Содержание, направленность и организационно-методические компоненты специализированной деятельности тренера по фехтованию			2	10		
13.2	Двигательные действия тренера в индивидуальном уроке фехтования и методика предупреждения ошибок			2	10		
13.3	Профессионально-педагогические навыки и умения тренера по фехтованию в индивидуальном уроке			2	10		
14	Фехтование на шпагах						
14.1	Основы техники и тактики фехтования на шпагах			2	8		
14.2	Методика обучения приемам и действиям в фехтовании на шпагах				10		
14.3	Типовые ошибки в фехтовании на шпагах, их предупреждение и исправление				10		
14.4	Умения, основанные на проявлениях двигательных реакций в боях на шпагах			2	10		
14.5	Тактические умения преднамеренно действовать в типовых ситуациях боев на шпагах				10		
	Итого за семестр		2	16	144		
	Промежуточная аттестация				27		Экзамен
	ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ	5					
15	Организация и обеспечение тренировочных занятий и соревнований по фехтованию						
15.1	Содержание и подготовка к проведению групповых занятий по спортивному фехтованию			2	10		
15.2	Действия арбитра и технологии судейства: содержание и последовательность команд и решений, определение инициативы в действиях спортсменов			2	10		
15.3	Требования к аппаратуре и ее размещение для проведения тренировочных и соревновательных боев по фехтованию				12		

16	Психологическая направленность тренировки фехтовальщика					
16.1	Психологические характеристики спортивного фехтования и психофизиологические свойства квалифицированных фехтовальщиков		2		12	
16.2	Содержание и направленность психологической подготовки в фехтовании			2	10	
16.3	Психологические предпосылки для ускорения процесса технико-тактического совершенствования занимающихся фехтованием			2	10	
17	Методика совершенствования техники и тактики у фехтовальщиков					
17.1	Принципы построения тренировки квалифицированных фехтовальщиков			2	10	
17.2	Методические приемы выполнения упражнений				12	
17.3	Методы технико-тактического совершенствования			2	10	
17.4	Ситуации и условия проведения тренировочных и соревновательных боев				12	
18	Основы научно-исследовательской деятельности в вузе					
16.1	Современные технологии оценки и анализа эффективности действий в тренировках и на соревнованиях			2	10	
16.2	Содержание и организация НИР и УИРС				13	
16.3	Методы исследования и оценки соревновательной деятельности в фехтовании			2	10	
	Итого за семестр		2	16	141	
	Промежуточная аттестация				3	Зачет
		6				
19	Фехтование на саблях					
19.1	Основы техники и тактики фехтования на саблях		2		6	
19.2	Методика обучения приемам и действиям в фехтовании на саблях			2	6	
19.3	Типовые ошибки в фехтовании на саблях, их предупреждение и исправление				8	
19.4	Умения, основанные на проявлениях двигательных реакций в боях на			2	6	

	саблях						
19.5	Тактические умения преднамеренно действовать в типовых ситуациях боев на саблях			2	6		
20	Методика проведения индивидуального урока в видах фехтования						
20.1	Специализированные движения тренера и их моделирование в индивидуальном уроке (в видах фехтования)			2	5		
20.2	Объекты моделирования в составе действий тренера и компоненты специализированной деятельности в индивидуальном уроке		2		5		
20.3	Возможные ошибки в двигательных действиях тренеров, методика их предупреждения и исправления			2	5		
21	Тематика, содержание и организация НИР студентов						
21.1	Проблемы и направленность исследований техники, тактики и методики тренировки фехтовальщиков			2	4		
21.2	Формулирование темы, определение задач и содержания ВКР. Составление плана исследовательской работы			2	5		
21.3	Анализ литературных источников по избранной проблеме в изданиях по фехтованию и смежных дисциплинах				8		
21.4	Оформление 1-й главы (литературного обзора) выпускной квалификационной работы				8		
	Итого за семестр		4	14	72		
	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
	ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ	7					
22	Психофизиологические составляющие подготовленности фехтовальщиков						
22.1	Повышение уровня проявлений психических свойств у спортсменов		2		12		
22.2	Ликвидация барьеров, препятствующих технико-тактическому совершенствованию и проявлению достигнутого уровня квалификации			2	12		
22.3	Совершенствование двигательных реакций, проявлений свойств внимания, памяти, мышления,			2	12		

	волевых и личностных качеств у фехтовальщиков						
22.4	Повышение устойчивости к помехам при применении боевых действий в противоборстве с противником			2	12		
22.5	Создание психологической готовности к соревнованиям			2	12		
23	Управление подготовкой квалифицированных спортсменов						
23.1	Средства специальной тренировки в фехтовании			2	12		
23.2	Педагогические ориентиры на достижение спортивного мастерства в тренировке и соревновательной практике квалифицированных фехтовальщиков			2	12		
23.3	Овладение средствами саморегуляции психических процессов и эмоциональных состояний				12		
23.4	Педагогический контроль соревновательной деятельности, технико-тактического совершенствования				12		
23.5	Управление поведением спортсменов в тренировках и на соревнованиях				12		
24	Организация и проведение исследований в рамках ВКР						
24.1	Подбор контингента испытуемых, выбор методик исследований. Определение критериев оценки результатов			2	19		
24.2	Проведение исследований и математическая обработка результатов				22		
	Итого за семестр		2	14	161		
	Промежуточная аттестация				3		Зачет
		8					
25	Структура и направленность тренировки фехтовальщиков						
25.1	Содержание технико-тактического совершенствования			2	10		
25.2	Объемы, интенсивность и психическая напряженность тренировочной нагрузки		2		10		
25.3	Построение функциональной тренировки			2	10		
25.4	Уровень тренированности фехтовальщиков и технологии его оценки			2	10		

26	Планирование и проведение индивидуальных уроков со спортсменами различной квалификации в видах фехтования						
26.1	Проведение индивидуальных уроков со спортсменами на этапе спортивной специализации			2	10		
26.2	Проведение индивидуальных уроков со спортсменами на этапе совершенствования спортивного мастерства			2	10		
27	Построение подготовки квалифицированных спортсменов						
27.1	Организационно-методические основы построения подготовки		2		8		
27.2	Моделирование требований к подготовленности спортсменов			2	8		
27.3	Прогнозирование достижений спортсменов			2	8		
27.4	Отбор спортсменов и комплектование команд по видам фехтования			2	9		
	Оформление курсовой работы с анализом результатов исследований (проблема, цель и задачи, методы, таблицы и рисунки)				31		Курсовая работа
	Итого за семестр		4	16	124		
	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
	ПЯТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ	9					
28	Универсализация и индивидуализация технико-тактической подготовленности						
28.1	Коррекции в составе действий и тактических моделях ведения боев			2	8		
28.2	Совершенствование оснащенности фехтовальщиков и освоение тактических моделей ведения боев				8		
28.3	Методики расширения состава действий и тактических умений			2	8		
28.4	Принципы отбора технологий для универсализации технико-тактической тренировки				8		
28.5	Объективные факторы, воздействующие на формирование состава действий и тактику ведения боев		2		8		
28.6	Расширение тактических возможностей для эффективного применения действий			2	8		

28.7	Совершенствование тактических моделей ведения боев и их коррекции в тактике при изменениях уровня притязаний				8		
28.8	Диагностика спортивных способностей и оценки специальной тренированности			2	8		
29	Возрастная динамика технико-тактического совершенствования						
29.1	Многолетняя тренировка: составы действий для ведения боев и особенности методик спортивного совершенствования на различных возрастных этапах		2		8		
29.2	Двигательные и психические качества в структуре технико-тактического совершенствования			2	8		
29.3	Подбор действий и тактических компонентов их применения с учетом индивидуальных склонностей спортсменов				8		
29.4	Специальные нагрузки фехтовальщиков и проблемы восстановления				8		
30	Специальные умения фехтовальщиков						
30.1	Умения, основанные на проявлениях двигательных реакций, и уровни их значимости в видах фехтования			2	8		
30.2	Умения, основанные на проявлениях свойств внимания, памяти, мышления, и их значимость в видах фехтования			2	8		
30.3	Умения, основанные на проявлениях двигательных качеств, и их значимость для овладения техникой и тактикой фехтования				8		
31	Подготовка и оформление ВКР						
31.1	Подготовка и оформление ВКР для предварительного рецензирования			2	15		
31.2	Апробация ВКР			2	20		
	Итого за семестр		4	18	155		
	Промежуточная аттестация				3		Зачет
		10					
32	Педагогический контроль эффективности тренировок и соревнований						
32.1	Направленность и технологии педагогического контроля		2	2	8		
32.2	Наблюдения боев в тренировках и соревнованиях			2	8		

32.3	Определение уровня освоения специальных умений			2	8		
32.4	Тестирование характеристик выполнения приемов нападения и маневрирования, проявлений двигательных качеств			2	6		
32.5	Учет тренировочных и соревновательных нагрузок			2			
33	Уровень тренированности фехтовальщика и технологии его оценки						
33.1	Сопоставление компонентов специализированной деятельности		2	2			
33.2	Критерии оценки технической подготовленности				4		
33.3	Критерии оценки тактической подготовленности				4		
33.4	Критерии оценки психологической (психической) подготовленности				4		
33.5	Критерии оценки двигательной подготовленности				4		
33.6	Критерии оценки теоретической (интеллектуальной) подготовленности				4		
33.7	Общий уровень (состояние) специальной тренированности			2	4		
34	Управление деятельностью фехтовальщиков в тренировках и соревнованиях						
34.1	Причины, влияющие на состав действий и тактику ведения боев, методики оценки и регулирования состояния спортсмена			2	6		
34.2	Тактические установки на ведение боев в тренировках и на соревнованиях			2	6		
34.3	Тактические советы, снижающие или повышающие уровень напряжений в усилиях спортсмена на соревнованиях				6		
35	Планирование подготовки спортсменов						
35.1	Планирование тренировочной нагрузки в годичном цикле подготовки фехтовальщиков				10		
35.2	Содержание и чередование микроциклов на различных этапах подготовки				10		
36	Апробация ВКР						
36.1	Подготовка к презентации ВКР				14		

36.2	Доклад и предварительная защита ВКР			2	14		
	Итого за семестр		4	20	120		
	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
	Всего часов		32	156	1459	45	

* Виды учебной работы: занятия лекционного типа проводятся в виде лекций с презентацией материала по изучаемой теме; практические занятия проводятся в виде семинаров, учебно-методических занятий, учебной практики.

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Теория и методика ИВС (фехтования)»

Балльная система контроля обучения

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

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

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

Примерная шкала оценки различных видов текущего контроля

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

Виды текущего контроля, их количество, число баллов, начисляемых на каждом виде, определяется кафедрой, преподающей данную дисциплину. На каждые 20-24 часа аудиторных занятий должно быть не менее двух видов текущего контроля, в том числе контроль посещения занятий. Баллы,

полученные только на рубежном контроле, не должны обеспечить получение положительной итоговой оценки.

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

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

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

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

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

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

Для получения зачета необходимо набрать количество баллов, соответствующее оценке «удовлетворительно» (D), т.е. ≥ 61 . Для стимулирования работы студентов по дисциплине за период, завершающийся зачетом, необходимо в зачетных ведомостях дублировать оценку «зачтено» оценкой по шкале ECTS. Ниже приводится шкала таких оценок.

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

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

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

Цель и задачи текущего контроля

Виды контроля:

1. Входной – позволяет определить степень готовности к изучению дисциплины на основе остаточных знаний (для взаимной увязки смежных дисциплин).

2. Рубежный (периодический) – призван выявить результаты на промежуточных этапах обучения (настраивая обучаемых на дальнейшее закрепление слабо освоенного).

3. Текущий – проводится на плановых занятиях и в ходе проверки самостоятельных работ.

4. Итоговый – служит для оценки уровня усвоения дисциплины по завершении её прохождения.

5. Остаточный (контроль остаточных знаний) – по блоку дисциплин – обеспечивает определение прочности усвоенного (через 6-12 мес.) материала; на основании его результатов корректируются программы и методика преподавания.

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

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

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

Функции текущего контроля:

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

Требования к текущему контролю.

1. Итоговые оценки определяются по результатам непрерывного текущего контроля.

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

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

Условия активизации текущего контроля:

- содействие руководства и опытных преподавателей в подготовке материалов для текущего контроля;
- стимулирование личной заинтересованности в проведении текущего контроля;
- рационализация усилий по организации активного текущего контроля.

Последнее из условий предполагает на начальном этапе наиболее трудоёмкую и кропотливую деятельность педагога.

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

***Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы
для обучающихся на 1-м курсе***

1. Особенности педагогической и управленческой деятельности тренера по фехтованию.
2. Виды спортивного и прикладного фехтования.
3. История развития фехтования.
4. Исторические предпосылки формирования отечественной теории и методики фехтования.
5. Теоретические основы спортивного фехтования.
6. Техника и тактика спортивного фехтования и критерии их оценки.
7. Анализ выступлений сборной команды России по фехтованию на последнем чемпионате Европы.
8. Анализ выступлений сборной команды России по фехтованию на последнем чемпионате мира.
9. Анализ выступлений сборной команды России по фехтованию на последней олимпиаде.
10. Сравнительный анализ достижений российских и зарубежных спортсменов в видах фехтования на международной арене.
11. Составление комплексов подводящих и специально-подготовительных упражнений, способствующих изучению техники основных положений фехтовальщика, способов передвижения и выполнения простых атак уколами прямо, переводом и переносом.
12. Составление комплексов специально-подготовительных упражнений, способствующих предупреждению и исправлению ошибок, встречающихся при обучении и совершенствовании приемов и действий с начинающими фехтовальщиками.
13. Составление комплексов специально-подготовительных упражнений, способствующих предупреждению и исправлению ошибок, встречающихся при обучении и совершенствовании тактического взаимодействия с партнером.
14. Составление словаря специальных терминов по фехтованию.
15. Составление конспектов уроков, в которых решаются задачи развития и совершенствования быстроты занимающихся.
16. Составление конспектов уроков, в которых решаются задачи развития и совершенствования силы занимающихся.
17. Составление конспектов уроков, в которых решаются задачи развития и совершенствования скоростно-силовой подготовленности занимающихся.
18. Составление конспектов уроков, в которых решаются задачи развития и совершенствования гибкости занимающихся.
19. Составление конспектов уроков, в которых решаются задачи развития и совершенствования ловкости занимающихся.
20. Составление конспектов уроков, в которых решаются задачи развития и совершенствования выносливости занимающихся.

21. Требования к безопасности проведения тренировочных занятий по спортивному фехтованию.

22. Ситуации возникновения травматизма в спортивном фехтовании.

23. Особенности проведения групповых занятий по фехтованию с начинающими спортсменами.

24. Особенности организации и проведения соревнований по фехтованию с начинающими спортсменами.

25. Терминология технических приемов и боевых действий, используемых в процессе тренировки фехтовальщиков.

Примерная тематика рефератов для обучающихся на 1-м курсе

1. Фехтование в древнем Риме; гладиаторские поединки.

2. Особенности фехтования в раннем средневековье; традиции рыцарских турниров.

3. Итальянская школа фехтования и ее особенности.

4. Фехтование в средневековой Германии.

5. Французская школа фехтования и ее особенности.

6. Венгерская школа фехтования и ее особенности.

7. Особенности развития фехтования в России в XVIII-XIX вв.

8. Лучшие фехтовальные тренеры СССР и России.

9. Развитие классификации приемов и действий в теории и методике фехтования.

10. Состав и характеристика групп технических приемов фехтования.

11. Динамические и кинематические характеристики выполнения приемов фехтования.

12. Критерии оценки действий и анализ соревновательной деятельности в фехтовании.

13. Техника и тактика спортивного фехтования и критерии их оценки.

14. Мотивация к занятиям спортивным фехтованием (средства и особенности их использования).

15. Воспитательная работа тренера по формированию качеств личности и моральных принципов честной борьбы.

Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы для обучающихся на 2-м курсе

1. Составление конспекта группового занятия по фехтованию с соблюдением структурных элементов, предусмотренных теорией и методикой спортивной тренировки.

2. Изучение правил проведения соревнований по спортивному фехтованию.

3. Изучение регламента и требований к оружию и экипировке спортсменов в видах фехтования.

4. Различия в организации и проведении соревновательных боев в предварительном туре и в туре прямого выбывания.

5. Изучение содержания Государственного стандарта по спортивной подготовке по виду спорта «Фехтование».

6. Влияние занятий фехтованием на развитие систем организма занимающихся.

7. Особенности содержания и подбора упражнений в тренировочном занятии с учетом его направленности (технической, тактической, двигательной, психологической).

8. Различные формы организации и проведения тренировочных занятий с фехтовальщиками.

9. Составление комплексов упражнений с партнером, способствующих совершенствованию двигательных качеств занимающихся.

10. Составление комплексов упражнений с партнером, способствующих совершенствованию двигательных реакций занимающихся.

11. Составление комплексов упражнений с партнером, способствующих развитию свойств внимания, памяти и мышления.

12. Составление комплексов упражнений с партнером, моделирующих различные пространственно-временные характеристики выполнения разновидностей действий (с учетом момента начала действий, дистанции, амплитуды и ритма движений соревнующихся).

13. Изучение последовательности освоения типовых боевых действий и формирования специальных тактических умений в фехтовании.

14. Составление комплексов подводящих и специально-подготовительных упражнений, способствующих обучению технике основных положений, способов маневрирования в фехтовании на рапирах.

15. Составление комплексов подводящих и специально-подготовительных упражнений, способствующих обучению технике основных положений, способов маневрирования в фехтовании на шпагах.

16. Составление комплексов подводящих и специально-подготовительных упражнений, способствующих обучению технике выполнения простой атаки (уколом прямо, переводом, переносом, «с углом», с оппозицией) и сложных атакующих действий в фехтовании на рапирах.

17. Составление комплексов подводящих и специально-подготовительных упражнений, способствующих обучению технике выполнения простой атаки (уколом прямо, переводом, переносом, «с углом», с оппозицией) и сложных атакующих действий в фехтовании на шпагах.

18. Составление комплексов упражнений, способствующих обучению и совершенствованию защит (прямых, полукруговых, круговых) с ответом (уколом прямо, переводом и переносом) в фехтовании на рапирах.

19. Составление комплексов упражнений, способствующих обучению и совершенствованию защит (прямых, полукруговых, круговых) с ответом (уколом прямо, переводом и переносом) в фехтовании на шпагах.

20. Составление комплексов специально-подготовительных упражнений, способствующих предупреждению и исправлению ошибок, встречающихся при совершенствовании тактического взаимодействия шпажистов.

Примерная тематика рефератов для обучающихся на 2-м курсе

1. Обеспечение безопасности на занятиях фехтованием.
2. Регламенты и требования к оружию и экипировке спортсменов в видах фехтования.
3. Особенности организации и проведения занятий в учреждениях различного типа с учетом особенностей занимающихся.
4. Современные тенденции развития технико-тактических основ единоборства на рапирах.
5. Особенности техники передвижений и действий оружием в боях на рапирах.
6. Техничко-тактические характеристики боя, вытекающие из особенностей фехтования на рапирах.
7. Проблема сужения амплитуды движений оружием и целевой точности уколов в фехтовании на рапирах.
8. Особенности техники ближнего боя у фехтовальщиков на рапирах различной квалификации.
9. Современные тенденции развития технико-тактических основ единоборства на шпагах.
10. Особенности техники передвижений и действий оружием в боях на шпагах.
11. Техничко-тактические характеристики боя, вытекающие из особенностей фехтования на шпагах.
12. Проблема сужения амплитуды движений оружием и целевой точности уколов в фехтовании на шпагах.
13. Особенности техники ближнего боя у фехтовальщиков на шпагах различной квалификации.
14. Контроль за состоянием двигательной сферы фехтовальщиков на основе регистрируемых функциональных показателей.
15. Контроль за состоянием психической сферы фехтовальщиков с использованием методов психодиагностики.
16. Средства и методы восстановления и переключения занимающихся на другую двигательную и психическую деятельность.
17. Двигательные действия тренера в индивидуальном уроке фехтования и предупреждение возможных ошибок.
18. Профессионально-педагогические навыки и умения тренера по фехтованию в индивидуальном уроке.

Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы для обучающихся на 3-м курсе

1. Содержание и последовательность команд и решений арбитра, оценка инициативы и определение тактической правоты в действиях спортсменов.
2. Требования к аппаратуре и ее размещению для проведения тренировочных и соревновательных боев по фехтованию.
3. Содержание и направленность психологической подготовки в фехтовании.
4. Психологические предпосылки для ускорения процесса технико-тактического совершенствования занимающихся фехтованием.
5. Принципы построения тренировки квалифицированных фехтовальщиков.
6. Методические приемы выполнения упражнений.
7. Методы технико-тактического совершенствования.
8. Ситуации и условия проведения тренировочных и соревновательных боев в фехтовании.
9. Специализированные движения тренера и их моделирование в индивидуальном уроке по фехтованию на рапирах.
10. Специализированные движения тренера и их моделирование в индивидуальном уроке по фехтованию на шпагах.
11. Специализированные движения тренера и их моделирование в индивидуальном уроке по фехтованию на саблях.
12. Составление комплексов упражнений с партнером, направленных на совершенствование техники приемов в условиях проявления специализированных умений в фехтовании на саблях.
13. Составление комплексов упражнений для проведения индивидуального урока по освоению и совершенствованию отдельных приемов и действий в фехтовании на саблях.
14. Составление комплексов упражнений с партнером, направленных на развитие тактического мышления в фехтовании на саблях.
15. Составление комплексов упражнений для проведения индивидуального урока, направленных на развитие тактического мышления.
16. Составление комплексов упражнений с взаимопомощью для обучения отдельным приемам и действиям и их сочетаниям для групп начальной подготовки в фехтовании на саблях.
17. Составление комплексов упражнений с взаимопомощью технической и тактической направленности для групп начальной специализации в фехтовании на саблях.
18. Составление комплексов упражнений и проведение специальной разминки в индивидуальном уроке для групп углубленной специализации в фехтовании на саблях.
19. Изучение и использование методов исследования и оценки соревновательной деятельности в фехтовании.
20. Особенности обработки полученных экспериментальных данных по эффективности подготовки и применения боевых действий в соревнованиях.

Примерная тематика рефератов для обучающихся на 3-м курсе

1. Содержание и последовательность команд и решений арбитра, оценка инициативы и определение тактической правоты в действиях фехтовальщиков на рапирах.
2. Содержание и последовательность команд и решений арбитра, оценка инициативы и определение тактической правоты в действиях фехтовальщиков на шпагах.
3. Содержание и последовательность команд и решений арбитра, оценка инициативы и определение тактической правоты в действиях фехтовальщиков на саблях.
4. Особенности техники фехтования на саблях.
5. Особенности тактики фехтования на саблях.
6. Предпосылки возникновения особенностей техники передвижений и действий оружием в поединках саблистов.
7. Предпосылки возникновения особенностей тактики действий оружием и применения передвижений в поединках саблистов.
8. Психологические характеристики спортивного фехтования и психофизиологические свойства квалифицированных фехтовальщиков.
9. Содержание и направленность психологической подготовки в фехтовании.
10. Психологические предпосылки для ускорения процесса технико-тактического совершенствования занимающихся фехтованием.
11. Типовая направленность урока фехтования.
12. Методические приемы выполнения упражнений.
13. Принципы построения тренировки фехтовальщиков.
14. Методы технико-тактического совершенствования в фехтовании.
15. Специализированные движения тренера и их моделирование в индивидуальном уроке в видах фехтования.
16. Объекты моделирования в составе действий тренера и компоненты специализированной деятельности в индивидуальном уроке по фехтованию.
17. Современные технологии оценки и анализа эффективности действий в тренировках и на соревнованиях.
18. Проблемы и направленность исследований техники, тактики и методики тренировки фехтовальщиков.

Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы для обучающихся на 4-м курсе

1. Психические свойства спортсменов и уровень их проявлений в соревновательной деятельности фехтовальщиков.
2. Совершенствование двигательных реакций фехтовальщиков в тренировке на различных этапах многолетней подготовки.

3. Совершенствование проявлений свойств внимания, памяти и мышления у фехтовальщиков в тренировке на различных этапах многолетней подготовки.
4. Совершенствование проявлений волевых и личностных качеств у фехтовальщиков в тренировке на различных этапах многолетней подготовки.
5. Повышение устойчивости к помехам при применении боевых действий в противоборстве с противником.
6. Педагогические ориентиры на достижение спортивного мастерства в тренировке и соревновательной практике квалифицированных фехтовальщиков.
7. Овладение средствами саморегуляции психических процессов и эмоциональных состояний.
8. Педагогический контроль технико-тактического совершенствования фехтовальщиков на разных этапах многолетней подготовки.
9. Содержание технико-тактического совершенствования по этапам подготовки.
10. Различия в объемах, интенсивности, психической напряженности выполняемой тренировочной нагрузки с учетом периода и этапа годового цикла подготовки.
11. Построение функциональной тренировки с фехтовальщиками различной спортивной квалификации.
12. Технологии оценки уровня тренированности фехтовальщиков.
13. Разработка годового плана подготовки фехтовальщиков на этапе спортивной специализации.
14. Разработка годового плана подготовки фехтовальщиков на этапе совершенствования спортивного мастерства.
15. Особенности проведения индивидуальных уроков с фехтовальщиками на этапе спортивной специализации.
16. Особенности проведения индивидуальных уроков с фехтовальщиками на этапе совершенствования спортивного мастерства.
17. Разработка поурочного плана подготовки фехтовальщиков на подготовительный период.
18. Составление документов планирования и контроля, финансирования ДЮСШ и СДЮШОР.
19. Составление планов-конспектов тренировочных занятий с группами начальной подготовки, спортивной специализации, спортивного совершенствования.
20. Изучение и использование регистрационно-измерительной аппаратуры и других приборов в рамках выполнения выпускных квалификационных работ.

Примерная тематика рефератов для обучающихся на 4-м курсе

1. Уровень проявления психических свойств у фехтовальщиков с учетом их спортивной квалификации.
2. Ликвидация возможных барьеров, препятствующих технико-тактическому совершенствованию и проявлению достигнутого уровня квалификации.
3. Совершенствование двигательных реакций в тренировочном процессе с фехтовальщиками на этапах спортивной специализации и совершенствования спортивного мастерства.
4. Совершенствование свойств внимания, памяти и мышления в тренировочном процессе с фехтовальщиками на этапах спортивной специализации и совершенствования спортивного мастерства.
5. Совершенствование волевых и личностных качеств в тренировочном процессе с фехтовальщиками на этапах спортивной специализации и совершенствования спортивного мастерства.
6. Создание психологической готовности к соревнованиям у фехтовальщиков.
7. Педагогические ориентиры на достижение спортивного мастерства в тренировке и соревновательной практике квалифицированных фехтовальщиков.
8. Средства саморегуляции психических процессов и эмоциональных состояний, влияющих на успешность соревновательной борьбы в фехтовании.
9. Педагогический контроль соревновательной деятельности квалифицированных фехтовальщиков.
10. Управление поведением спортсменов в тренировках и на соревнованиях по фехтованию.
11. Учет объемов, интенсивности и психической напряженности тренировочных нагрузок в годичном цикле подготовки квалифицированных фехтовальщиков.
12. Технологии оценки уровня тренированности фехтовальщиков для их подготовки к главному соревнованию сезона.
13. Особенности проведения индивидуальных уроков с фехтовальщиками на этапе начальной специализации (примерный план-конспект урока с направленностью на решение задач технико-тактического совершенствования).
14. Особенности проведения индивидуальных уроков с фехтовальщиками на этапе углубленной специализации (примерный план-конспект урока с направленностью на решение задач технико-тактического совершенствования).
15. Особенности проведения индивидуальных уроков с фехтовальщиками на этапе совершенствования спортивного мастерства (примерный план-конспект урока с направленностью на решение задач технико-тактического совершенствования).
16. Организационно-методические основы построения подготовки квалифицированных спортсменов в фехтовании.
17. Система отбора спортсменов и комплектования команд по видам фехтования для участия в соревнованиях по фехтованию.

18. Курсовая работа по избранной теме исследования (проблема, цель, задачи, методы исследования, организация исследования, результаты в виде таблиц и рисунков).

***Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы
для обучающихся на 5-м курсе***

1. Состав действий и тактических моделей ведения боев у квалифицированных фехтовальщиков, их оценка и коррекции для эффективной соревновательной деятельности.

2. Совершенствование оснащенности фехтовальщиков и освоение тактических моделей ведения боя для успешной соревновательной борьбы.

3. Принципы отбора технологий для универсализации технико-тактической тренировки квалифицированных фехтовальщиков.

4. Объективные факторы, воздействующие на формирование состава действий и тактику ведения боев у фехтовальщиков.

5. Совершенствование тактических моделей ведения боев и их коррекции в тактике при изменениях уровня притязаний.

6. Диагностика спортивных способностей и оценки специальной тренированности.

7. Динамика состава действий для ведения боев у фехтовальщиков по этапам многолетней подготовки и особенности методик технико-тактического совершенствования в различные периоды подготовки.

8. Учет индивидуальных склонностей спортсменов для подбора действий и тактических компонентов их применения в соревновательной практике фехтовальщиков.

9. Специальные нагрузки и проблемы восстановления в тренировочной деятельности у фехтовальщиков.

10. Умения, основанные на проявлениях двигательных реакций, и уровни их значимости в видах фехтования.

11. Умения, основанные на проявлениях свойств внимания, памяти, мышления, и их значимость в видах фехтования.

12. Умения, основанные на проявлениях двигательных качеств, и их значимость для овладения техникой и тактикой фехтования.

13. Направленность и технологии педагогического контроля в фехтовании.

14. Наблюдения боев в тренировках и соревнованиях по фехтованию.

15. Определение уровня освоения специальных умений в видах фехтования.

16. Критерии оценки технической, тактической, психологической (психической), двигательной, теоретической (интеллектуальной) подготовленности для оценки общего уровня специальной тренированности фехтовальщиков.

17. Причины, влияющие на состав действий и тактику ведения боев, методики оценки и регулирования состояния фехтовальщика.

18. Тактические установки на ведение боев в тренировках и на соревнованиях по фехтованию.

19. Тактические советы, снижающие или повышающие уровень напряжений в усилиях спортсмена на соревнованиях по фехтованию.

20. Содержание и чередование микроциклов на различных этапах подготовки.

Примерная тематика рефератов для обучающихся на 5-м курсе

1. Совершенствование оснащенности фехтовальщиков и освоение тактических моделей ведения боев для эффективной соревновательной деятельности.

2. Принципы отбора технологий для универсализации технико-тактической тренировки квалифицированных фехтовальщиков.

3. Объективные факторы, воздействующие на формирование состава действий и тактику ведения боев у квалифицированных фехтовальщиков.

4. Диагностика спортивных способностей и оценки специальной тренированности в фехтовании.

5. Многолетняя тренировка: составы действий для ведения боев и особенности методик спортивного совершенствования на различных возрастных этапах.

6. Двигательные и психические качества в структуре технико-тактического совершенствования фехтовальщиков.

7. Специальные нагрузки и проблемы восстановления в тренировочной деятельности у фехтовальщиков.

8. Умения, основанные на проявлениях двигательных реакций, и уровни их значимости в видах фехтования.

9. Умения, основанные на проявлениях свойств внимания, памяти, мышления, и их значимость в видах фехтования.

10. Умения, основанные на проявлениях двигательных качеств, и их значимость для овладения техникой и тактикой фехтования.

11. Направленность и технологии педагогического контроля в фехтовании.

12. Наблюдения боев в тренировках и соревнованиях по фехтованию.

13. Определение уровня освоения специальных умений в видах фехтования.

14. Критерии оценки технической, тактической, психологической (психической), двигательной, теоретической (интеллектуальной) подготовленности для оценки общего уровня специальной тренированности фехтовальщиков.

15. Причины, влияющие на состав действий и тактику ведения боев, методики оценки и регулирования состояния фехтовальщика.

16. Тактические установки на ведение боев в тренировках и на соревнованиях по фехтованию.

17. Тактические советы, снижающие или повышающие уровень напряжений в усилиях спортсмена на соревнованиях по фехтованию.

18. Содержание и чередование микроциклов на различных этапах подготовки.

5.2 Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Теория и методика ИВС (фехтования)»

Примерный перечень вопросов к зачету по дисциплине для обучающихся на 1-м курсе

1. С чем связан отбор в детскую секцию фехтования, как он осуществляется.

2. Как взаимосвязаны индивидуализация оснащения юного фехтовальщика и уровень развития его двигательных качеств.

3. Как решаются задачи патриотического воспитания в тренировочной группе.

4. Как решаются задачи нравственного воспитания юных фехтовальщиков.

5. Основные задачи и направления воспитательной работы тренера в ДЮСШ.

6. Общие принципы воспитания, используемые тренером в ДЮСШ.

7. Методы воспитания юных спортсменов.

8. Единство авторитета тренера и авторитета коллектива – важное условие эффективности применения методов педагогической коррекции в поведении занимающихся.

9. Регионы России, развивающие фехтование и показатели спортивных успехов.

10. Фехтование и его прикладность. Сценическое и артистическое фехтование. Общее и различия.

11. Античность и фехтование.

12. Фехтование в средневековье.

13. Фехтование в эпоху ренессанса.

14. Зарождение фехтования в России и его развитие в дореволюционное время

15. Фехтование в СССР. Первые зарубежные встречи.

16. Основоположники советского фехтования и их труды и книги.

17. Фехтование как спортивно-педагогическая и научная дисциплина.

18. Значение и место фехтования в системе физического воспитания в России. Воспитательное значение фехтования.

19. Исторические школы фехтования: итальянская, французская, венгерская, польская.

20. Общие характеристики соревновательной деятельности в видах фехтования.
21. Критерии оценки техники фехтования.
22. Критерии оценки тактики фехтования.
23. Тактические модели ведения боя.
24. Функциональные составляющие боевых действий.
25. Воспитательная работа тренера по формированию качеств личности у занимающихся.
26. Особенности подготовки и проведения показательных выступлений по фехтованию.

***Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине
для обучающихся на 1-м курсе***

1. Характеристика фехтования как вида спорта и средства физического воспитания.
2. Фехтование как спортивно-педагогическая и научная дисциплина.
3. Значение и место фехтования в системе физического воспитания в России. Воспитательное значение фехтования.
4. Техничко-тактические особенности фехтования на рапирах.
5. Техничко-тактические особенности фехтования на шпагах.
6. Техничко-тактические особенности фехтования на саблях.
7. Фехтование в древнем мире и средние века.
8. Формирование и особенности национальных систем фехтования («школ»): итальянской, французской, венгерской.
9. Зарождение фехтования в России. Место фехтования и рукопашного боя в военно-физической подготовке русской армии.
10. Основоположники отечественной школы фехтования.
11. Участие русских фехтовальщиков в международных соревнованиях XIX в. и Стокгольмской олимпиаде 1912 г.
12. Фехтование в СССР в довоенный период.
13. Фехтование в СССР в послевоенный период. Первое выступление советских фехтовальщиков на Олимпийских играх 1952 года.
14. Современное состояние фехтования в России. Выступление российских фехтовальщиков на Олимпийских играх.
15. Общее понятие об объективных условиях деятельности фехтовальщиков и их воздействие на организм занимающихся.
16. Условия проведения занятий и соревнований и анализ основных внешних воздействий на фехтовальщиков в соревновательных поединках.
17. Конфликтность боевого единоборства и дефицит времени и информации в фехтовании.
18. Характеристика мышечной работы фехтовальщика. «Физическая» и «психическая» усталость в фехтовании.

19. Особенности специализированной деятельности фехтовальщиков в личных и командных соревнованиях.

20. Значение учета специфики деятельности фехтовальщиков на соревнованиях для рационального построения физической, технической и психологической подготовки спортсменов.

21. Психические качества, наиболее важные для фехтовальщиков и методика их совершенствования.

22. Основные принципы построения систематики приемов.

23. Развитие и основные принципы построения классификации действий.

24. Состав приемов фехтования. Понятия «боевое действие» и «технический прием».

25. Тактические задачи (намерения) боевых действий в фехтовании.

26. Тактические характеристики подготовки и применения действий в поединке.

27. Тактические критерии оценки действий фехтовальщиков.

28. Критерии оценки приемов в фехтовании.

29. Понятие о технике фехтования. Значение технической подготовки для достижения высоких результатов в фехтовании.

30. Двигательный механизм приема. Биомеханические основы техники фехтования. Индивидуальные особенности техники фехтования.

31. Взаимосвязь техники, физической подготовки, психологической и тактической подготовки фехтовальщиков.

32. Надежность техники как сочетание стабильности и вариативности приемов в деятельности фехтовальщиков.

33. Устойчивость техники против «сбивающих» факторов в поединке.

34. Определение тактики и ее значение в фехтовании. Взаимосвязь техники и тактики.

35. Элементы спортивной тактики в фехтовании.

36. Характеристика составных частей группового урока в фехтовании.

37. Правила соревнований по фехтованию. Типовая система проведения соревнований.

38. Функции арбитра (руководителя боя).

39. Регламенты и требования к оружию и экипировке спортсменов в видах фехтования.

40. Обеспечение безопасности на занятиях фехтованием.

41. Этапы формирования двигательных навыков в фехтовании и последовательность обучения отдельному приему.

42. Характеристика основных организационно-методических форм проведения упражнений в процессе обучения фехтованию.

43. Единство технико-тактической подготовки фехтовальщиков. Основные принципы становления технико-тактического мастерства.

44. Методика проведения разминки фехтовальщика. Характеристика и классификация общеразвивающих упражнений.

45. Упражнения для специальной физической подготовки – характеристика и классификация.

46. Методика составления комплексов упражнений на развитие скоростно-силовых качеств фехтовальщиков.

47. Методика составления комплексов упражнений на развитие быстроты реакции (простой и сложной) у фехтовальщиков.

48. Методика составления комплексов упражнений на развитие специальной выносливости фехтовальщиков.

49. Методика составления комплексов упражнений на развитие специальной ловкости фехтовальщиков, ориентировки в пространстве.

50. Методика составления комплексов упражнений на развитие специальной гибкости и подвижности в суставах у фехтовальщиков.

Примерный перечень вопросов к зачету по дисциплине для обучающихся на 2-м курсе

1. Правила соревнований и влияние их на развитие фехтования. Уровень развития фехтования в регионах России.

2. Педагогические установки в обучении спортивному фехтованию.

3. Личностные качества и их трансформация в процессе занятий фехтованием.

4. Формы организации занятий фехтованием.

5. Индивидуальный урок и его место в освоении техники и тактики фехтования.

6. Упражнения с партнером в тренировке фехтовальщика.

7. Упражнения без партнера и их место в тренировке фехтовальщика.

8. Тренировочные бои и их направленность.

9. Боевая практика в структуре тренировочного процесса у начинающих и квалифицированных фехтовальщиков.

10. Специальные методы тренировки фехтовальщиков.

11. Техничко-тактические приоритеты в методике тренировки.

12. Последовательность обучения отдельному приему.

13. Последовательность освоения типовых боевых действий и тактических умений.

14. Моделирование действий с различными технико-тактическими характеристиками в видах фехтования.

15. Методика составления комплексов упражнений для освоения приемов по этапам: ознакомление, разучивание, закрепление и совершенствование.

16. Характеристика парных упражнений и их место в групповом уроке как одного из основных методов изучения и совершенствования приемов и действий в фехтовании.

17. Виды упражнений с партнером и особенности методики проведения упражнений с партнером.

18. Методика предупреждения возникновения ошибок в технике выполнения приемов у фехтовальщиков.

19. Методика предупреждения ошибок при выполнении упражнений тактической направленности у фехтовальщиков.

20. Методика составления конспекта подготовительной части урока по фехтованию.

21. Методика составления конспекта основной части урока по фехтованию.

22. Соревновательная деятельность в фехтовании на рапирах и ее отличительные особенности.

23. Основы техники и тактики в фехтовании на рапирах.

24. Базовые действия в фехтовании на рапирах.

25. Методические особенности обучения начинающих фехтовальщиков на рапирах.

26. Методы показа и рассказа, выполнения техники приема по разделением.

27. Технические ошибки в выполнении приемов передвижений. Способы их исправления.

28. Типовые ошибки, возникающие при выполнении верхних защит в фехтовании на рапирах и способы их профилактики и исправления.

29. Способы специализации простой реакции и формирования тактических умений на базе простых реагирований.

30. Способы специализации реакции выбора и формирования тактических умений на базе сложных реагирований.

Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине для обучающихся на 2-м курсе

1. Динамика результатов сборных команд России по фехтованию на крупных международных соревнованиях (чемпионатах мира и Олимпийских играх) за последние годы.

2. Единство и взаимосвязь общественных и личных целей на примере тренировки в фехтовании.

3. Частные задачи тренировки и значение их оптимального решения для достижения конечной цели.

4. Формы и направленность прогнозирования в фехтовании.

5. Сбор информации для составления прогноза с учетом возраста занимающихся и периода подготовки.

6. Модельные характеристики фехтовальщика с учетом возраста, стажа спортивной деятельности и морфологических признаков (роста, длины рук и ног, веса).

7. Модельные характеристики фехтовальщика с учетом уровня специальной физической подготовленности.

8. Модельные характеристики фехтовальщика с учетом уровня технической подготовленности.
9. Модельные характеристики фехтовальщика с учетом уровня тактической подготовленности.
10. Модельные характеристики фехтовальщика с учетом уровня психологической подготовленности.
11. Методы прогнозирования, используемые в теории и методике фехтования.
12. Ориентировочные функции прогноза и его воздействие на процесс управления подготовкой.
13. Комплексное применение методов прогнозирования.
14. Краткосрочное (оперативное), среднесрочное и долгосрочное прогнозирование.
15. Прогнозирование и планирование спортивных достижений с учетом сроков и возрастных категорий.
16. Характеристика современного фехтования на шпагах.
17. Особенности техники фехтования на шпагах.
18. Анализ техники основных положений и передвижений шпажистов.
19. Подводящие и специально-подготовительные упражнения, способствующие овладению и совершенствованию техники фехтования на шпагах.
20. Кинематические характеристики движения и работы мышц. Двигательная структура отдельного приема.
21. Ошибки в технике, устранение их причин и основные пути предупреждения. Методики исправления ошибок.
22. Контроль за процессом овладения техникой приемов фехтования на шпагах.
23. Особенности техники выдающихся российских и зарубежных шпажистов.
24. Методические приемы, применяемые при обучении и совершенствовании основных положений и передвижений шпажистов.
25. Анализ техники атак уколом в различные сектора поражаемой поверхности с учетом способа выполнения и дистанции.
26. Анализ техники защит с ответом с учетом способа выполнения и дистанции.
27. Анализ техники уколов в контратаках, повторных и ответных атаках, сдвоенных уколов.
28. Анализ техники атак с действием на оружие, атак с финтами типа «прямо-прямо», «прямо - перевод» и др.
29. Анализ техники сложных защит и ответов уколами без оппозиции и с оппозицией.
30. Особенности тактики и технико-тактического мастерства фехтовальщиков на шпагах.
30. Содержание тактической подготовки шпажистов.

31. Особенности и характеристика подготавливающих действий фехтовальщиков на шпагах.

32. Анализ технико-тактического мастерства лучших российских и зарубежных фехтовальщиков на шпагах.

33. Анализ применения ложных, простых и сложных атак с последующими повторными действиями в боях на шпагах.

34. Анализ технико-тактического взаимодействия в ближней дистанции, а также в бою против противников различного стиля в шпажном фехтовании.

35. Последовательность обучения и технико-тактического совершенствования фехтовальщиков на шпагах.

36. Тактические варианты встречных действий: прямая рука, контратака, сдвоенные уколы и др.

37. Методика обучения и технико-тактического совершенствования шпажистов с учетом возраста и стажа занятий.

38. Характеристика парных упражнений и их место в групповом уроке по фехтованию на шпагах.

39. Разновидности и содержание парных упражнений: «взаимопомощь», «взаимоуроки», «рипостная игра», «контры» в фехтовании на шпагах.

40. Особенности использования разновидностей парных упражнений по мере роста квалификации фехтовальщиков.

41. Методика подбора и проведения упражнений с партнером при обучении и совершенствовании отдельных приемов и действий.

42. Дозировка и интенсивность выполнения упражнений в парах в тренировках с юными фехтовальщиками.

43. Использование отдыха и перерывов при проведении парных упражнений для подробного анализа действий партнеров.

44. Разбор методических приемов, применяемых при проведении упражнений с партнером.

45. Разбор методических приемов, способствующих эмоциональному проведению упражнений.

46. Психограмма фехтования – отражение закономерностей поединка фехтовальщиков.

47. Характеристика наиболее важных психических качеств для фехтовальщиков.

48. Формирование и совершенствование личностных качеств: решительности, смелости, уверенности в своих действиях и др.

49. Характеристика психических процессов, способствующих успешному проявлению различных специализированных свойств фехтовальщиков.

50. Взаимосвязь психических качеств фехтовальщика с тактикой ведения боя. Роль зрительного и тактильного анализаторов в восприятии обстановки боя.

51. Двигательные реакции и их проявления у фехтовальщиков: простая, дизъюнктивная, дифференцировочная, антиципирующая.

52. Свойства внимания и их значение в подготовке фехтовальщиков.

53. Тренировка специализированных качеств фехтовальщиков в упражнениях с партнером.

54. Разбор упражнений с партнером, способствующих совершенствованию различных свойств внимания, способности к переключению и распределению внимания.

55. Разбор упражнений, способствующих развитию восприятия пространственно-временных характеристик движений (своих и противника) по моменту начала действий, дистанции, амплитуде, ритму.

56. Содержание и задачи различных форм организации занятий фехтованием с учетом возраста и стажа тренировки.

57. Цель и содержание специфических методов тренировки на различных этапах подготовки юных фехтовальщиков.

58. Методы технико-тактического совершенствования в фехтовании.

59. Умения, основанные на проявлениях двигательных реакций в боях на рапирах и шпагах.

60. Тактические умения преднамеренно действовать в типовых ситуациях боев на рапирах и шпагах.

Примерный перечень вопросов к зачету по дисциплине для обучающихся на 3-м курсе

1. Психоспортограмма фехтования. Двигательные реакции, свойства внимания, память, вероятностное прогнозирование в структуре соревновательной деятельности.

2. Скорость приема и переработки информации в структуре принятия тактических решений.

3. Специализированные «чувства» фехтовальщика и их психофизиологическая основа.

4. Содержание и направленность психологической подготовки.

5. Методы технико-тактической подготовки. Повторение действий в заданной ситуации.

6. Нормирование количества (продолжительности) серий выполняемых действий.

7. Сочетание альтернативных действий при специализировании реагирования.

8. Произвольное чередование взаимозаменяемых действий в заданных ситуациях.

9. Усложнение идеомоторных действий при выборе и применении действий.

10. Самостоятельный выбор и вербальная установка спортсмена на применение действий.

11. Моделирование тактических сюжетов с вероятностным составом и последовательностью действий в схватке.

12. Моделирование вероятностной последовательности действий в бою.

13. Регулирование уровня напряженности упражнений, экстремальности ситуаций.
14. Характеристика тренировочных боев технической направленности.
15. Характеристика тренировочных боев тактической направленности.
16. Характеристика тренировочных боев смешанной направленности.
17. Соревновательная деятельность в фехтовании на саблях.
18. основы техники и тактики фехтования на саблях.
19. Типовые ошибки в технике владения саблей.
20. Умения, основанные на проявлениях двигательных реакций в боях на саблях.
21. Тактические умения преднамеренно действовать в типовых ситуациях боев на саблях.
22. Индивидуальный урок в фехтовании на саблях. Особенности специализированных движений и действий тренера.
23. Типовые ошибки в двигательных действиях тренера в индивидуальном уроке фехтования на саблях.
24. Моделирование тактических характеристик ведения боя в фехтовании на саблях при освоении действий наступления и обороны.
25. Педагогические наблюдения среди методов исследований в теории и методике фехтования.
26. Статистические методы в процессе исследований состава двигательных операций соревновательной деятельности.
27. Составление плана проведения исследований по теме ВКР.
28. Объем, интенсивность и психическая напряженность упражнений в тренировке фехтовальщиков.
29. Уровень тренированности фехтовальщиков и технологии его оценки.
30. Построение функциональной тренировки.

***Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине
для обучающихся на 3-м курсе***

1. Классификация приемов и действий в фехтовании.
2. Общая характеристика упражнений, применяемых фехтовальщиком в тренировке.
3. Методы тренировки и методические приемы, способствующие развитию и совершенствованию физических качеств с учетом периода подготовки, возраста, пола и стажа занятий.
4. Характеристика специфических методов тренировки в фехтовании.
5. Комплексное применение средств и методов тренировки.
6. Использование метода тренировки без противника для овладения основными положениями и передвижениями и их совершенствования.
7. Использование метода тренировки с условным противником для совершенствования различных компонентов техники.

8. Использование метода тренировки с противником (партнером) для совершенствования специализированных умений.

9. Использование метода тренировки с противником для совершенствования действий с учетом индивидуальных особенностей фехтовальщиков (манера ведения боя, фехтовальщик-левша и т.п.).

10. Использование метода индивидуального обучения и совершенствования (взаимные уроки).

11. Характеристика процесса технической подготовки фехтовальщиков.

12. Роль технической подготовки в тренировке фехтовальщика.

13. Методика технической подготовки в фехтовании и ее особенности в зависимости от периодов и этапов годового цикла.

14. Индивидуальные характеристики двигательных реакций фехтовальщиков, их учет и влияние на оснащение спортсмена средствами нападения и обороны.

15. Методика совершенствования комплекса специализированных умений, основанных на проявлении простых и сложных двигательных реакций.

16. Методика совершенствования комплекса специализированных умений, основанных на проявлении реакции предвосхищения пространства и времени в ходе взаимодействия с противником.

17. Совершенствование техники приемов фехтования в условиях проявления специализированных умений и различных видов реакций.

18. Методика составления комплекса упражнений с партнером, моделирующих ситуации боя с различными проявлениями двигательных реакций.

19. Особенности методики проведения упражнений с партнером и индивидуальных уроков, направленных на совершенствование техники приемов в условиях проявления специализированных умений.

20. Методика составления конспекта индивидуального урока технической направленности в условиях реагирования на обусловленный зрительный и тактильный сигналы.

21. Критерии оценки технической подготовленности фехтовальщиков.

22. Анализ средств тактической подготовки фехтовальщиков.

23. Характеристика подготавливаемых средств и их место в бою с противниками различного стиля.

24. Методика проведения в групповом уроке упражнений с партнером, направленных на развитие тактического мышления.

25. Систематизация и содержание упражнений для развития тактических умений и способностей.

26. Методика формирования навыка наблюдения за тренировочными и соревновательными боями и последующего анализа боевых действий.

27. Методика составления конспектов индивидуальных уроков тактической направленности с задачей развития тактического мышления и способностей обыгрывания противника.

28. Критерии оценки тактической подготовленности фехтовальщиков.

29.Значение физической подготовки в становлении мастерства фехтовальщика.

30.Особенности ОФП и СФП у фехтовальщиков, характеристика средств общей и специальной физической подготовки.

31.Планирование физической подготовки в многолетней тренировке фехтовальщиков.

32.Методика развития гибкости и подвижности в суставах у фехтовальщиков.

33.Специфика утомления в фехтовании.

34.Методика развития точности движений. Упражнения для воспитания навыков в определении расстояния до противника и точности уколов.

35.Психолого-педагогическая характеристика фехтования.

36.Компоненты психологической подготовки. Создание психологических предпосылок для ускорения технико-тактического совершенствования.

37.Формирование тактической инициативы. Освоение реальной оснащенности средствами ведения поединков и имеющихся резервов к расширению их состава.

38.Повышение уровня проявлений психических свойств фехтовальщиков.

39.Совершенствование волевых и личностных качеств в процессе занятий фехтованием.

40.Специализирование двигательных реакций, внимания, идеомоторных представлений, памяти, мышления у фехтовальщиков.

41.Средства саморегуляции психических процессов и эмоциональных состояний в соревнованиях фехтовальщиков.

42.Критерии оценки психологической подготовленности фехтовальщиков.

43.Значение интеллектуальной подготовки фехтовальщиков. Формы и методы интеллектуальной подготовки, воспитание интеллектуальных способностей у фехтовальщиков.

44.Задачи, содержание и виды спортивного отбора в фехтовании.

45.Методы тестирования, диагностики и оценки физических и психомоторных качеств фехтовальщиков.

46.Организация отбора и комплектование групп фехтовальщиков на различных этапах подготовки для участия в соревнованиях.

47.Формы организации занятий в практике подготовки фехтовальщиков с учетом возрастных особенностей, периодов и этапов учебно-тренировочного процесса.

48.Типовая направленность урока фехтования, цель и содержание, обеспечивающие комплексность воздействия на подготовленность спортсмена в соответствии с задачами периода и этапа годового цикла.

49.Особенности форм проведения упражнений с учетом конкретных педагогических задач повышения отдельных сторон подготовки у фехтовальщиков.

50. Упражнения с партнером как основная форма проведения упражнений в групповом уроке по фехтованию.

51. Содержание педагогических усилий тренера по фехтованию на этапах спортивного совершенствования и высшего мастерства.

52. Закономерности тренировки в фехтовании как важнейшей части системы подготовки.

53. Принципы построения тренировочного процесса с учетом нормирования тренировочных нагрузок и участия в соревнованиях.

54. Особенности использования принципов построения тренировочного процесса в фехтовании с учетом возраста, пола, периода и этапа подготовки.

55. Последовательность освоения атакующих и защитно-ответных действий, различающихся по количественным и моментным характеристикам их выполнения.

56. Последовательность обучения разновидностям действий, различающихся по степени готовности и особенностям реагирования в видах фехтования.

57. Техника фехтования на саблях и ее особенности.

58. Особенности тактики фехтования на саблях.

59. Специализированные движения тренера и их моделирование в индивидуальном уроке в видах фехтования.

60. Возможные ошибки с двигательных действиях тренеров и методика их предупреждения и исправления.

Примерный перечень вопросов к зачету по дисциплине для обучающихся на 4-м курсе

1. Способы специализации простой реакции и формирования тактических умений на базе простых реагирования в фехтовании на рапирах, саблях, шпагах.

2. Способы специализации реакции выбора и формирования тактических умений на базе сложных реагирования в видах в фехтовании на рапирах, саблях, шпагах.

3. Способы специализации дифференцировочной реакции выбора и переключения в фехтовании на рапирах, саблях, шпагах.

4. Способы формирования тактических умений на базе дифференцировочных реагирования в фехтовании на рапирах, саблях, шпагах.

5. Вероятностное прогнозирование в поединках фехтовальщиков на рапирах, саблях, шпагах.

6. Составление комплексов упражнений в «рипостной игре» при освоении 4-й защиты в фехтовании на рапирах, саблях, шпагах.

7. Составление комплексов упражнений в «контрах» при освоении техники укола (удара) прямо, переводом (переносом) и 4-й и 6-й защит в фехтовании на рапирах, саблях, шпагах.

8. Составление комплексов упражнений с мишенью на совершенствование точности укола (удара) в фехтовании на рапирах, саблях, шпагах.
9. Составление комплексов упражнений с взаимопомощью при освоении повторной атаки уколом (ударом) переводом (переносом) в фехтовании на рапирах, саблях, шпагах.
10. Двигательные реакции и их совершенствование в фехтовании на рапирах, саблях, шпагах.
11. Проявления свойств внимания, памяти и мышления и их совершенствование в фехтовании на рапирах, саблях, шпагах.
12. Формирование волевых и личностных качеств и их совершенствование у фехтовальщиков на рапирах, саблях, шпагах.
13. Повышение устойчивости к помехам при применении боевых действий в противоборстве с противником.
14. Средства специальной тренировки в фехтовании.
15. Средства саморегуляции психических процессов и эмоциональных состояний в соревновательной деятельности фехтовальщиков.
16. Педагогический контроль соревновательной деятельности и корректировка методики тренировки фехтовальщиков.
17. Методы технико-тактического совершенствования в тренировке фехтовальщиков на этапах начальной и углубленной специализации.
18. Методы технико-тактического совершенствования в тренировке фехтовальщиков на этапе совершенствования спортивного мастерства.
19. Метод повторения действий в заданных ситуациях.
20. Метод нормирования количества (продолжительности) серий выполняемых действий.
21. Метод сочетания альтернативных действий при специализировании реагирований.
22. Метод произвольного чередования взаимозаменяемых действий.
23. Метод усложнения идеомоторных представлений при выборе и применении действий.
24. Метод самостоятельного выбора и вербальной установки спортсмена на применение действий.
25. Метод моделирования тактических сюжетов с вероятностным составом и последовательностью действий в схватке.
26. Метод моделирования вероятностной последовательности применения действий в отдельном бою.

***Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине
для обучающихся на 4-м курсе***

1. Повышение уровня проявлений психических свойств у фехтовальщиков.

2. Возможные барьеры, препятствующие технико-тактическому совершенствованию, и методы их ликвидации.
3. Двигательные реакции и их совершенствование в фехтовании на рапирах.
4. Двигательные реакции и их совершенствование в фехтовании на саблях.
5. Двигательные реакции и их совершенствование в фехтовании на шпагах.
6. Проявления свойств внимания, памяти и мышления и их совершенствование в фехтовании на рапирах.
7. Проявления свойств внимания, памяти и мышления и их совершенствование в фехтовании на саблях.
8. Проявления свойств внимания, памяти и мышления и их совершенствование в фехтовании на шпагах.
9. Формирование волевых и личностных качеств и их совершенствование у фехтовальщиков на рапирах.
10. Формирование волевых и личностных качеств и их совершенствование у фехтовальщиков на саблях.
11. Формирование волевых и личностных качеств и их совершенствование у фехтовальщиков на шпагах.
12. Повышение устойчивости к помехам при применении боевых действий в противоборстве с противником у фехтовальщиков на рапирах.
13. Повышение устойчивости к помехам при применении боевых действий в противоборстве с противником у фехтовальщиков на саблях.
14. Повышение устойчивости к помехам при применении боевых действий в противоборстве с противником у фехтовальщиков на шпагах.
15. Создание психологической готовности к соревнованиям в фехтовании.
16. Средства специальной тренировки в фехтовании.
17. Средства саморегуляции психических процессов и эмоциональных состояний в соревновательной деятельности фехтовальщиков.
18. Педагогический контроль соревновательной деятельности и коррективная методика тренировки фехтовальщиков.
19. Средства и методы управления поведением спортсменов в тренировках и на соревнованиях.
20. Методы технико-тактического совершенствования в тренировке фехтовальщиков на этапах начальной и углубленной специализации.
21. Методы технико-тактического совершенствования в тренировке фехтовальщиков на этапе совершенствования спортивного мастерства.
22. Содержание технико-тактического совершенствования в фехтовании.
23. Метод повторения действий в заданных ситуациях.
24. Метод нормирования количества (продолжительности) серий выполняемых действий.

25. Метод сочетания альтернативных действий при специализировании реагирований.
26. Метод произвольного чередования взаимозаменяемых действий.
27. Метод усложнения идеомоторных представлений при выборе и применении действий.
28. Метод самостоятельного выбора и вербальной установки спортсмена на применение действий.
29. Метод моделирования тактических сюжетов с вероятностным составом и последовательностью действий в схватке.
30. Метод моделирования вероятностной последовательности применения действий в отдельном бою.
31. Методы технико-тактического совершенствования в тренировке фехтовальщиков на этапе начальной специализации.
32. Методы технико-тактического совершенствования в тренировке фехтовальщиков на этапе углубленной специализации.
33. Методы технико-тактического совершенствования в тренировке фехтовальщиков на этапе совершенствования спортивного мастерства.
34. Объемы, интенсивность и психическая напряженность тренировочной нагрузки квалифицированных фехтовальщиков в годичном цикле подготовки.
35. Оценка уровня тренированности квалифицированных фехтовальщиков.
36. Содержание и методы, используемые тренерами в индивидуальных уроках на этапе начальной специализации с фехтовальщиками на рапирах.
37. Содержание и методы, используемые тренерами в индивидуальных уроках на этапе начальной специализации с фехтовальщиками на саблях.
38. Содержание и методы, используемые тренерами в индивидуальных уроках на этапе начальной специализации с фехтовальщиками на шпагах.
39. Содержание и методы, используемые тренерами в индивидуальных уроках на этапе углубленной специализации с фехтовальщиками на рапирах.
40. Содержание и методы, используемые тренерами в индивидуальных уроках на этапе углубленной специализации с фехтовальщиками на саблях.
41. Содержание и методы, используемые тренерами в индивидуальных уроках на этапе углубленной специализации с фехтовальщиками на шпагах.
42. Содержание и методы, используемые тренерами в индивидуальных уроках на этапе совершенствования спортивного мастерства с фехтовальщиками на рапирах.
43. Содержание и методы, используемые тренерами в индивидуальных уроках на этапе совершенствования спортивного мастерства с фехтовальщиками на саблях.
44. Содержание и методы, используемые тренерами в индивидуальных уроках на этапе совершенствования спортивного мастерства с фехтовальщиками на шпагах.
45. Организационно-методические основы построения подготовки квалифицированных фехтовальщиков.

46. Моделирование требований к подготовленности фехтовальщиков на рапирах.
47. Моделирование требований к подготовленности фехтовальщиков на рапирах.
48. Моделирование требований к подготовленности фехтовальщиков на рапирах.
49. Прогнозирование достижений спортсменов.
50. Отбор спортсменов и комплектование команд по видам фехтования.

Примерная тематика курсовых работ для обучающихся на 4-м курсе

1. Индивидуальный урок как метод тренировки на различных этапах годового цикла подготовки фехтовальщиков.
2. Требования к специализированности профессионально-педагогических навыков и умений тренера по фехтованию.
3. Специализированные характеристики состава двигательных действий тренера по фехтованию (на рапирах, шпагах, саблях).
4. Моделирование ситуаций для тренировки специальных умений и навыков тренера по фехтованию (на рапирах, шпагах, саблях).
5. Техническая тренировка и двигательные возможности в фехтовании (на рапирах, шпагах, саблях).
6. Содержание и направленность тактической тренировки в фехтовании (на рапирах, шпагах, саблях).
7. Тактическая сущность действий, ситуаций и способов их применения в фехтовании (на рапирах, шпагах, саблях).
8. Моделирование типовых ситуаций для выбора и применения действий в фехтовании (на рапирах, шпагах, саблях).

Примерный перечень вопросов к зачету по дисциплине для обучающихся на 5-м курсе

1. Организационно-методические основы построения подготовки фехтовальщиков.
2. Программа для ДЮСШ и ее место в системе подготовки юных фехтовальщиков.
3. Возрастные этапы тренировки фехтовальщиков и динамика объемов (в часах) технико-тактической подготовки.
4. Особенности проведения занятий с юными фехтовальщиками на этапе начальной подготовки.
5. Основы составления годового плана тренировки со спортсменами учебно-тренировочных групп.
6. Прогнозирование достижений спортсменов.
7. Отбор спортсменов и комплектование команд по видам фехтования.

8. Совершенствование оснащенности фехтовальщиков и освоение тактических моделей ведения боя.
9. Методики расширения составов действий и тактических умений.
10. Коррективы в составах действий и тактических моделях ведения боев.
11. Объективные факторы, воздействующие на формирование состава действий и тактику ведения боев.
12. Расширение тактических возможностей для эффективного применения действий.
13. Диагностика спортивных способностей и оценки специальной тренированности.
14. Двигательные качества и индивидуализация тактической подготовки фехтовальщиков.
15. Личностные и психофизиологические свойства в процессе индивидуализация тактической подготовки фехтовальщиков.
16. Специализированные движения тренера в индивидуальном уроке (в видах фехтования).
17. Типовые ошибки в двигательных действиях тренеров, методика их предупреждения и исправления.
18. Двигательные действия тренера в индивидуальном уроке при формировании помехоустойчивости.
19. Точность укола в фехтовании на рапирах и ее составляющие.
20. Методы исследования техники в фехтовании.
21. Методы исследования состава действий, применяемых фехтовальщиком во время соревнований.
22. Создание психологической готовности к соревнованиям.
23. Средства специальной тренировки.
24. Педагогический контроль соревновательной деятельности, технико-тактического совершенствования.
25. Управлением спортсменами во время личных и командных соревнований.
26. Уровень тренированности фехтовальщиков и технологии его оценки.
27. Особенности содержания и проведения индивидуальных уроков со спортсменами на этапе начальной специализации и углубленной тренировки.
28. Характеристика базовых действий в фехтовании на шпагах.
29. Характеристика базовых действий в фехтовании на саблях.
30. Методы преодоления психологических барьеров в процессе подготовки фехтовальщиков к соревнованиям.

***Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине
для обучающихся на 5-м курсе***

1. Методы записи поединков с целью их педагогического анализа.
2. Объем и результативность применяемых действий как основа анализа операционного состава.

3. Индивидуализация технико-тактической подготовки на основе анализа объемов и результативности используемых действий.
4. Специальные методы технико-тактического совершенствования (перечислить).
5. Метод повторения действий в заданных ситуациях.
6. Метод нормирования количества (продолжительности) серий выполняемых действий.
7. Метод сочетания альтернативных действий при специализировании реагирований.
8. Метод произвольного чередования взаимозаменяемых действий.
9. Метод усложнения идеомоторных представлений при выборе и применении действий.
10. Метод самостоятельного выбора и вербальной установки спортсмена на применение действий.
11. Метод моделирования тактических сюжетов с вероятностным составом и последовательностью действий в схватке.
12. Построение годичного цикла в системе подготовки высококвалифицированных фехтовальщиков (общая характеристика).
13. Психическая напряженность специализированных упражнений как основа планирования тренировочной нагрузки.
14. Характеристика соревновательного мезоцикла подготовки фехтовальщиков высокой квалификации.
15. Восстановительный микроцикл в подготовке высококвалифицированных фехтовальщиков.
16. Психологическая подготовленность фехтовальщика и критерии ее оценки.
17. Понятие «ситуативной готовности» при применении действий (преднамеренно, экспромтно).
18. Характеристика преднамеренных действий.
19. Характеристика экспромтных действий.
20. Характеристика преднамеренно-экспромтных действий.
21. Тактические составляющие ведения схваток (дистанция поля боя; время на подготовку укола или удара; инициатива начала схватки).
22. Последовательность обучения отдельному приему (общая характеристика).
23. Средства и методы ознакомления с приемом.
24. Средства и методы разучивания приема.
25. Средства и методы совершенствования приема.
26. Техника фехтования и критерии ее оценки.
27. Критерии оценки тактической подготовленности фехтовальщика (общая характеристика).
28. Тактические знания в подготовке фехтовальщика.
29. Тактические умения в подготовке фехтовальщика.
30. Возрастная динамика освоения тактических умений.

31. Принципы построения тренировки фехтовальщика (общая характеристика).
32. Возрастные этапы подготовки юных фехтовальщиков (общая характеристика).
33. Этап предварительной подготовки юных фехтовальщиков.
34. Этап начальной специализации и его возрастные особенности.
35. Этап углубленной тренировки и его возрастные особенности.
36. Этап спортивного совершенствования и его возрастные особенности.
37. Формы организации учебно-тренировочного процесса.
38. Формы проведения упражнений в учебно-тренировочном занятии (общая характеристика).
39. Разновидности и содержание упражнений с партнером.
40. Индивидуальный урок в системе технико-тактической подготовки (общая характеристика).
41. Тренерская техника при проведении индивидуального урока.
42. Индивидуальный урок технической направленности.
43. Индивидуальный урок тактической направленности.
44. Специфические методы тренировки в фехтовании.
45. Техника и тактика в фехтовании: взаимосвязь и взаимовлияние.
46. Подготавливающие действия и использование их в поединке.
47. Современная система проведения соревнований по фехтованию (отборочный тур, прямое выбывание).
48. Показательные выступления по фехтованию и методы их организации.
49. Сценическое фехтование, его особенности и своеобразие.
50. Техника безопасности при проведении тренировочных занятий и соревнований.
51. Психофизиологические свойства фехтовальщика и их учет в процессе тренировки и индивидуализации подготовки (общая характеристика).
52. Свойства внимания и их проявление в поединке.
53. Разновидности двигательных реакций в структуре ведения поединков.
54. Двигательные качества и возрастная динамика их проявления в поединках фехтовальщиков.
55. Особенности отбора в детские секции фехтования.
56. Средства и методы восстановления в фехтовании.
57. Характеристика педагогических средств восстановления.
58. Характеристика гигиенических средств восстановления.
59. Умения и навыки тренера при проведении индивидуального урока.
60. Содержание и последовательность действий арбитра.

Примерная тематика выпускных квалификационных работ

1. Методы технико-тактического совершенствования в тренировке квалифицированных фехтовальщиков на рапирах (шпагах, саблях).

2. Показатели скоростно-силовой подготовленности у фехтовальщиков на различных этапах тренировки (начальной специализации, углубленной тренировки, спортивного совершенствования).
3. Дистанционные характеристики нанесения укола при реализации боевых действий в фехтовании на рапирах (шпагах).
4. Дистанционные характеристики нанесения удара при реализации боевых действий в фехтовании на саблях.
5. Двигательные качества фехтовальщиков, определяющие успешность соревновательной деятельности.
6. Двигательные реакции, обеспечивающие эффективность боевых действий в фехтовании на рапирах (шпагах, саблях).
7. Свойства личности и их отражение в тактике ведения поединков у фехтовальщиков на рапирах (шпагах, саблях).
8. Техничко-тактические характеристики разновидностей атак и противодействий атакам в соревновательных поединках фехтовальщиков на рапирах (шпагах, саблях).
9. Возрастная динамика показателей применения боевых действий по этапам многолетней подготовки фехтовальщиков на рапирах (шпагах, саблях).
10. Применение метода круговой тренировки для совершенствования специальной физической подготовки квалифицированных фехтовальщиков.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Теория и методика ИВС (фехтования)»

а) Основная литература:

1. Фехтование: Учебник для институтов физической культуры / Под общ.ред. В.А.Аркадьева. – М.: Физкультура и спорт, 1959. – 482 с.
2. Фехтование: Учебник для институтов физической культуры / Под общ.ред. К.Т.Булочко – М.: Физкультура и спорт, 1967. – 427 с.
3. Фехтование: Учебник для институтов физической культуры / Под общ.ред. Д.А.Тышлера. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 331 с.
4. Спортивное фехтование: Учебник для вузов физической культуры / Под общ.ред. Д.А.Тышлера – М.: Изд. ФОН, 1997. – 385 с.
5. Фехтование. XXI век. Техника. Тактика. Психология. Управление тренировкой / Составитель и общий редактор Д.А. Тышлер. – М.: Человек, 2014. – 232 с.

б) Дополнительная литература:

1. Аркадьев В.А., Хозиков Ю.Т. Фехтование. Индивидуальный урок. – М.: Советская Россия, 1962. -
2. Аркадьев В.А. Тактика в фехтовании. – М.: Физкультура и спорт, 1969. – 181 с.
3. Келлер В.С. Деятельность спортсменов в вариативных конфликтных ситуациях. – Киев: Здоров'я, 1977. – 181 с.
4. Келлер В.С., Тышлер Д.А. Тренировка фехтовальщиков. – М.: Физкультура и спорт, 1972. – 182 с.
5. Мидлер М.П., Тышлер Д.А. Тренировка в фехтовании на рапирах. – М.: Физкультура и спорт, 1966. – 195 с.
6. Мидлер М.П., Тышлер Д.А. Психологическая подготовка фехтовальщиков. – М.: Физкультура и спорт, 1969. – 127 с.
7. Мовшович А.Д. Фехтование на шпагах. Научные данные и спортивная тренировка. – М.: Академический Проект, 2008. – 119 с.
8. Мовшович А.Д. Тренировка юных фехтовальщиков : монография. – М.: Физическая культура, 2013. – 114 с.
9. Пономарев А.Н. Парные упражнения в подготовке фехтовальщика. – М.: Физкультура и спорт, 1968. – 102 с.
10. Пономарев А.Н. Фехтование: от новичка до мастера. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 144 с.
11. Правила организации и проведения соревнований по спортивному фехтованию Российской федерации / Под общей редакцией А.И. Павлова. – М., 2007. – 128 с.
12. Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта «Фехтование» / Под общей редакцией А.Д. Мовшовича. – М., 2016. – 252 с.

13. Смоляков Ю.Т., Тышлер Д.А. Фехтование на шпагах (Соревновательная деятельность и методика технико-тактического совершенствования). – Минск: Вышэйшая школа, 1985. – 160 с.

14. Тышлер Г.Д., Бычков Ю.М., Тышлер Д.А. Тренировка чемпиона. – М.: «Терра-Спорт», 2006. – 231 с.

15. Тышлер Д.А. Фехтование на саблях (Соревновательная деятельность, спортивные способности и специализированные умения). – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 127 с.

16. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д. Физическая подготовка юных фехтовальщиков. – М.: Советский спорт, 1996. – 74 с.

17. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д., Тышлер Г.Д. Многолетняя тренировка юных фехтовальщиков: Учебное пособие. – М.: Деловая лига, 2001. – 254 с.

18. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д. Двигательная подготовка фехтовальщиков: Учебно-методическое пособие. – М.: Академический Проект, 2008. – 153 с.

19. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование. От новичка до чемпиона. – М.: Академический Проект, 2007. – 232 с.

20. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование на саблях. Техника. Тактика. Обучение. Тренировка. – М.: Академический проект, 2007. – 180 с.

21. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование. Начальное обучение. Техничко-тактические приоритеты. Методики и упражнения. – М.: Академический Проект, 2010. – 133 с.

22. Тышлер Д.А., Рыжкова Л.Г. Фехтование. Техничко-тактическая и функциональная тренировка: методическое пособие. – М.: Академический Проект, 2010. – 183 с.

23. Фехтование: Правила соревнований. – М.: Терра-Спорт, 1999. – 160 с.

24. Фехтование: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР. – М.: Советский спорт, 2004. – 144 с.

25. Фехтование: Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта для реализации в организациях дополнительного образования в группах спортивно-оздоровительного этапа подготовки. – М.: Человек, 2015. – 56 с.

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

<http://rusfencing.ru> – Федерация фехтования России

<http://fencingfuture.org/> – Международный благотворительный фонд «За будущее фехтования»

<http://www.fie.ch/> – Международная федерация фехтования

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

– программное обеспечение дисциплины:

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения общетехнологических задач. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796.
Прикладные программные средства		
2.	Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro <i>-Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook</i>	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности Университета. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796 в составе: <i>Редактор текстовый, Редактор табличный, Редактор деловой графики и презентаций Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i>
3.	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
6.	Microsoft Office Access	Система управления базой данных. Устанавливается по мере необходимости использования в образовательном процессе.
7.	Microsoft Visio	Система обработки деловой графики, организационных схем. Устанавливается по мере необходимости.
8.	Microsoft Project	Система управления проектами работ. Устанавливается по мере необходимости.

–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

Тренажер Тышлера

Тренажер Тышлера («ТТ») имеет 8 различных режимов работы (программ тренировки), для которых может быть создано бесконечное

количество упражнений в дополнение к тем, что представлены в настоящем пособии.

Прибор запрограммирован на воспроизведение непредсказуемой последовательности звуковых сигналов для тренировки простых двигательных реакций. В результате многолетних наблюдений выявлено точное соотношение между последовательностью сигналов для тренировки реакций выбора (выбор из двух возможных действий), реакций переключения (от заданного действия к другому действию), предвосхищения дистанции, тренировки передвижений и др.

Реагирование на звуковые сигналы поможет овладеть ритмическими основами выполнения технически сложных движений, как в гимнастике, прыжках вводу, фигурном катании.

Известно, что для того, чтобы добиться результатов в современном спорте, необходимо тренироваться 5-6 раз в неделю и даже несколько раз в день. Это не позволяет совмещать спорт, работу и личную жизнь. Решить такую проблему теперь поможет «ТТ», ведь он моделирует индивидуальный урок с тренером и даже фехтовальный поединок, облегчает тренировку передвижений. Повторение часто используемых и наиболее эффективных приемов, применяемых в бою или фехтовальном уроке, помогает спортсменам совершенствовать технику их выполнения, скорость, точность, правильные реагирования и принятие решений на много быстрее, чем приходится в течение боя.

Фехтовальный тренажер ФТ-1

Фехтовальный тренажер ФТ-1 (в дальнейшем тренажер) предназначен для повышения эффективности тренировок и оказания помощи тренеру по оценке текущего состояния одного или двух спортсменов в двух видах оружия: рапира и шпага.

Тренажер имеет большое количество настроек для создания оптимального режима тренировки. Настройка тренажера производится тренером или спортсменом вручную перед тренировочным циклом (в дальнейшем ТЦ).

ТЦ начинается сразу после нажатия кнопки «Старт». С этого момента тренажер в автоматическом режиме задает темп и объем тренировочного цикла, порядок действий спортсмена, а также получение, обработку и отображение различной числовой информации, включающей в себя, в том числе, время реакции и точность попадания в цель.

Тренажер поддерживает виды фехтования: на рапирах и шпагах.

Вид оружия определяется автоматически во время остановленной тренировки.

Тренажер оснащен десятью стационарными датчиками и одним переносным. Стационарные датчики разбиты на три группы: фронтальные (6 штук), левые боковые (2 штуки) и правые боковые (2 штуки). В каждой тренировке работает только две группы датчиков. В зависимости от стойки, которая может быть изменена при помощи кнопки «стойка» на пульте дистанционного управления, возможны только два варианта группировки датчиков:

- при левосторонней стойке задействованы фронтальные и левые боковые датчики;

- при правосторонней стойке задействованы фронтальные и правые боковые датчики.

Тренажер поддерживает четыре вида переключения стационарных датчиков:

- простой (всегда выбирается один датчик);

- змейка (в каждой попытке выбирается новый датчик в порядке возрастания номеров);

- случайный (в каждой попытке выбирается новый датчик в случайном порядке);

- смешанный (выполняется поочередно по 10 попыток режимы простой, змейка и случайный). В простом режиме можно выбрать необходимый датчик последовательным нажатием на кнопку «режим» пульта дистанционного управления.

Тренажер может находиться в одном из трех режимов:

- «автономный» (к тренажеру не подключен кабель связи с другим тренажером);

- «ведущий» (к тренажеру подключен кабель связи разъемом с надписью «ведущий»);

- «ведомый» (к тренажеру подключен кабель связи разъемом с надписью «ведомый»).

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Оборудование для проведения занятий

Учебная аудитория (246) для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской. Аудитория оснащена мультимедийным специализированным оборудованием, которое включает проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант».

Материально-техническое обеспечение для проведения занятий по дисциплине также включает:

- Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.
- Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.
- Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.
- Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.
- Сканер EPSON 2480 – 2005 г.
- Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.
- Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.
- Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.
- Плеер DVD BVK – 2007 г.
- Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.
- Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.
- Монитор сердечного ритма Polar S-610.

Специализированный фехтовальный зал (231) для проведения учебно-методических занятий, учебной и боевой практики со студентами. Зал оснащен мишенями, зеркалами и манекенами. В зале расчерчены фехтовальные дорожки для проведения тренировочных и соревновательных боев.

Для проведения занятий используется спортивный инвентарь:

- Учебные и электрофицированные рапиры, сабли и шпаги.
- Фехтовальная экипировка: костюмы, маски, перчатки, шнуры, электрофицированные куртки.
- Аппараты-электрофиксаторы уколов.
- Подводящие электрокабели.
- Катушки-сматыватели.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «**Теория и методика избранного вида спорта (фехтования)**» для обучающихся института **Спорта и физического воспитания 1 курса**, направления подготовки **49.03.01 – «Физическая культура»**, профилю «**Спортивная подготовка в избранном виде спорта**» **заочной формы обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины: 1, 2 семестры

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	Посещение занятий		15
2	Выступление на семинаре по теме «Исторические предпосылки формирования отечественной теории и методики фехтования»		5
3	Выступление на семинаре по теме «Техника и тактика спортивного фехтования и критерии их оценки»		5
4	Выступление на семинаре по теме «Функциональные составляющие боевых действий»		5
5	Выступление на семинаре по теме «Воспитательная работа тренера по формированию качеств личности и моральных принципов честной борьбы»		5
6	Проведение комплексов упражнений, направленных на обучение и совершенствование техники передвижений в фехтовании		5
7	Проведение комплексов упражнений, направленных на обучение и совершенствование тактических взаимодействий с партнером		5
8	Проведение комплексов упражнений, направленных на совершенствование техники передвижений и движений клинком, выполняемых фехтовальщиком с уколом в мишень		5

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

9	<i>Написание и защита реферата по истории фехтования</i>		15
10	<i>Написание реферата по анализу достижений российских и зарубежных спортсменов в видах фехтования</i>		15
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

2 СЕМЕСТР

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>		15
2	<i>Выступление на семинаре по теме «Особенности организации и проведения групповых тренировочных занятий и соревнований по фехтованию с начинающими спортсменами»</i>		5
3	<i>Выступление на семинаре по теме «Объективные условия соревновательной деятельности в фехтовании»</i>		5
4	<i>Выступление на семинаре по теме «Ловкость и гибкость как компоненты технической подготовленности»</i>		5
5	<i>Проведение комплексов упражнений, направленных на совершенствование скоростно-силовой подготовки фехтовальщиков</i>		5
6	<i>Проведение комплексов упражнений, направленных на совершенствование специальной выносливости фехтовальщиков</i>		5
7	<i>Написание и защита реферата по двигательной тренировке фехтовальщиков</i>		15
8	<i>Написание и защита реферата по особенностям занятий спортивным фехтованием с различным контингентом</i>		15
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом

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

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

Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «**Теория и методика избранного вида спорта (фехтования)**» для обучающихся института **Спорта и физического воспитания 2 курса**, направления подготовки **49.03.01 – «Физическая культура»**, профилю «**Спортивная подготовка в избранном виде спорта**» **заочной формы обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины: 3, 4 семестры

Форма промежуточной аттестации: зачёт, 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 (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>		15
2	<i>Выступление на семинаре по теме «Правила проведения соревнований по спортивному фехтованию»</i>		5
3	<i>Выступление на семинаре по теме «Актуальные проблемы развития фехтования в России»</i>		5
4	<i>Выступление на семинаре по теме «Упражнения с партнером – как основанная форма обучения технике и тактике юных фехтовальщиков»</i>		5
5	<i>Выступление на семинаре по теме «Последовательность освоения типовых боевых действий и формирования специальных тактических умений»</i>		5
6	<i>Проведение комплексов упражнений в парах, направленных на обучение и совершенствование техники передвижений в фехтовании на рапирах</i>		5
7	<i>Проведение комплексов упражнений в подготовительной части тренировочного занятия для фехтовальщиков на различных этапах подготовки</i>		5
8	<i>Проведение комплексов упражнений в основной части тренировочного занятия для фехтовальщиков на различных этапах подготовки</i>		5
9	<i>Написание и защита реферата по теме «Специальные методы тренировки фехтовальщиков»</i>		15
10	<i>Написание реферата по теме «Технико-тактические приоритеты при обучении в видах фехтования»</i>		15
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

4 СЕМЕСТР

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>		15
2	<i>Выступление на семинаре по теме «Умения, основанные на проявлениях двигательных реакций в боях на рапирах»</i>		5
3	<i>Выступление на семинаре по теме «Двигательные действия тренера в индивидуальном уроке фехтования и методика предупреждения ошибок»</i>		5
4	<i>Выступление на семинаре по теме «Умения, основанные на проявлениях двигательных реакций в боях на шпагах»</i>		5
5	<i>Проведение комплексов упражнений в индивидуальном уроке, направленных на совершенствование боевых действий, у фехтовальщиков на рапирах</i>		5
6	<i>Проведение комплексов упражнений в индивидуальном уроке, направленных на совершенствование боевых действий, у фехтовальщиков на шпагах</i>		5
7	<i>Написание и защита реферата по теме «Содержание, направленность и организационно-методические компоненты специализированной деятельности тренера по фехтованию»</i>		15
8	<i>Написание и защита реферата по теме «Профессионально-педагогические навыки и умения тренера по фехтованию в индивидуальном уроке»</i>		15
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом

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

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

Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «**Теория и методика избранного вида спорта (фехтования)**» для обучающихся института **Спорта и физического воспитания 3 курса**, направления подготовки **49.03.01 – «Физическая культура»**, профилю «**Спортивная подготовка в избранном виде спорта**» **заочной формы обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины: 5, 6 семестры

Форма промежуточной аттестации: зачёт, 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 (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>		15
2	<i>Выступление на семинаре по теме «Содержание и направленность психологической подготовки в фехтовании»</i>		5
3	<i>Выступление на семинаре по теме «Методы технико-тактического совершенствования»</i>		5
4	<i>Выступление на семинаре по теме «Современные технологии оценки и анализа эффективности действий в тренировках и на соревнованиях»</i>		5
5	<i>Проведение комплексов упражнений в парах с использованием метода произвольного чередования взаимозаменяемых действий в заданных ситуациях</i>		5
6	<i>Проведение комплексов упражнений в парах с использованием метода моделирования комбинаций с вероятностным составом и последовательностью действий в схватке</i>		5
7	<i>Написание и защита реферата по теме «Психологические характеристики спортивного фехтования и психофизиологические свойства квалифицированных фехтовальщиков»</i>		15
8	<i>Написание и защита реферата по теме «Принципы построения тренировки квалифицированных фехтовальщиков»</i>		15
9	<i>Ознакомление с современными технологиями оценки и анализа эффективности действий в тренировках и на соревнованиях</i>		10

	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

6 СЕМЕСТР

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>		15
2	<i>Выступление на семинаре по теме «Методика обучения приемам и действиям в фехтовании на саблях»</i>		5
3	<i>Выступление на семинаре по теме «Умения, основанные на проявлениях двигательных реакций в боях на саблях»</i>		5
4	<i>Выступление на семинаре по теме «Специализированные движения тренера и их моделирование в индивидуальном уроке (в видах фехтования)»</i>		5
5	<i>Подготовка конспектов и проведение индивидуальных уроков со спортсменами на этапе начальной специализации</i>		5
6	<i>Подготовка конспектов и проведение индивидуальных уроков со спортсменами на этапе углубленной специализации</i>		5
7	<i>Формулировка темы выбранной ВКР, обоснование актуальности, цели, задач и методов исследования</i>		15
8	<i>Изложение и анализ литературных источников по избранной теме ВКР в изданиях по фехтованию и смежных дисциплинах</i>		15
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом

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

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

Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (фехтования)» для обучающихся института **Спорта и физического воспитания 4 курса**, направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» **заочной формы обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины: 7, 8 семестры

Форма промежуточной аттестации: зачёт, 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 (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>		15
2	<i>Выступление на семинаре по теме «Совершенствование двигательных реакций, проявлений свойств внимания, памяти, мышления, волевых и личностных качеств у фехтовальщиков»</i>		5
3	<i>Выступление на семинаре по теме «Повышение устойчивости к помехам при применении боевых действий в противоборстве с противником»</i>		5
4	<i>Выступление на семинаре по теме «Педагогические ориентиры на достижение спортивного мастерства в тренировке и соревновательной практике квалифицированных фехтовальщиков»</i>		5
5	<i>Проведение комплексов упражнений в парах, направленных на совершенствование умений, основанных на проявлениях двигательных реакций у спортсменов в видах фехтования</i>		5
6	<i>Проведение комплексов упражнений в парах, направленных на совершенствование умений, основанных на проявлениях свойств внимания, памяти и мышления у спортсменов в видах фехтования</i>		5
7	<i>Написание и защита реферата по теме «Повышение уровня проявлений психических свойств у спортсменов»</i>		10
8	<i>Обоснование организации исследования по теме избранной ВКР. Описать методики исследования</i>		15
9	<i>Подготовка доклада о проведенном исследовании с математической обработкой полученных результатов</i>		15

	<i>Зачёт</i>		20
	ИТОГО		100 баллов

8 СЕМЕСТР

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>		15
2	<i>Выступление на семинаре по теме «Построение функциональной тренировки»</i>		5
3	<i>Выступление на семинаре по теме «Уровень тренированности фехтовальщиков и технологии его оценки»</i>		5
4	<i>Выступление на семинаре по теме «Прогнозирование достижений спортсменов»</i>		5
5	<i>Подготовка конспектов и проведение индивидуальных уроков со спортсменами на этапе начальной специализации</i>		5
6	<i>Подготовка конспектов и проведение индивидуальных уроков со спортсменами на этапе углубленной специализации</i>		5
7	<i>Написание и защита реферата по теме «Отбор спортсменов и комплектование команд по видам фехтования»</i>		15
8	<i>Подготовка курсовой работы с анализом результатов исследований</i>		15
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом

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

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

Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (фехтования)» для обучающихся института **Спорта и физического воспитания 5 курса**, направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» **заочной формы обучения**

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины: 9, 10 семестры

Форма промежуточной аттестации: зачёт, экзамен

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

9 СЕМЕСТР

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>		15
2	<i>Выступление на семинаре по теме «Методики расширения состава действий и тактических умений»</i>		5
3	<i>Выступление на семинаре по теме «Диагностика спортивных способностей и оценки специальной тренированности»</i>		5
4	<i>Выступление на семинаре по теме «Двигательные и психические качества в структуре технико-тактического совершенствования»</i>		5
5	<i>Проведение индивидуальных уроков с упражнениями, направленными на совершенствование умений, основанных на проявлениях двигательных реакций у спортсменов в видах фехтования</i>		5
6	<i>Проведение индивидуальных уроков с упражнениями, направленными на совершенствование умений, основанных на проявлениях свойств внимания, памяти и мышления у спортсменов в видах фехтования</i>		5
7	<i>Написание и защита реферата по теме «Объективные факторы, воздействующие на формирование состава действий и тактику ведения боя»</i>		10
8	<i>Подготовка ВКР к предварительному рецензированию на кафедре</i>		15
9	<i>Подготовка доклада для предварительной апробации ВКР</i>		15
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

10 СЕМЕСТР

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>		15
2	<i>Выступление на семинаре по теме «Определение уровня освоения специальных умений»</i>		5
3	<i>Выступление на семинаре по теме «Общий уровень (состояние) специальной тренированности»</i>		5
4	<i>Выступление на семинаре по теме «Планирование тренировочной нагрузки в годичном цикле подготовки фехтовальщиков»</i>		5
5	<i>Организация и проведение тренировочных боев с различными установками для спортсменов на этапе начальной специализации</i>		5
6	<i>Организация и проведение тренировочных боев с различными установками для спортсменов на этапе углубленной специализации</i>		5
7	<i>Написание и защита реферата по теме «Содержание и чередование микроциклов на различных этапах подготовки»</i>		15
8	<i>Подготовка к презентации и предварительная защита ВКР с анализом результатов исследований</i>		15
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом

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

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

Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.

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



Институт Спорта и физического воспитания

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

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.Б.20 ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА
(ФЕХТОВАНИЯ)»**

(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

1. Общая трудоемкость дисциплины составляет – **47 зачетных единиц, 1692 академических часа** (экзамены – 45 часов, аудиторных занятий – 188 часов, самостоятельная работа – 1459 часов).

2. Семестры освоения дисциплины: *1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 семестры.*

3. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (ИВС)» по профилю подготовки бакалавра по фехтованию, в соответствии с общими целями основной образовательной программы высшего профессионального образования, является:

- изучение теоретических и методических основ тренировки фехтовальщиков, совершенствование специальных знаний, умений и профессионально-педагогических навыков проведения занятий по всем звеньям физкультурно-спортивного движения с различным контингентом занимающихся, навыков практического воздействия на подготовку спортсменов различного возраста, пола и квалификации, с учетом их индивидуальных особенностей.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

В результате освоения дисциплины «Теория и методика ИВС (фехтования)» у выпускника должны быть сформированы общепрофессиональные и профессиональные компетенции.

Выпускник, освоивший программу дисциплины, 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);

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

– способностью организовывать и проводить соревнования, 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 дисциплины, должен обладать профессиональными компетенциями (ПК), соответствующими виду

профессиональной деятельности, на который 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);

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

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

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

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

организационно-управленческая деятельность:

– способностью 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).

5. Краткое содержание дисциплины «Теория и методика ИВС (фехтования)»

Заочная форма обучения

№	Разделы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) *				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ		1					
1	Основы теории фехтования			4	66		
2	Основы техники и тактики фехтования		2	2	48		
3	Пропаганда спортивного фехтования как вида олимпийской программы и ориентация к занятиям			2	65		
Итого за семестр			2	8	181		
Промежуточная аттестация					3		Зачет
		2					
4	Организационно-педагогические требования к проведению занятий по фехтованию		2	4	18		
5	Систематика приемов и действий фехтовальщика		2	2	24		
6	Двигательная тренировка фехтовальщиков			8	30		
Итого за семестр			4	14	72		
Промежуточная аттестация					27	9	Экзамен
ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ		3					
7	Проведение группового занятия и соревнований по фехтованию		2	6	32		
8	Особенности занятий спортивным фехтованием с различным контингентом				30		
9	Развитие фехтования, систем ведения спортивного боя и их влияние на личность тренируемых			4	34		
10	Методика тренировки фехтовальщиков		2	6	43		

	Итого за семестр		4	16	139		
	Промежуточная аттестация				3		Зачет
		4					
11	Фехтование на рапирах			4	50		
12	Контроль нагрузок на занятиях фехтованием		2	2	16		
13	Индивидуальный урок как метод тренировки фехтовальщиков			6	30		
14	Фехтование на шпагах			4	48		
	Итого за семестр		2	16	144		
	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
	ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ	5					
15	Организация и обеспечение тренировочных занятий и соревнований по фехтованию			4	32		
16	Психологическая направленность тренировки фехтовальщика		2	4	32		
17	Методика совершенствования техники и тактики у фехтовальщиков			4	44		
18	Основы научно-исследовательской деятельности в вузе			4	33		
	Итого за семестр		2	16	141		
	Промежуточная аттестация				3		Зачет
		6					
19	Фехтование на саблях		2	6	32		
20	Методика проведения индивидуального урока в видах фехтования		2	4	15		
21	Тематика, содержание и организация НИР студентов			4	28		
	Итого за семестр		4	14	72		
	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
	ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ	7					
22	Психофизиологические составляющие подготовленности фехтовальщиков		2	8	60		
23	Управление подготовкой квалифицированных спортсменов			4	60		
24	Организация и проведение исследований в рамках ВКР			2	41		
	Итого за семестр		2	14	161		
	Промежуточная аттестация				3		Зачет
		8					
25	Структура и направленность тренировки фехтовальщиков		2	6	40		
26	Планирование и проведение индивидуальных уроков со спортсменами различной			4	20		

	квалификации в видах фехтования						
27	Построение подготовки квалифицированных спортсменов		2	6	33		
	Оформление курсовой работы с анализом результатов исследования				31		Курсовая работа
	Итого за семестр		4	16	124		
	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
	ПЯТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ	9					
28	Универсализация и индивидуализация технико-тактической подготовленности		2	8	64		
29	Возрастная динамика технико-тактического совершенствования		2	2	32		
30	Специальные умения фехтовальщиков			4	24		
31	Подготовка и оформление ВКР			4	35		
	Итого за семестр		4	18	155		
	Промежуточная аттестация				3		Зачет
		10					
32	Педагогический контроль эффективности тренировок и соревнований		2	10	30		
33	Уровень тренированности фехтовальщика и технологии его оценки		2	4	24		
34	Управление деятельностью фехтовальщиков в тренировках и соревнованиях			6	18		
35	Планирование подготовки спортсменов			4	20		
36	Апробация ВКР				28		
	Итого за семестр		4	20	120		
	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
	Всего часов:		32	156	1459	45	

* Виды учебной работы: занятия лекционного типа проводятся в виде лекций с презентацией материала по изучаемой теме; практические занятия проводятся в виде семинаров, учебно-методических занятий, учебной практики.

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



Институт Спорта и физического воспитания

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**«Б1.Б.20 ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА
(ФЕХТОВАНИЯ)»**

(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

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

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост.боевых искусств
(наименование)
Протокол № 29 от «19» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост.боевых искусств
(наименование)
Протокол № _____ от «_____» _____ 20____ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост.боевых искусств
(наименование)
Протокол № _____ от «_____» _____ 20____ г.

Составители:

Рыжкова Лариса Геннадьевна, доктор педагогических наук, доцент,
профессор кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья,
восточных боевых искусств РГУФКСМиТ;

Мовшович Алек Давыдович, доктор педагогических наук, профессор,
профессор кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья,
восточных боевых искусств РГУФКСМиТ.

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (фехтования)»

Целью освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (ИВС)» по профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта», в соответствии с общими целями основной образовательной программы (ООП) высшего образования, является:

- изучение теоретических и методических основ спортивной тренировки фехтовальщиков, освоение специальных знаний, умений и профессионально-педагогических навыков проведения занятий во всех звеньях физкультурно-спортивного движения с занимающимися различного возраста, пола и квалификации, с учетом их индивидуальных особенностей.

Освоение дисциплины направлено на:

- развитие творческого мышления студентов, навыков самостоятельного ведения научных исследований в области теории и методики спортивного фехтования;

- развитие умений самостоятельно повышать уровень знаний, изучать и анализировать отечественную и зарубежную научно-методическую литературу по фехтованию.

2. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Теория и методика ИВС (фехтования)» по профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» предусмотрена основной образовательной программой (ООП) в рамках изучения базовой (обязательной) части Профессионального блока учебного цикла (Б1.Б.20).

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

- гуманитарного, социального и экономического;

- математического и естественно-научного.

Интеграция знаний учебной дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (фехтования)» и дисциплин основной образовательной программы (ООП) бакалавриата в профессиональной подготовке будущих специалистов включает различные уровни освоения посредством логической и содержательно-методической взаимосвязи с другими частями ООП.

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения и готовности, предъявляемые к поступающим абитуриентам, а именно: история развития фехтования в России; сильнейшие фехтовальщики России и мира; правила соревнований по видам фехтования; основы техники и тактики в избранном виде фехтования; уровень двигательной подготовленности.

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

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

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

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
«Теория и методика ИВС (фехтования)»,
соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-3	<i>Знать:</i>	2		
	<ul style="list-style-type: none"> – Систематику приемов и действий фехтовальщика – Структуру проведения группового занятия по фехтованию – Правила проведения соревнований по спортивному фехтованию – Требования Стандарта спортивной подготовки по фехтованию 			
	<i>Уметь:</i>	2		
	<ul style="list-style-type: none"> – Учитывать объективные условия соревновательной деятельности в фехтовании – Анализировать действия фехтовальщиков в боях на соревнованиях – Пользоваться терминологическим аппаратом для проведения тренировочных занятий и на соревнованиях – Соблюдать требования к оружию и экипировке спортсменов 			
	<i>Знать:</i>	4		
	<ul style="list-style-type: none"> – Методику тренировки фехтовальщиков – Техничко-тактические приоритеты при обучении в видах фехтования – Последовательность освоения типовых действий и тактических умений 			
	<i>Уметь:</i>	4		
	<ul style="list-style-type: none"> – Проводить занятия, используя различные формы организации – Проводить упражнения с партнером – Соблюдать последовательность освоения типовых боевых действий и тактических умений 			
	<i>Знать:</i>	6		
	<ul style="list-style-type: none"> – Особенности структуры и направленность тренировки фехтовальщиков – Содержание технико-тактического совершенствования фехтовальщиков 			

	– Особенности функциональной тренировки фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	6		
	– Структурировать тренировку с учетом объемов, интенсивности и психической напряженности видов специализированной деятельности – Оценивать уровень тренированности фехтовальщиков			
	<i>Владеть:</i>	6		
	– Навыками подготовки и проведения тренировочных занятий с фехтовальщиками, с учетом особенностей контингента занимающихся, на основе требований Стандарта спортивной подготовки			
ОПК-6	<i>Знать:</i>	1		
	– Средства фехтования для проведения занятий оздоровительной направленности – Способы проведения занятий по фехтованию для пропаганды и привлечения занимающихся к здоровому образу жизни			
	<i>Уметь:</i>	1		
	– Использовать средства фехтования для формирования навыков здорового образа жизни – Проводить показательные выступления для привлечения населения к регулярным занятиям оздоровительной направленности			
	<i>Знать:</i>	2		
	– Особенности проявления скоростно-силовых качеств в фехтовании – Особенности проявления ловкости и гибкости в фехтовании – Особенности воспитания двигательных качеств в занятиях оздоровительной направленности			
	<i>Уметь:</i>	2		
	– Проводить занятия с направленностью на развитие скоростно-силовых возможностей – Проводить занятия с направленностью на развитие ловкости и гибкости – Проводить занятия рекреационной и оздоровительной направленности с использованием элементов фехтования			
	<i>Владеть:</i>	2		
	– Навыками подбора упражнений и проведения занятий по развитию двигательных качеств, необходимых для рекреации и оздоровления занимающихся			
ОПК-8	<i>Знать:</i>	2		
	– Правила проведения соревнований по спортивному фехтованию – Особенности проведения боя в предварительном туре и туре прямого выбывания			
	<i>Уметь:</i>	2		
	– Организовывать и проводить соревнования различного			

	уровня – Осуществлять объективное судейство соревнований			
	<i>Знать:</i>	4		
	– Документы по организации и проведению соревнований – Особенности организации и проведения соревнований различного уровня – Содержание и последовательность команд и решений арбитра			
	<i>Уметь:</i>	4		
	– Готовить документы по организации и проведению соревнований, составлять Положение о соревновании – Правильно определять инициативу в действиях спортсменов при судействе соревновательных боев			
	<i>Владеть:</i>	4		
	– Навыками подготовки и проведения соревнований			
ОПК-11	<i>Знать:</i>	4		
	– Современные технологии оценки и анализа эффективности действий фехтовальщиков в соревнованиях – Методы исследования соревновательной деятельности в фехтовании			
	<i>Уметь:</i>	4		
	– Правильно оценивать эффективность действий фехтовальщиков в соревновательных боях – Использовать различные методы исследования соревновательной деятельности у фехтовальщиков			
	<i>Знать:</i>	5		
	– Проблемы и направленность исследований техники, тактики, методики тренировки фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	5		
	– Применять апробированные методики по оценке техники и тактики фехтовальщиков – Корректировать методику тренировки фехтовальщика с учетом выявленных недостатков в технике и тактике			
	<i>Владеть:</i>	5		
	– Навыками оценки полученных данных для корректировки содержания тренировочных занятий			
ПК-8	<i>Знать:</i>	1		
	– Истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки – Санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта			
	<i>Уметь:</i>	1		
	– Использовать на занятиях по спортивному фехтованию знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки – Соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта			

	<i>Знать:</i>	5		
	– Психологические и медико-биологические основы подготовки квалифицированных фехтовальщиков – Принципы построения тренировки и методические приемы выполнения упражнений – Методы технико-тактического совершенствования фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	5		
	– Использовать на занятиях по спортивному фехтованию знания о психологической и медико-биологической составляющих подготовки спортсмена – Применять методы технико-тактического совершенствования в тренировке фехтовальщиков			
	<i>Владеть:</i>	5		
	– Методическими приемами выполнения фехтовальщиками тренировочных заданий – Навыками моделировать условия и ситуации для подготовки и применения действий в индивидуальном уроке			
ПК-9	<i>Знать:</i>	1		
	– Мотивационные механизмы стимуляции к занятиям фехтованием – Методы воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции			
	<i>Уметь:</i>	1		
	– Стимулировать к занятиям фехтованием – Использовать средства и методы воспитания принципов честной спортивной конкуренции			
	<i>Знать:</i>	3		
	– Методы формирования личности занимающихся спортивным фехтованием – Педагогические установки в обучении фехтованию, влияющие на успешность спортсмена			
	<i>Уметь:</i>	3		
	– Использовать методы формирования личности у занимающихся спортивным фехтованием – Применять педагогические установки в обучении занимающихся для формирования у них морально-волевых качеств			
	<i>Владеть:</i>	3		
	– Навыками применения методов формирования личности у занимающихся спортивным фехтованием – Навыками практического применения педагогических установок в обучении занимающихся для формирования у них морально-волевых качеств			
ПК-10	<i>Знать:</i>	6		
	– Психофизиологические составляющие подготовленности фехтовальщиков – Средства и методы управления подготовкой квалифицированных спортсменов			

	<i>Уметь:</i>	6		
	– Использовать способы повышения уровня проявлений психических способностей у фехтовальщиков – Использовать методы совершенствования двигательных реакций, проявления свойств внимания, памяти, мышления, волевых и личностных качеств			
	<i>Знать:</i>	7		
	– Средства специальной тренировки в фехтовании – Средства саморегуляции психических процессов и эмоциональных состояний – Способы управления технико-тактической деятельностью фехтовальщиков в соревнованиях			
	<i>Уметь:</i>	7		
	– Эффективно использовать средства специальной тренировки – Выделять педагогические ориентиры на достижение спортивного мастерства – Выполнять педагогический контроль соревновательной деятельности			
	<i>Владеть:</i>	7		
	– Навыками управления подготовкой квалифицированных спортсменов в тренировках и на соревнованиях – Навыками применения методов педагогического контроля за технико-тактическим оснащением фехтовальщиков			
ПК-11	<i>Знать:</i>	2		
	– Требования Государственного стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Фехтование» – Требования к организациям различного типа (ДЮСШ, СДЮШОР и др.), осуществляющих спортивную подготовку			
	<i>Уметь:</i>	2		
	– Выделять основные компоненты Государственного стандарта, связанные с организацией спортивной подготовки – Сопоставлять различия в организационных структурах учреждений, осуществляющих спортивную подготовку			
	<i>Уметь:</i>	6		
	– Составлять планы тренировочных занятий с учетом объемов, интенсивности и психической напряженности видов специализированной деятельности – Оценивать и корректировать содержание тренировочных занятий в микроциклах и мезоциклах подготовки фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	7		
	– Моделировать условия и оценивать уровень подготовленности фехтовальщиков – Прогнозировать достижения спортсменов на различных этапах подготовки – Отбирать спортсменов и комплектовать команды			
	<i>Владеть:</i>	7		
	– Навыками разработки перспективных и перспективных			

	планов подготовки квалифицированных фехтовальщиков			
ПК-13	<i>Знать:</i>	3		
	– Функциональные показатели, характеризующие уровень тренированности фехтовальщиков – Средства и методы восстановления и переключения фехтовальщиков на другую двигательную и психическую деятельность			
	<i>Уметь:</i>	3		
	– Контролировать за состоянием двигательной и психической сфер фехтовальщиков – Использовать средства и методы восстановления и переключения на другую двигательную и психическую деятельность			
	<i>Знать:</i>	6		
	– Особенности в содержании индивидуальных уроков с занимающимися фехтованием на этапах начальной и углубленной специализации – Особенности в содержании индивидуальных уроков с фехтовальщиками на этапе совершенствования спортивного мастерства			
	<i>Уметь:</i>	6		
	– Проводить индивидуальные уроки с фехтовальщиками различного уровня технико-тактической подготовленности			
	<i>Знать:</i>	8		
	– Направленность и технологии педагогического контроля подготовленности – Причины, влияющие на состав действий и тактику ведения боев – Тактические советы, снижающие или повышающие уровень напряжений в усилиях спортсмена на соревнованиях			
	<i>Уметь:</i>	8		
	– Вести наблюдения боев в тренировках и соревнованиях – Определять уровень освоения специальных умений фехтовальщиков – Использовать тактические установки на ведение боев в тренировках и на соревнованиях			
	<i>Владеть:</i>	8		
	– Навыками планирования тренировочной нагрузки в годичном цикле подготовки – Навыками составления планов тренировки, содержания и чередования микроциклов на различных этапах подготовки			
ПК-14	<i>Знать:</i>	7		
	– Возможные коррекции в составе действий и тактических моделях ведения боев фехтовальщиками – Методики совершенствования оснащенности фехтовальщиков – Методики расширения состава действий и тактических умений – Принципы подбора технологий для универсализации			

	техничко-тактической тренировки			
	<i>Уметь:</i>	7		
	– Выделять объективные факторы, воздействующие на формирование состава действий и тактику ведения боя – Диагностировать спортивные способности и оценивать специальную тренированность фехтовальщиков – Совершенствовать тактические модели ведения боев и корректировать их при изменениях уровня притязаний			
	<i>Знать:</i>	8		
	– Критерии оценки технической и тактической подготовленности – Критерии оценки психологической (психической) подготовленности – Критерии оценки двигательной подготовленности – Критерии оценки теоретической (интеллектуальной) подготовленности			
	<i>Уметь:</i>	8		
	– Сопоставлять компоненты специализированной деятельности фехтовальщиков – Определять общий уровень (состояние) специальной тренированности фехтовальщиков			
	<i>Владеть:</i>	8		
	– Навыками оценки технической и тактической подготовленности – Навыками оценки психологической (психической) подготовленности – Навыками оценки двигательной подготовленности – Навыками оценки теоретической (интеллектуальной) подготовленности			
ПК-15	<i>Знать:</i>	7		
	– Состав действий для ведения боев и особенности методик спортивного совершенствования на различных этапах подготовки – Двигательные и психические качества спортсмена в структуре технико-тактического совершенствования			
	<i>Уметь:</i>	7		
	– Подбирать действия и тактические компоненты их применения с учетом индивидуальных склонностей спортсменов – Планировать специальные нагрузки и средства восстановления для фехтовальщиков по этапам годового цикла тренировки			
	<i>Владеть:</i>	7		
	– Навыками тренировки специальных умений, основанных на проявлениях двигательных реакций, свойств внимания, памяти и мышления у фехтовальщиков – Навыками тренировки специальных умений, основанных на проявлениях двигательных качеств у фехтовальщиков			
	<i>Владеть:</i>	8		
	– Навыками тестирования и оценки характеристик			

	выполнения приемов нападения и маневрирования, действий наступления и обороны в соревнованиях – Навыками оценки проявлений двигательных качеств, двигательных реакций, свойств внимания, памяти и мышления у фехтовальщиков в бою			
ПК-26	<i>Знать:</i>	1		
	– Требования по обеспечению безопасности на занятиях фехтованием			
	<i>Уметь:</i>	1		
	– Осуществлять качественный уход за применяемым в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем – Выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик			
	<i>Знать:</i>	2		
	– Требования по обеспечению безопасности на соревнованиях по фехтованию			
	<i>Уметь:</i>	2		
	– Составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение спортивной экипировки, инвентаря и оборудования			
	<i>Уметь:</i>	4		
	– Планировать оснащение организации оборудованием, инвентарем и экипировкой спортсменов в фехтовании			
	<i>Владеть:</i>	4		
	– Навыками подготовки к безопасному проведению групповых занятий по спортивному фехтованию			
ПК-28	<i>Знать:</i>	3		
	– Актуальные проблемы в сфере физической культуры и спорта – Актуальные проблемы развития спортивного фехтования в России			
	<i>Уметь:</i>	3		
	– Выявлять актуальные вопросы и изыскивать пути совершенствования технологий судейства и технико-тактической подготовки фехтовальщиков			
	<i>Знать:</i>	4		
	– Содержание и организация научно-исследовательской работы студентов в вузах			
	<i>Уметь:</i>	4		
	– Применять различные методы исследования и оценки соревновательной деятельности в фехтовании			
ПК-30	<i>Знать:</i>	5		
	– Проблемы и направленность исследований техники, тактики и методики тренировки фехтовальщиков – Особенности в определении проблемы, выборе темы, постановке задач исследования			
	<i>Уметь:</i>	5		
	– Составлять план исследовательской работы			

– Анализировать литературные источники по выбранной проблеме исследования			
<i>Уметь:</i>	6		
– Подбирать контингент испытуемых, выбирать методики исследования – Определять критерии оценки результатов исследования			
<i>Уметь:</i>	7		
– Подготовить и оформить результаты выполненной исследовательской работы – Сформулировать рекомендации по внедрению полученных результатов в практическую деятельность			
<i>Владеть:</i>	7		
– Навыками оценки результатов исследования – Навыками интерпретации полученных данных – Навыками составления научного отчета по проведенному исследованию			

Перечисляются формируемые в результате изучения дисциплины (модуля) компетенции (указывается только шифр). Перечень компетенций приводится в соответствии с ФГОС, учебным планом и матрицей.

Также описываются знания, умения, навыки и/или опыт деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций и обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения ООП (ОПОП).

4. Структура и содержание дисциплины «Теория и методика ИВС (фехтования)»

Общая трудоемкость дисциплины составляет
 – **47 зачетных единиц, 1692 академических часа** (экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 664 часа, самостоятельная работа – 992 часа).

Очная форма обучения

№	Разделы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) *				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
	ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ	1					
1	Основы теории фехтования						
1.1.	Содержание педагогической и управленческой деятельности тренера по фехтованию		2	2			
1.2.	Фехтование в системе физического воспитания и спорта в России. Виды спортивного и прикладного фехтования		2	4			
1.3.	История фехтования как системы владения холодным оружием			6	20		
1.4.	Исторические предпосылки формирования отечественной теории и методики фехтования		2	4	12		
1.5.	Теоретические основы спортивного фехтования			4	12		
2	Основы техники и тактики фехтования						
2.1.	Общие характеристики соревновательной деятельности и методики тренировки		2	4	12		
2.2.	Техника и тактика спортивного фехтования и критерии их оценки		2	4	12		
2.3.	Тактические модели ведения боя и объекты тактического анализа при выборе намерения на применение действия в схватке, в бою		2	4	12		

2.4.	Функциональные составляющие боевых действий: проявления двигательных реакций, психических и двигательных качеств, свойств внимания, памяти и мышления		2	4	12		
3	Пропаганда спортивного фехтования как вида олимпийской программы и ориентация к занятиям						
3.1.	Анализ достижений российских и зарубежных спортсменов в видах фехтования на международной арене			4	12		
3.2.	Мотивация к занятиям спортивным фехтованием			4			
3.3	Воспитательная работа тренера по формированию качеств личности и моральных принципов честной борьбы			4			
3.4	Агитационно-пропагандистская работа по привлечению к занятиям спортивным фехтованием			4	12		
3.5	Организация показательных выступлений по фехтованию			4	12		
4	Организационно-педагогические требования к проведению занятий по фехтованию						
4.1	Обеспечение безопасности на занятиях фехтованием			4	12		
4.3	Особенности организации и проведения групповых учебно-тренировочных занятий и соревнований по фехтованию с начинающими спортсменами			6	20		
	Итого за семестр		14	66	160		
	Промежуточная аттестация				3		Зачет
		2					
4	Организационно-педагогические требования к проведению занятий по фехтованию						
4.1	Обеспечение безопасности на занятиях фехтованием		2		9		
4.2	Факторы и ситуации возникновения травматизма		2	4	8		
4.3	Особенности организации и проведения групповых тренировочных занятий и соревнований по фехтованию с начинающими спортсменами			2	10		
5	Систематика приемов и действий фехтовальщика						
5.1	Объективные условия		2	4	10		

	соревновательной деятельности в фехтовании						
5.2	Методология анализа действий фехтовальщика в тренировочных боях и на соревнованиях		2	6	10		
5.3	Терминология технических приемов и боевых действий, используемых для обучения и тренировки спортсмена в фехтовании		4	6	10		
6	Двигательная тренировка фехтовальщиков						
6.1	Скоростно-силовая подготовленность и особенности ее проявлений		2				
6.2	Методические основы воспитания скоростно-силовых качеств			6	8		
6.3	Ловкость и гибкость как компоненты технической подготовленности		2	6	10		
6.4	Проявления выносливости в отдельном бою и соревновании		2	6	10		
6.5	Критерии оценки уровня двигательных качеств			4	10		
7	Проведение группового занятия и соревнований по фехтованию						
7.1	Структура проведения группового занятия по фехтованию		2	6			
7.2	Правила проведения соревнований по спортивному фехтованию			4	10		
7.3	Регламенты и требования к оружию и экипировке спортсменов в видах фехтования			4	10		
7.4	Особенности проведения боев в предварительном туре и туре прямого выбывания в соревнованиях по фехтованию			4			
8	Особенности занятий спортивным фехтованием с различным контингентом						
8.1	Государственный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «Фехтование»			6	10		
8.2	Занятия фехтованием в учреждениях различного типа (ДЮСШ, СДЮШОР, спортивных клубах) с учетом особенностей занимающихся (квалификации, пола, возраста и психофизиологических данных)		2	6	8		
8.3	Требования к соблюдению гигиенических и санитарных норм для занимающихся фехтованием			4	10		
	Итого за семестр		22	78	143		

	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
	ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ	3					
9	Развитие фехтования, систем ведения спортивного боя						
9.1	Актуальные проблемы развития фехтования в России		2	2			
9.2	Содержание занятий фехтованием и развитие организма у занимающихся			4	4		
9.3	Направленность и содержание группового тренировочного занятия по фехтованию			4	4		
9.4	Педагогические установки в обучении спортивному фехтованию			6	4		
10	Методика тренировки фехтовальщиков						
10.1	Формы организации и проведения тренировочных занятий с фехтовальщиками		2	4			
10.2	Упражнения с партнером – как основная форма обучения технике и тактике юных фехтовальщиков			6	4		
10.3	Специальные методы тренировки фехтовальщиков			6	4		
10.4	Технико-тактические приоритеты при обучении в видах фехтования		4				
10.5	Последовательность освоения типовых боевых действий и формирования специальных тактических умений			4	4		
10.6	Моделирование действий с различными технико-тактическими характеристиками в видах фехтования		2	4			
11	Фехтование на рапирах						
11.1	Основы техники и тактики фехтования на рапирах		2	2			
11.2	Методика обучения приемам и действиям в фехтовании на рапирах			6	2		
11.3	Типовые ошибки в фехтовании на рапирах, их предупреждение и исправление			2	4		
11.4	Умения, основанные на проявлениях двигательных реакций в боях на рапирах			4	4		
11.5	Тактические умения преднамеренно действовать в типовых ситуациях боев на рапирах		2	2	4		
12	Контроль нагрузок на занятиях фехтованием						

12.1	Контроль за состоянием двигательной и психической сфер фехтовальщиков на основе регистрируемых функциональных показателей		4	6			
12.2	Средства и методы восстановления и переключения занимающихся на другую двигательную и психическую деятельность			10	4		
	Итого за семестр		18	72	42		
	Промежуточная аттестация				3		Зачет
		4					
13	Индивидуальный урок как метод тренировки фехтовальщиков						
13.1	Содержание, направленность и организационно-методические компоненты специализированной деятельности тренера по фехтованию		2	4	4		
13.2	Двигательные действия тренера в индивидуальном уроке фехтования и методика предупреждения ошибок			8	4		
13.3	Профессионально-педагогические навыки и умения тренера по фехтованию в индивидуальном уроке			6	4		
14	Фехтование на шпагах						
14.1	Основы техники и тактики фехтования на шпагах		2		4		
14.2	Методика обучения приемам и действиям в фехтовании на шпагах			4	3		
14.3	Типовые ошибки в фехтовании на шпагах, их предупреждение и исправление			4			
14.4	Умения, основанные на проявлениях двигательных реакций в боях на шпагах		2	6	4		
14.5	Тактические умения преднамеренно действовать в типовых ситуациях боев на шпагах		2	6	4		
15	Организация и обеспечение тренировочных занятий и соревнований по фехтованию						
15.1	Содержание и подготовка к проведению групповых занятий по спортивному фехтованию		2	6	4		
15.2	Действия арбитра и технологии судейства: содержание и последовательность команд и решений, определение инициативы в действиях спортсменов			8	4		
15.3	Требования к аппаратуре и ее размещение для проведения			6	4		

	тренировочных и соревновательных боев по фехтованию						
16	Основы научно-исследовательской деятельности в вузе						
16.1	Современные технологии оценки и анализа эффективности действий в тренировках и на соревнованиях		2	4			
16.2	Содержание и организация НИР и УИРС			4			
16.3	Методы исследования и оценки соревновательной деятельности в фехтовании		2	6	10		
	Итого за семестр		14	72	49		
	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
	ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ	5					
17	Психологическая направленность тренировки фехтовальщика						
17.1	Психологические характеристики спортивного фехтования и психофизиологические свойства квалифицированных фехтовальщиков		2	4	10		
17.2	Содержание и направленность психологической подготовки в фехтовании		2	4	10		
17.3	Психологические предпосылки для ускорения процесса технико-тактического совершенствования занимающихся фехтованием		2	4	10		
18	Методика совершенствования техники и тактики у фехтовальщиков						
18.1	Принципы построения тренировки квалифицированных фехтовальщиков		4	2			
18.2	Методические приемы выполнения упражнений			2	10		
18.3	Методы технико-тактического совершенствования		4	2	10		
18.4	Ситуации и условия проведения тренировочных и соревновательных боев			2	10		
19	Фехтование на саблях						
19.1	Основы техники и тактики фехтования на саблях		4		10		
19.2	Методика обучения приемам и действиям в фехтовании на саблях			4	10		
19.3	Типовые ошибки в фехтовании на саблях, их предупреждение и исправление			4			

19.4	Умения, основанные на проявлениях двигательных реакций в боях на саблях		2	4	10		
19.5	Тактические умения преднамеренно действовать в типовых ситуациях боев на саблях		2	4	10		
20	Методика проведения индивидуального урока в видах фехтования						
20.1	Специализированные движения тренера и их моделирование в индивидуальном уроке (в видах фехтования)		2	4	10		
20.2	Объекты моделирования в составе действий тренера и компоненты специализированной деятельности в индивидуальном уроке		2	4	10		
20.3	Возможные ошибки в двигательных действиях тренеров, методика их предупреждения и исправления			4	10		
21	Тематика, содержание и организация НИР студентов						
21.1	Проблемы и направленность исследований техники, тактики и методики тренировки фехтовальщиков		2	4			
21.2	Формулирование темы, определение задач и содержания ВКР. Составление плана исследовательской работы			4	7		
21.3	Анализ литературных источников по избранной проблеме в изданиях по фехтованию и смежных дисциплинах			4	10		
21.4	Оформление 1-й главы (литературного обзора) выпускной квалификационной работы			4	10		
	Итого за семестр		28	64	157		
	Промежуточная аттестация				3		Зачет
		6					
22	Психофизиологические составляющие подготовленности фехтовальщиков						
22.1	Повышение уровня проявлений психических свойств у спортсменов		2	2			
22.2	Ликвидация барьеров, препятствующих технико-тактическому совершенствованию и проявлению достигнутого уровня квалификации			2	6		
22.3	Совершенствование двигательных реакций, проявлений свойств			4	6		

	внимания, памяти, мышления, волевых и личностных качеств у фехтовальщиков						
22.4	Повышение устойчивости к помехам при применении боевых действий в противоборстве с противником			2	6		
22.5	Создание психологической готовности к соревнованиям			2	6		
23	Управление подготовкой квалифицированных спортсменов						
23.1	Средства специальной тренировки в фехтовании		2	2	6		
23.2	Педагогические ориентиры на достижение спортивного мастерства в тренировке и соревновательной практике квалифицированных фехтовальщиков			2	4		
23.3	Овладение средствами саморегуляции психических процессов и эмоциональных состояний		2	2			
23.4	Педагогический контроль соревновательной деятельности, технико-тактического совершенствования			2	6		
23.5	Управление поведением спортсменов в тренировках и на соревнованиях			4			
24	Структура и направленность тренировки фехтовальщиков						
24.1	Содержание технико-тактического совершенствования		2	2			
24.2	Объемы, интенсивность и психическая напряженность тренировочной нагрузки			2	4		
24.3	Построение функциональной тренировки			2	2		
24.4	Уровень тренированности фехтовальщиков и технологии его оценки			2	4		
25	Планирование и проведение индивидуальных уроков со спортсменами различной квалификации в видах фехтования						
25.1	Проведение индивидуальных уроков со спортсменами на этапе спортивной специализации			4	4		
25.2	Проведение индивидуальных уроков со спортсменами на этапе совершенствования спортивного мастерства			4	4		
26	Организация и проведение						

	исследований в рамках ВКР						
26.1	Подбор контингента испытуемых, выбор методик исследований. Определение критериев оценки результатов			4			
26.2	Проведение исследований и математическая обработка результатов			4	4		
26.3	Оформление курсовой работы с анализом результатов исследований (проблема, цель и задачи, методы, таблицы и рисунки)			4	4		Курсовая работа
	Итого за семестр		8	52	66		
	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
	ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ	7					
27	Построение подготовки квалифицированных спортсменов						
27.1	Организационно-методические основы построения подготовки		2				
27.2	Моделирование требований к подготовленности спортсменов			2	10		
27.3	Прогнозирование достижений спортсменов		2	2	8		
27.4	Отбор спортсменов и комплектование команд по видам фехтования			2	8		
28	Универсализация и индивидуализация технико-тактической подготовленности						
28.1	Коррекции в составе действий и тактических моделях ведения боев		2		8		
28.2	Совершенствование оснащенности фехтовальщиков и освоение тактических моделей ведения боев			2	8		
28.3	Методики расширения состава действий и тактических умений			4	6		
28.4	Принципы отбора технологий для универсализации технико-тактической тренировки		2	2	8		
28.5	Объективные факторы, воздействующие на формирование состава действий и тактику ведения боев			2	8		
28.6	Расширение тактических возможностей для эффективного применения действий			4	6		
28.7	Совершенствование тактических моделей ведения боев и их коррекции в тактике при изменениях уровня притязаний			2	8		

28.8	Диагностика спортивных способностей и оценки специальной тренированности		2	4	8		
29	Возрастная динамика технико-тактического совершенствования						
29.1	Многолетняя тренировка: составы действий для ведения боев и особенности методик спортивного совершенствования на различных возрастных этапах		2	4	8		
29.2	Двигательные и психические качества в структуре технико-тактического совершенствования		2	4	8		
29.3	Подбор действий и тактических компонентов их применения с учетом индивидуальных склонностей спортсменов			4	8		
29.4	Специальные нагрузки фехтовальщиков и проблемы восстановления			4	8		
30	Специальные умения фехтовальщиков						
30.1	Умения, основанные на проявлениях двигательных реакций, и уровни их значимости в видах фехтования		2	4	8		
30.2	Умения, основанные на проявлениях свойств внимания, памяти, мышления, и их значимость в видах фехтования		2	4	8		
30.3	Умения, основанные на проявлениях двигательных качеств, и их значимость для овладения техникой и тактикой фехтования			4	8		
31	Подготовка и оформление ВКР						
31.1	Подготовка и оформление ВКР для предварительного рецензирования			6	15		
31.2	Апробация ВКР			4	12		
	Итого за семестр		18	62	169		
	Промежуточная аттестация				3		Зачет
		8					
32	Педагогический контроль эффективности тренировок и соревнований						
32.1	Направленность и технологии педагогического контроля		2				
32.2	Наблюдения боев в тренировках и соревнованиях			4	10		
32.3	Определение уровня освоения специальных умений			4			
32.4	Тестирование характеристик выполнения приемов нападения и		2		10		

	маневрирования, проявлений двигательных качеств						
32.5	Учет тренировочных и соревновательных нагрузок			4			
33	Уровень тренированности фехтовальщика и технологии его оценки						
33.1	Сопоставление компонентов специализированной деятельности			2			
33.2	Критерии оценки технической подготовленности		2	2			
33.3	Критерии оценки тактической подготовленности		2	2	8		
33.4	Критерии оценки психологической (психической) подготовленности		2	2			
33.5	Критерии оценки двигательной подготовленности		2	2	8		
33.6	Критерии оценки теоретической (интеллектуальной) подготовленности		2	2			
33.7	Общий уровень (состояние) специальной тренированности			4	8		
34	Управление деятельностью фехтовальщиков в тренировках и соревнованиях						
34.1	Причины, влияющие на состав действий и тактику ведения боев, методики оценки и регулирования состояния спортсмена		2	2	6		
34.2	Тактические установки на ведение боев в тренировках и на соревнованиях			2	8		
34.3	Тактические советы, снижающие или повышающие уровень напряжений в усилиях спортсмена на соревнованиях			2	8		
35	Планирование подготовки спортсменов						
35.1	Планирование тренировочной нагрузки в годичном цикле подготовки фехтовальщиков		2	4	4		
35.2	Содержание и чередование микроциклов на различных этапах подготовки			4	4		
36	Апробация ВКР						
36.1	Подготовка к презентации ВКР			10	6		
36.2	Доклад и предварительная защита ВКР			6	6		
	Итого за семестр		18	58	86		
	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
	Всего часов		140	576	688	36	

* Виды учебной работы: занятия лекционного типа проводятся в виде лекций с презентацией материала по изучаемой теме; практические занятия проводятся в виде семинаров, учебно-методических занятий, учебной практики.

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Теория и методика ИВС (фехтования)»

Балльная система контроля обучения

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

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

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

Примерная шкала оценки различных видов текущего контроля

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

Виды текущего контроля, их количество, число баллов, начисляемых на каждом виде, определяется кафедрой, преподающей данную дисциплину. На каждые 20-24 часа аудиторных занятий должно быть не менее двух видов текущего контроля, в том числе контроль посещения занятий. Баллы,

полученные только на рубежном контроле, не должны обеспечить получение положительной итоговой оценки.

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

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

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

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

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

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

Для получения зачета необходимо набрать количество баллов, соответствующее оценке «удовлетворительно» (D), т.е. ≥ 61 . Для стимулирования работы студентов по дисциплине за период, завершающийся зачетом, необходимо в зачетных ведомостях дублировать оценку «зачтено» оценкой по шкале ECTS. Ниже приводится шкала таких оценок.

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

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

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

Цель и задачи текущего контроля

Виды контроля:

1. Входной – позволяет определить степень готовности к изучению дисциплины на основе остаточных знаний (для взаимной увязки смежных дисциплин).

2. Рубежный (периодический) – призван выявить результаты на промежуточных этапах обучения (настраивая обучаемых на дальнейшее закрепление слабо освоенного).

3. Текущий – проводится на плановых занятиях и в ходе проверки самостоятельных работ.

4. Итоговый – служит для оценки уровня усвоения дисциплины по завершении её прохождения.

5. Остаточный (контроль остаточных знаний) – по блоку дисциплин – обеспечивает определение прочности усвоенного (через 6-12 мес.) материала; на основании его результатов корректируются программы и методика преподавания.

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

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

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

Функции текущего контроля:

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

Требования к текущему контролю.

1. Итоговые оценки определяются по результатам непрерывного текущего контроля.

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

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

Условия активизации текущего контроля:

- содействие руководства и опытных преподавателей в подготовке материалов для текущего контроля;
- стимулирование личной заинтересованности в проведении текущего контроля;
- рационализация усилий по организации активного текущего контроля.

Последнее из условий предполагает на начальном этапе наиболее трудоёмкую и кропотливую деятельность педагога.

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

Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы для обучающихся на 1-м курсе

1. Анализ выступлений сборной команды России по фехтованию на последнем чемпионате Европы.
2. Анализ выступлений сборной команды России по фехтованию на последнем чемпионате мира.
3. Анализ выступлений сборной команды России по фехтованию на последней олимпиаде.
4. Сравнительный анализ достижений российских и зарубежных спортсменов в видах фехтования на международной арене.
5. Составление комплексов подводящих и специально-подготовительных упражнений, способствующих изучению техники основных положений фехтовальщика, способов передвижения и выполнения простых атак уколами прямо, переводом и переносом.
6. Составление комплексов специально-подготовительных упражнений, способствующих предупреждению и исправлению ошибок, встречающихся при обучении и совершенствовании приемов и действий с начинающими фехтовальщиками.
7. Составление комплексов специально-подготовительных упражнений, способствующих предупреждению и исправлению ошибок, встречающихся при обучении и совершенствовании тактического взаимодействия с партнером.
8. Составление словаря специальных терминов по фехтованию.
9. Составление конспектов уроков, в которых решаются задачи развития и совершенствования быстроты занимающихся.
10. Составление конспектов уроков, в которых решаются задачи развития и совершенствования силы занимающихся.
11. Составление конспектов уроков, в которых решаются задачи развития и совершенствования скоростно-силовой подготовленности занимающихся.
12. Составление конспектов уроков, в которых решаются задачи развития и совершенствования гибкости занимающихся.
13. Составление конспектов уроков, в которых решаются задачи развития и совершенствования ловкости занимающихся.
14. Составление конспектов уроков, в которых решаются задачи развития и совершенствования выносливости занимающихся.
15. Составление конспекта группового занятия по фехтованию с соблюдением структурных элементов, предусмотренных теорией и методикой спортивной тренировки.
16. Изучение регламента и требований к оружию и экипировке спортсменов в видах фехтования.
17. Изучение содержания Государственного стандарта по спортивной подготовке по виду спорта «Фехтование».

Примерная тематика рефератов для обучающихся на 1-м курсе

1. Фехтование в древнем Риме; гладиаторские поединки.
2. Особенности фехтования в раннем средневековье; традиции рыцарских турниров.
3. Итальянская школа фехтования и ее особенности.
4. Фехтование в средневековой Германии.
5. Французская школа фехтования и ее особенности.
6. Венгерская школа фехтования и ее особенности.
7. Особенности развития фехтования в России в XVIII-XIX вв.
8. Лучшие фехтовальные тренеры СССР и России.
9. Развитие классификации приемов и действий в теории и методике фехтования.
10. Состав и характеристика групп технических приемов фехтования.
11. Динамические и кинематические характеристики выполнения приемов фехтования.
12. Критерии оценки действий и анализ соревновательной деятельности в фехтовании.
13. Техника и тактика спортивного фехтования и критерии их оценки.
14. Воспитательная работа тренера по формированию качеств личности и моральных принципов честной борьбы.
15. Обеспечение безопасности на занятиях фехтованием.

Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы для обучающихся на 2-м курсе

1. Составление комплексов упражнений с партнером в «контрах» с необусловленной задачей.
2. Составление комплексов упражнений с партнером в «контрах» с обусловленной задачей.
3. Составление комплексов упражнений с партнером в «контрах» с выбором.
4. Составление комплексов упражнений с партнером, способствующих развитию свойств внимания.
5. Составление комплексов упражнений с партнером, способствующих развитию пространственно-временных характеристик движения по моменту начала действий, дистанции, амплитуде и ритму.
6. Составление комплексов подводящих и специально-подготовительных упражнений, способствующих изучению техники положений шпажиста, способов передвижения, выполнения простой атаки уколом прямо, переводом, переносом, «с углом», с оппозицией и сложных атакующих действий.
7. Составление комплексов упражнений, способствующих изучению и совершенствованию защит: прямых, полукруговых, круговых, с ответом уколом прямо, переводом и переносом.

8. Составление комплексов специально-подготовительных упражнений, способствующих предупреждению и исправлению ошибок, встречающихся при совершенствовании тактического взаимодействия.

9. Изучение и использование регистрационно-измерительной аппаратуры и других приборов в рамках выполнения выпускных квалификационных работ.

Примерная тематика рефератов для обучающихся на 2-м курсе

1. Современные тенденции развития технико-тактических основ единоборства на рапирах.

2. Особенности техники передвижений и действий оружием в боях на рапирах.

3. Техничко-тактические характеристики боя, вытекающие из особенностей фехтования на рапирах.

4. Проблема сужения амплитуды движений оружием и целевой точности уколов в фехтовании на рапирах.

5. Особенности техники ближнего боя у фехтовальщиков на рапирах различной квалификации.

6. Современные тенденции развития технико-тактических основ единоборства на шпагах.

7. Особенности техники передвижений и действий оружием в боях на шпагах.

8. Техничко-тактические характеристики боя, вытекающие из особенностей фехтования на шпагах.

9. Проблема сужения амплитуды движений оружием и целевой точности уколов в фехтовании на шпагах.

10. Особенности техники ближнего боя у фехтовальщиков на шпагах различной квалификации.

Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы для обучающихся на 3-м курсе

1. Составление комплексов упражнений с партнером, направленных на совершенствование техники приемов в условиях проявления специализированных умений.

2. Составление комплексов упражнений для проведения индивидуального урока по освоению и совершенствованию отдельных приемов и действий.

3. Составление комплексов упражнений с партнером, направленных на развитие тактического мышления.

4. Составление комплексов упражнений для проведения индивидуального урока, направленных на развитие тактического мышления.

5. Составление комплексов упражнений с взаимопомощью для обучения отдельным приемам и действиям и их сочетаниям для групп начальной подготовки.

6. Составление комплексов упражнений с взаимопомощью технической и тактической направленности для учебно-тренировочных групп.

7. Составление комплексов упражнений и проведение специальной разминки в индивидуальном уроке.

8. Изучение и использование методов обработки экспериментальных данных.

Примерная тематика рефератов для обучающихся на 3-м курсе

1. Особенности техники фехтования на саблях.

2. Особенности тактики фехтования на саблях.

3. Предпосылки возникновения особенностей техники передвижений и действий оружием в поединках саблистов.

4. Предпосылки возникновения особенностей тактики действий оружием и применения передвижений в поединках саблистов.

5. Особенности и перспективы развития видов спортивного фехтования.

6. Формы организации тренировочного процесса.

7. Формы проведения упражнений.

8. Типовая направленность урока фехтования.

9. Методические приемы выполнения упражнений.

10. Принципы построения тренировки фехтовальщиков.

Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы для обучающихся на 4-м курсе

1. Разработка годового плана подготовки фехтовальщиков на этапе углубленной тренировки.

2. Разработка поурочного плана подготовки фехтовальщиков на подготовительный период.

3. Составление документов по организации учебно-тренировочных сборов.

4. Составление документов планирования и контроля, финансирования ДЮСШ и СДЮШОР.

5. Составление планов-конспектов тренировочных занятий с группами начальной подготовки, спортивной специализации, спортивного совершенствования.

6. Изучение главных положений в методологии педагогического контроля процесса подготовки фехтовальщиков.

7. Составление планов-конспектов индивидуальных уроков с направленностью на совершенствование умений, основанных на проявлениях двигательных реакций в видах фехтования и уровни их значимости.

8. Составление планов-конспектов индивидуальных уроков с направленностью на совершенствование умений, основанных на проявлениях свойств внимания, памяти, мышления и их значимость в видах фехтования.

Примерная тематика рефератов для обучающихся на 4-м курсе

1. Основные направления спортивного совершенствования.
2. Объективные показатели определения состава кандидатов в сборные команды по итогам годичного цикла.
3. Построение модельных микроциклов при распределении нагрузок тренировочного процесса фехтовальщиков.
4. Характеристика творческой системы «тренер – ученик».
5. Компоненты педагогической деятельности тренера.
6. Состав профессионально-педагогических умений и навыков тренера, направленных на проведение индивидуального урока.
7. Объективные факторы, воздействующие на формирование состава действий и тактику ведения боев.
8. Двигательные и психические качества в структуре технико-тактического совершенствования фехтовальщиков.

5.2 Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Теория и методика ИВС (фехтования)»

Примерный перечень вопросов к зачету по дисциплине для обучающихся на 1-м курсе

1. С чем связан отбор в детскую секцию фехтования, как он осуществляется.
2. Как взаимосвязаны индивидуализация оснащения юного фехтовальщика и уровень развития его двигательных качеств.
3. Как решаются задачи патриотического воспитания в тренировочной группе.
4. Как решаются задачи нравственного воспитания юных фехтовальщиков.
5. Основные задачи и направления воспитательной работы тренера в ДЮСШ.
6. Общие принципы воспитания, используемые тренером в ДЮСШ.
7. Методы воспитания юных спортсменов.
8. Единство авторитета тренера и авторитета коллектива – важное условие эффективности применения методов педагогической коррекции в поведении занимающихся.
9. Регионы России, развивающие фехтование и показатели спортивных успехов.
10. Фехтование и его прикладность. Сценическое и артистическое фехтование. Общее и различия.
11. Античность и фехтование.
12. Фехтование в средневековье.
13. Фехтование в эпоху ренессанса.

14. Зарождение фехтования в России и его развитие в дореволюционное время
15. Фехтование в СССР. Первые зарубежные встречи.
16. Основоположники советского фехтования и их труды и книги.
17. Фехтование как спортивно-педагогическая и научная дисциплина.
18. Значение и место фехтования в системе физического воспитания в России. Воспитательное значение фехтования.
19. Исторические школы фехтования: итальянская, французская, венгерская, польская.
20. Общие характеристики соревновательной деятельности в видах фехтования.
21. Критерии оценки техники фехтования.
22. Критерии оценки тактики фехтования.
23. Тактические модели ведения боя.
24. Функциональные составляющие боевых действий.
25. Воспитательная работа тренера по формированию качеств личности у занимающихся.
26. Характеристика составных частей группового урока в фехтовании.
27. Правила соревнований по фехтованию. Типовая система проведения соревнований.
28. Функции арбитра (руководителя боя).
29. Регламенты и требования к оружию и экипировке спортсменов в видах фехтования.
30. Обеспечение безопасности на занятиях фехтованием.

***Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине
для обучающихся на 1-м курсе***

1. Характеристика фехтования как вида спорта и средства физического воспитания.
2. Фехтование как спортивно-педагогическая и научная дисциплина.
3. Значение и место фехтования в системе физического воспитания в России. Воспитательное значение фехтования.
4. Техничко-тактические особенности фехтования на рапирах.
5. Техничко-тактические особенности фехтования на шпагах.
6. Техничко-тактические особенности фехтования на саблях.
7. Фехтование в древнем мире и средние века.
8. Формирование и особенности национальных систем фехтования («школ»): итальянской, французской, венгерской.
9. Зарождение фехтования в России. Место фехтования и рукопашного боя в военно-физической подготовке русской армии.
10. Основоположники отечественной школы фехтования.
11. Участие русских фехтовальщиков в международных соревнованиях XIX в. и Стокгольмской олимпиаде 1912 г.

12. Фехтование в СССР в довоенный период.
13. Фехтование в СССР в послевоенный период. Первое выступление советских фехтовальщиков на Олимпийских играх 1952 года.
14. Современное состояние фехтования в России. Выступление российских фехтовальщиков на Олимпийских играх.
15. Общее понятие об объективных условиях деятельности фехтовальщиков и их воздействие на организм занимающихся.
16. Условия проведения занятий и соревнований и анализ основных внешних воздействий на фехтовальщиков в соревновательных поединках.
17. Конфликтность боевого единоборства и дефицит времени и информации в фехтовании.
18. Характеристика мышечной работы фехтовальщика. «Физическая» и «психическая» усталость в фехтовании.
19. Особенности специализированной деятельности фехтовальщиков в личных и командных соревнованиях.
20. Значение учета специфики деятельности фехтовальщиков на соревнованиях для рационального построения физической, технической и психологической подготовки спортсменов.
21. Психические качества, наиболее важные для фехтовальщиков и методика их совершенствования.
22. Основные принципы построения систематики приемов.
23. Развитие и основные принципы построения классификации действий.
24. Состав приемов фехтования. Понятия «боевое действие» и «технический прием».
25. Тактические задачи (намерения) боевых действий в фехтовании.
26. Тактические характеристики подготовки и применения действий в поединке.
27. Тактические критерии оценки действий фехтовальщиков.
28. Критерии оценки приемов в фехтовании.
29. Понятие о технике фехтования. Значение технической подготовки для достижения высоких результатов в фехтовании.
30. Двигательный механизм приема. Биомеханические основы техники фехтования. Индивидуальные особенности техники фехтования.
31. Взаимосвязь техники, физической подготовки, психологической и тактической подготовки фехтовальщиков.
32. Надежность техники как сочетание стабильности и вариативности приемов в деятельности фехтовальщиков.
33. Устойчивость техники против «сбивающих» факторов в поединке.
34. Определение тактики и ее значение в фехтовании. Взаимосвязь техники и тактики.
35. Элементы спортивной тактики в фехтовании.
36. Компоненты тактического мастерства фехтовальщиков.
37. Тактическое мышление и его слагаемые у занимающихся фехтованием.

38. Двигательные умения и навыки. Обучение и совершенствование двигательных навыков в процессе подготовки рапиристов.
39. Применение дидактических и методических принципов в процессе обучения и совершенствования фехтовальщиков.
40. Последовательность освоения приемов и действий в фехтовании.
41. Этапы формирования двигательных навыков в фехтовании и последовательность обучения отдельному приему.
42. Контроль и самоконтроль за усвоением техники приемов и действий фехтовальщиков.
43. Характеристика основных организационно-методических форм проведения упражнений в процессе обучения фехтованию.
44. Групповое занятие (урок) – основная форма учебно-тренировочной работы в фехтовании. Структура и принципы построения урока.
45. Задачи и содержание частей урока. Организация и методика проведения подготовительной, основной и заключительной частей урока.
46. Единство технико-тактической подготовки фехтовальщиков. Основные принципы становления технико-тактического мастерства.
47. Методика проведения разминки фехтовальщика. Характеристика и классификация общеразвивающих упражнений.
48. Упражнения для специальной физической подготовки – характеристика и классификация.
49. Методика составления комплексов упражнений на развитие скоростно-силовых качеств фехтовальщиков.
50. Методика составления комплексов упражнений на развитие быстроты реакции (простой и сложной) у фехтовальщиков.
51. Методика составления комплексов упражнений на развитие специальной выносливости фехтовальщиков.
52. Методика составления комплексов упражнений на развитие специальной ловкости фехтовальщиков, ориентировки в пространстве.
53. Методика составления комплексов упражнений на развитие специальной гибкости и подвижности в суставах у фехтовальщиков.
54. Методика составления комплексов упражнений для освоения приемов по этапам: ознакомление, разучивание, закрепление и совершенствование.
55. Характеристика парных упражнений и их место в групповом уроке как одного из основных методов изучения и совершенствования приемов и действий в фехтовании.
56. Виды упражнений с партнером и особенности методики проведения упражнений с партнером.
57. Методика предупреждения возникновения ошибок в технике выполнения приемов у фехтовальщиков.
58. Методика предупреждения ошибок при выполнении упражнений тактической направленности у фехтовальщиков.
59. Методика составления конспекта подготовительной части урока по фехтованию.

60. Методика составления конспекта основной части урока по фехтованию.

***Примерный перечень вопросов к зачету по дисциплине
для обучающихся на 2-м курсе***

1. Правила соревнований и влияние их на развитие фехтования. Уровень развития фехтования в регионах России.
2. Педагогические установки в обучении спортивному фехтованию.
3. Личностные качества и их трансформация в процессе занятий фехтованием.
4. Формы организации занятий фехтованием.
5. Индивидуальный урок и его место в освоении техники и тактики фехтования.
6. Упражнения с партнером в тренировке фехтовальщика.
7. Упражнения без партнера и их место в тренировке фехтовальщика.
8. Тренировочные бои и их направленность.
9. Боевая практика в структуре тренировочного процесса у начинающих и квалифицированных фехтовальщиков.
10. Специальные методы тренировки фехтовальщиков.
11. Техничко-тактические приоритеты в методике тренировки.
12. Последовательность обучения отдельному приему.
13. Последовательность освоения типовых боевых действий и тактических умений.
14. Моделирование действий с различными технико-тактическими характеристиками в видах фехтования.
15. Соревновательная деятельность в фехтовании на рапирах и ее отличительные особенности.
16. Основы техники и тактики в фехтовании на рапирах.
17. Базовые действия в фехтовании на рапирах.
18. Методические особенности обучения начинающих фехтовальщиков на рапирах.
19. Методы показа и рассказа, выполнения техники приема по разделениям.
20. Технические ошибки в выполнении приемов передвижений. Способы их исправления.
21. Типовые ошибки, возникающие при выполнении верхних защит в фехтовании на рапирах и способы их профилактики и исправления.
22. Способы исправления ошибки, выражающейся в замахе рукой при выполнении атакующих действий.
23. Способы специализации простой реакции и формирования тактических умений на базе простых реагирований.
24. Способы специализации реакции выбора и формирования тактических умений на базе сложных реагирований.

25.Способы специализации дифференцировочной реакции выбора и переключения. Способы формирования тактических умений на базе дифференцировочных реагирований.

26.Вероятностное прогнозирование в поединках фехтовальщиков на рапирах.

27.Составление комплексов упражнений в «рипостной игре» при освоении 4-й защиты.

28.Составление комплексов упражнений в «контрах» при освоении техники укола прямо, переводом и 4-й и 6-й защит.

29.Составление комплексов упражнений с мишенью на совершенствование точности укола.

30.Составление комплексов упражнений с взаимопомощью при освоении повторной атаки уколом переводом.

Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине для обучающихся на 2-м курсе

1. Динамика результатов сборных команд России по фехтованию на крупных международных соревнованиях (чемпионатах мира и Олимпийских играх) за последние годы.

2. Единство и взаимосвязь общественных и личных целей на примере тренировки в фехтовании.

3. Частные задачи тренировки и значение их оптимального решения для достижения конечной цели.

4. Формы и направленность прогнозирования в фехтовании.

5. Сбор информации для составления прогноза с учетом возраста занимающихся и периода подготовки.

6. Модельные характеристики фехтовальщика с учетом возраста, стажа спортивной деятельности и морфологических признаков (роста, длины рук и ног, веса).

7. Модельные характеристики фехтовальщика с учетом уровня специальной физической подготовленности.

8. Модельные характеристики фехтовальщика с учетом уровня технической подготовленности.

9. Модельные характеристики фехтовальщика с учетом уровня тактической подготовленности.

10.Модельные характеристики фехтовальщика с учетом уровня психологической подготовленности.

11. Методы прогнозирования, используемые в теории и методике фехтования.

12. Ориентировочные функции прогноза и его воздействие на процесс управления подготовкой.

13. Комплексное применение методов прогнозирования.

14. Краткосрочное (оперативное), среднесрочное и долгосрочное прогнозирование.

15. Прогнозирование и планирование спортивных достижений с учетом сроков и возрастных категорий.
16. Характеристика современного фехтования на шпагах.
17. Особенности техники фехтования на шпагах.
18. Анализ техники основных положений и передвижений шпажистов.
19. Подводящие и специально-подготовительные упражнения, способствующие овладению и совершенствованию техники фехтования на шпагах.
20. Кинематические характеристики движения и работы мышц. Двигательная структура отдельного приема.
21. Ошибки в технике, устранение их причин и основные пути предупреждения. Методики исправления ошибок.
22. Контроль за процессом овладения техникой приемов фехтования на шпагах.
23. Особенности техники выдающихся российских и зарубежных шпажистов.
24. Методические приемы, применяемые при обучении и совершенствовании основных положений и передвижений шпажистов.
25. Анализ техники атак уколom в различные сектора поражаемой поверхности с учетом способа выполнения и дистанции.
26. Анализ техники защит с ответом с учетом способа выполнения и дистанции.
27. Анализ техники уколов в контратаках, повторных и ответных атаках, сдвоенных уколов.
28. Анализ техники атак с действием на оружие, атак с финтами типа «прямо-прямо», «прямо - перевод» и др.
29. Анализ техники сложных защит и ответов уколами без оппозиции и с оппозицией.
30. Особенности тактики и технико-тактического мастерства фехтовальщиков на шпагах.
31. Содержание тактической подготовки шпажистов.
32. Особенности и характеристика подготавливающих действий фехтовальщиков на шпагах.
33. Анализ технико-тактического мастерства лучших российских и зарубежных фехтовальщиков на шпагах.
34. Анализ применения ложных, простых и сложных атак с последующими повторными действиями в боях на шпагах.
35. Анализ технико-тактического взаимодействия в ближней дистанции, а также в бою против противников различного стиля в шпажном фехтовании.
36. Последовательность обучения и технико-тактического совершенствования фехтовальщиков на шпагах.
37. Тактические варианты встречных действий: прямая рука, контратака, сдвоенные уколы и др.
38. Методика обучения и технико-тактического совершенствования шпажистов с учетом возраста и стажа занятий.

39. Характеристика парных упражнений и их место в групповом уроке по фехтованию на шпагах.
40. Разновидности и содержание парных упражнений: «взаимопомощь», «взаимоуроки», «рипостная игра», «контры» в фехтовании на шпагах.
41. Особенности использования разновидностей парных упражнений по мере роста квалификации фехтовальщиков.
42. Методика подбора и проведения упражнений с партнером при обучении и совершенствовании отдельных приемов и действий.
43. Дозировка и интенсивность выполнения упражнений в парах в тренировках с юными фехтовальщиками.
44. Использование отдыха и перерывов при проведении парных упражнений для подробного анализа действий партнеров.
45. Разбор методических приемов, применяемых при проведении упражнений с партнером.
46. Разбор методических приемов, способствующих эмоциональному проведению упражнений.
47. Психограмма фехтования — отражение закономерностей поединка фехтовальщиков.
48. Характеристика наиболее важных психических качеств для фехтовальщиков.
49. Формирование и совершенствование личностных качеств: решительности, смелости, уверенности в своих действиях и др.
50. Характеристика психических процессов, способствующих успешному проявлению различных специализированных свойств фехтовальщиков.
51. Взаимосвязь психических качеств фехтовальщика с тактикой ведения боя. Роль зрительного и тактильного анализаторов в восприятии обстановки боя.
52. Двигательные реакции и их проявления у фехтовальщиков: простая, дизъюнктивная, дифференцировочная, антиципирующая.
53. Свойства внимания и их значение в подготовке фехтовальщиков.
54. Тренировка специализированных качеств фехтовальщиков в упражнениях с партнером.
55. Разбор упражнений с партнером, способствующих совершенствованию различных свойств внимания, способности к переключению и распределению внимания.
56. Разбор упражнений, способствующих развитию восприятия пространственно-временных характеристик движений (своих и противника) по моменту начала действий, дистанции, амплитуде, ритму.
57. Формы организации занятий в практике подготовки фехтовальщиков различного возраста.
58. Содержание и задачи различных форм организации занятий фехтованием с учетом возраста и стажа тренировки.
59. Цель и содержание специфических методов тренировки на различных этапах подготовки юных фехтовальщиков.
60. Методы технико-тактического совершенствования в фехтовании.

**Примерный перечень вопросов к зачету по дисциплине
для обучающихся на 3-м курсе**

1. Психоспортограмма фехтования. Двигательные реакции, свойства внимания, память, вероятностное прогнозирование в структуре соревновательной деятельности.
2. Скорость приема и переработки информации в структуре принятия тактических решений.
3. Специализированные «чувства» фехтовальщика и их психофизиологическая основа.
4. Содержание и направленность психологической подготовки.
5. Методы технико-тактической подготовки. Повторение действий в заданной ситуации.
6. Нормирование количества (продолжительности) серий выполняемых действий.
7. Сочетание альтернативных действий при специализировании реагирования.
8. Произвольное чередование взаимозаменяемых действий в заданных ситуациях.
9. Усложнение идеомоторных действий при выборе и применении действий.
10. Самостоятельный выбор и вербальная установка спортсмена на применение действий.
11. Моделирование тактических сюжетов с вероятностным составом и последовательностью действий в схватке.
12. Моделирование вероятностной последовательности действий в бою.
13. Регулирование уровня напряженности упражнений, экстремальности ситуаций.
14. Характеристика учебных боев технической направленности.
15. Характеристика учебных боев тактической направленности.
16. Характеристика учебных боев смешанной направленности.
17. Соревновательная деятельность в фехтовании на саблях.
18. Основы техники и тактики фехтования на саблях.
19. Типовые ошибки в технике владения саблей.
20. Умения, основанные на проявлениях двигательных реакций в боях на саблях.
21. Тактические умения преднамеренно действовать в типовых ситуациях боев на саблях.
22. Индивидуальный урок в фехтовании на саблях. Особенности специализированных движений и действий тренера.
23. Типовые ошибки в двигательных действиях тренера в индивидуальном уроке фехтования на саблях.
24. Моделирование тактических характеристик ведения боя в фехтовании на саблях при освоении действий наступления и обороны.

25. Педагогические наблюдения среди методов исследований в теории и методике фехтования.
26. Статистические методы в процессе исследований состава двигательных операций соревновательной деятельности.
27. Составление плана проведения исследований по теме ВКР.
28. Объем, интенсивность и психическая напряженность упражнений в тренировке фехтовальщиков.
29. Уровень тренированности фехтовальщиков и технологии его оценки.
30. Построение функциональной тренировки.

***Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине
для обучающихся на 3-м курсе***

1. Классификация приемов и действий в фехтовании.
2. Общая характеристика упражнений, применяемых фехтовальщиком в тренировке.
3. Методы тренировки и методические приемы, способствующие развитию и совершенствованию физических качеств с учетом периода подготовки, возраста, пола и стажа занятий.
4. Характеристика специфических методов тренировки в фехтовании.
5. Комплексное применение средств и методов тренировки.
6. Использование метода тренировки без противника для овладения основными положениями и передвижениями и их совершенствования.
7. Использование метода тренировки с условным противником для совершенствования различных компонентов техники.
8. Использование метода тренировки с противником (партнером) для совершенствования специализированных умений.
9. Использование метода тренировки с противником для совершенствования действий с учетом индивидуальных особенностей фехтовальщиков (манера ведения боя, фехтовальщик-левша и т.п.).
10. Использование метода индивидуального обучения и совершенствования (взаимные уроки).
11. Характеристика процесса технической подготовки фехтовальщиков.
12. Роль технической подготовки в тренировке фехтовальщика.
13. Методика технической подготовки в фехтовании и ее особенности в зависимости от периодов и этапов годового цикла.
14. Индивидуальные характеристики двигательных реакций фехтовальщиков, их учет и влияние на оснащение спортсмена средствами нападения и обороны.
15. Методика совершенствования комплекса специализированных умений, основанных на проявлении простых и сложных двигательных реакций.
16. Методика совершенствования комплекса специализированных умений, основанных на проявлении реакции предвосхищения пространства и времени в ходе взаимодействия с противником.

17. Совершенствование техники приемов фехтования в условиях проявления специализированных умений и различных видов реагирования.
18. Методика составления комплекса упражнений с партнером, моделирующих ситуации боя с различными проявлениями двигательных реагирования.
19. Особенности методики проведения упражнений с партнером и индивидуальных уроков, направленных на совершенствование техники приемов в условиях проявления специализированных умений.
20. Методика составления конспекта индивидуального урока технической направленности в условиях реагирования на обусловленный зрительный и тактильный сигналы.
21. Критерии оценки технической подготовленности фехтовальщиков.
22. Анализ средств тактической подготовки фехтовальщиков.
23. Характеристика подготавливаемых средств и их место в бою с противниками различного стиля.
24. Методика проведения в групповом уроке упражнений с партнером, направленных на развитие тактического мышления.
25. Систематизация и содержание упражнений для развития тактических умений и способностей.
26. Методика формирования навыка наблюдения за тренировочными и соревновательными боями и последующего анализа боевых действий.
27. Методика составления конспектов индивидуальных уроков тактической направленности с задачей развития тактического мышления и способностей обыгрывания противника.
28. Критерии оценки тактической подготовленности фехтовальщиков.
29. Значение физической подготовки в становлении мастерства фехтовальщика.
30. Особенности ОФП и СФП у фехтовальщиков, характеристика средств общей и специальной физической подготовки.
31. Планирование физической подготовки в многолетней тренировке фехтовальщиков.
32. Методика развития гибкости и подвижности в суставах у фехтовальщиков.
33. Специфика утомления в фехтовании.
34. Методика развития точности движений. Упражнения для воспитания навыков в определении расстояния до противника и точности уколов.
35. Психолого-педагогическая характеристика фехтования.
36. Компоненты психологической подготовки. Создание психологических предпосылок для ускорения технико-тактического совершенствования.
37. Формирование тактической инициативы. Освоение реальной оснащенности средствами ведения поединков и имеющихся резервов к расширению их состава.
38. Повышение уровня проявлений психических свойств фехтовальщиков.
39. Совершенствование волевых и личностных качеств в процессе занятий фехтованием.

40. Специализирование двигательных реакций, внимания, идеомоторных представлений, памяти, мышления у фехтовальщиков.
41. Средства саморегуляции психических процессов и эмоциональных состояний в соревнованиях фехтовальщиков.
42. Критерии оценки психологической подготовленности фехтовальщиков.
43. Значение интеллектуальной подготовки фехтовальщиков. Формы и методы интеллектуальной подготовки, воспитание интеллектуальных способностей у фехтовальщиков.
44. Задачи, содержание и виды спортивного отбора в фехтовании.
45. Методы тестирования, диагностики и оценки физических и психомоторных качеств фехтовальщиков.
46. Организация отбора и комплектование групп фехтовальщиков на различных этапах подготовки для участия в соревнованиях.
47. Формы организации занятий в практике подготовки фехтовальщиков с учетом возрастных особенностей, периодов и этапов учебно-тренировочного процесса.
48. Типовая направленность урока фехтования, цель и содержание, обеспечивающие комплексность воздействия на подготовленность спортсмена в соответствии с задачами периода и этапа годичного цикла.
49. Особенности форм проведения упражнений с учетом конкретных педагогических задач повышения отдельных сторон подготовки фехтовальщиков.
50. Упражнения с партнером как основная форма проведения упражнений в групповом уроке по фехтованию.
51. Содержание педагогических усилий тренера по фехтованию на этапах спортивного совершенствования и высшего мастерства.
52. Закономерности тренировки в фехтовании как важнейшей части системы подготовки.
53. Принципы построения тренировочного процесса с учетом нормирования тренировочных нагрузок и участия в соревнованиях.
54. Особенности использования принципов построения тренировочного процесса в фехтовании с учетом возраста, пола, периода и этапа подготовки.
55. Последовательность освоения атакующих и защитно-ответных действий, различающихся по количественным и моментным характеристикам их выполнения.
56. Последовательность обучения разновидностям действий, различающихся по степени готовности и особенностям реагирования в видах фехтования.
57. Техника фехтования на саблях и ее особенности.
58. Особенности тактики фехтования на саблях.
59. Специализированные движения тренера и их моделирование в индивидуальном уроке в видах фехтования.
60. Возможные ошибки с двигательных действиях тренеров и методика их предупреждения и исправления.

Примерная тематика курсовых работ для обучающихся на 3-м курсе

1. Индивидуальный урок как метод тренировки на различных этапах годового цикла подготовки фехтовальщиков.
2. Требования к специализированности профессионально-педагогических навыков и умений тренера по фехтованию.
3. Специализированные характеристики состава двигательных действий тренера по фехтованию (на рапирах, шпагах, саблях).
4. Моделирование ситуаций для тренировки специальных умений и навыков тренера по фехтованию (на рапирах, шпагах, саблях).
5. Техническая тренировка и двигательные возможности в фехтовании (на рапирах, шпагах, саблях).
6. Содержание и направленность тактической тренировки в фехтовании (на рапирах, шпагах, саблях).
7. Тактическая сущность действий, ситуаций и способов их применения в фехтовании (на рапирах, шпагах, саблях).
8. Моделирование типовых ситуаций для выбора и применения действий в фехтовании (на рапирах, шпагах, саблях).

Примерный перечень вопросов к зачету по дисциплине для обучающихся на 4-м курсе

1. Организационно-методические основы построения подготовки фехтовальщиков.
2. Программа для ДЮСШ и ее место в системе подготовки юных фехтовальщиков.
3. Возрастные этапы тренировки фехтовальщиков и динамика объемов (в часах) технико-тактической подготовки.
4. Особенности проведения занятий с юными фехтовальщиками на этапе начальной подготовки.
5. Основы составления годового плана тренировки со спортсменами учебно-тренировочных групп.
6. Прогнозирование достижений спортсменов.
7. Отбор спортсменов и комплектование команд по видам фехтования.
8. Совершенствование оснащенности фехтовальщиков и освоение тактических моделей ведения боя.
9. Методики расширения составов действий и тактических умений.
10. Коррекции в составах действий и тактических моделях ведения боев.
11. Объективные факторы, воздействующие на формирование состава действий и тактику ведения боев.
12. Расширение тактических возможностей для эффективного применения действий.
13. Диагностика спортивных способностей и оценки специальной тренированности.

14. Двигательные качества и индивидуализация тактической подготовки фехтовальщиков.
15. Личностные и психофизиологические свойства в процессе индивидуализация тактической подготовки фехтовальщиков.
16. Специализированные движения тренера в индивидуальном уроке (в видах фехтования).
17. Типовые ошибки в двигательных действиях тренеров, методика их предупреждения и исправления.
18. Двигательные действия тренера в индивидуальном уроке при формировании помехоустойчивости.
19. Точность укола в фехтовании на рапирах и ее составляющие.
20. Методы исследования техники в фехтовании.
21. Методы исследования состава действий, применяемых фехтовальщиком во время соревнований.
22. Создание психологической готовности к соревнованиям.
23. Средства специальной тренировки.
24. Педагогический контроль соревновательной деятельности, технико-тактического совершенствования.
25. Управлением спортсменами во время личных и командных соревнований.
26. Уровень тренированности фехтовальщиков и технологии его оценки.
27. Особенности содержания и проведения индивидуальных уроков со спортсменами на этапе начальной специализации и углубленной тренировки.
28. Характеристика базовых действий в фехтовании на шпагах.
29. Характеристика базовых действий в фехтовании на саблях.
30. Методы преодоления психологических барьеров в процессе подготовки фехтовальщиков к соревнованиям.

***Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине
для обучающихся на 4-м курсе***

1. Методы записи поединков с целью их педагогического анализа.
2. Объем и результативность применяемых действий как основа анализа операционного состава.
3. Индивидуализация технико-тактической подготовки на основе анализа объемов и результативности используемых действий.
4. Специальные методы технико-тактического совершенствования (перечислить).
5. Метод повторения действий в заданных ситуациях.
6. Метод нормирования количества (продолжительности) серий выполняемых действий.
7. Метод сочетания альтернативных действий при специализировании реагирований.
8. Метод произвольного чередования взаимозаменяемых действий.

9. Метод усложнения идеомоторных представлений при выборе и применении действий.
10. Метод самостоятельного выбора и вербальной установки спортсмена на применение действий.
11. Метод моделирования тактических сюжетов с вероятностным составом и последовательностью действий в схватке.
12. Построение годичного цикла в системе подготовки высококвалифицированных фехтовальщиков (общая характеристика).
13. Психическая напряженность специализированных упражнений как основа планирования тренировочной нагрузки.
14. Характеристика соревновательного мезоцикла подготовки фехтовальщиков высокой квалификации.
15. Восстановительный микроцикл в подготовке высококвалифицированных фехтовальщиков.
16. Психологическая подготовленность фехтовальщика и критерии ее оценки.
17. Понятие «ситуативной готовности» при применении действий (преднамеренно, экспромтно).
18. Характеристика преднамеренных действий.
19. Характеристика экспромтных действий.
20. Характеристика преднамеренно-экспромтных действий.
21. Тактические составляющие ведения схваток (дистанция поля боя; время на подготовку укола или удара; инициатива начала схватки).
22. Последовательность обучения отдельному приему (общая характеристика).
23. Средства и методы ознакомления с приемом.
24. Средства и методы разучивания приема.
25. Средства и методы совершенствования приема.
26. Техника фехтования и критерии ее оценки.
27. Критерии оценки тактической подготовленности фехтовальщика (общая характеристика).
28. Тактические знания в подготовке фехтовальщика.
29. Тактические умения в подготовке фехтовальщика.
30. Возрастная динамика освоения тактических умений.
31. Принципы построения тренировки фехтовальщика (общая характеристика).
32. Возрастные этапы подготовки юных фехтовальщиков (общая характеристика).
33. Этап предварительной подготовки юных фехтовальщиков.
34. Этап начальной специализации и его возрастные особенности.
35. Этап углубленной тренировки и его возрастные особенности.
36. Этап спортивного совершенствования и его возрастные особенности.
37. Формы организации учебно-тренировочного процесса.
38. Формы проведения упражнений в учебно-тренировочном занятии (общая характеристика).

39. Разновидности и содержание упражнений с партнером.
40. Индивидуальный урок в системе технико-тактической подготовки (общая характеристика).
41. Тренерская техника при проведении индивидуального урока.
42. Индивидуальный урок технической направленности.
43. Индивидуальный урок тактической направленности.
44. Специфические методы тренировки в фехтовании.
45. Техника и тактика в фехтовании: взаимосвязь и взаимовлияние.
46. Подготавливающие действия и использование их в поединке.
47. Современная система проведения соревнований по фехтованию (отборочный тур, прямое выбывание).
48. Показательные выступления по фехтованию и методы их организации.
49. Сценическое фехтование, его особенности и своеобразие.
50. Техника безопасности при проведении тренировочных занятий и соревнований.
51. Психологические свойства фехтовальщика и их учет в процессе тренировки и индивидуализации подготовки (общая характеристика).
52. Свойства внимания и их проявление в поединке.
53. Разновидности двигательных реакций в структуре ведения поединков.
54. Двигательные качества и возрастная динамика их проявления в поединках фехтовальщиков.
55. Особенности отбора в детские секции фехтования.
56. Средства и методы восстановления в фехтовании.
57. Характеристика педагогических средств восстановления.
58. Характеристика гигиенических средств восстановления.
59. Умения и навыки тренера при проведении индивидуального урока.
60. Содержание и последовательность действий арбитра.

Примерная тематика выпускных квалификационных работ

1. Методы технико-тактического совершенствования в тренировке квалифицированных фехтовальщиков на рапирах (шпагах, саблях).
2. Показатели скоростно-силовой подготовленности у фехтовальщиков на различных этапах тренировки (начальной специализации, углубленной тренировки, спортивного совершенствования).
3. Дистанционные характеристики нанесения укола при реализации боевых действий в фехтовании на рапирах (шпагах).
4. Дистанционные характеристики нанесения удара при реализации боевых действий в фехтовании на саблях.
5. Двигательные качества фехтовальщиков, определяющие успешность соревновательной деятельности.
6. Двигательные реакции, обеспечивающие эффективность боевых действий в фехтовании на рапирах (шпагах, саблях).

7. Свойства личности и их отражение в тактике ведения поединков у фехтовальщиков на рапирах (шпагах, саблях).

8. Техничко-тактические характеристики разновидностей атак и противодействий атакам в соревновательных поединках фехтовальщиков на рапирах (шпагах, саблях).

9. Возрастная динамика показателей применения боевых действий по этапам многолетней подготовки фехтовальщиков на рапирах (шпагах, саблях).

10. Применение метода круговой тренировки для совершенствования специальной физической подготовки квалифицированных фехтовальщиков.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Теория и методика ИВС (фехтования)»

а) Основная литература:

1. Фехтование: Учебник для институтов физической культуры / Под общ.ред. В.А.Аркадьева. – М.: Физкультура и спорт, 1959. – 482 с.
2. Фехтование: Учебник для институтов физической культуры / Под общ.ред. К.Т.Булочко – М.: Физкультура и спорт, 1967. – 427 с.
3. Фехтование: Учебник для институтов физической культуры / Под общ.ред. Д.А.Тышлера. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 331 с.
4. Спортивное фехтование: Учебник для вузов физической культуры / Под общ.ред. Д.А.Тышлера – М.: Изд. ФОН, 1997. – 385 с.
5. Фехтование. XXI век. Техника. Тактика. Психология. Управление тренировкой / Составитель и общий редактор Д.А. Тышлер. – М.: Человек, 2014. – 232 с.

б) Дополнительная литература:

1. Аркадьев В.А., Хозиков Ю.Т. Фехтование. Индивидуальный урок. – М.: Советская Россия, 1962. -
2. Аркадьев В.А. Тактика в фехтовании. – М.: Физкультура и спорт, 1969. – 181 с.
3. Келлер В.С. Деятельность спортсменов в вариативных конфликтных ситуациях. – Киев: Здоров'я, 1977. – 181 с.
4. Келлер В.С., Тышлер Д.А. Тренировка фехтовальщиков. – М.: Физкультура и спорт, 1972. – 182 с.
5. Мидлер М.П., Тышлер Д.А. Тренировка в фехтовании на рапирах. – М.: Физкультура и спорт, 1966. – 195 с.
6. Мидлер М.П., Тышлер Д.А. Психологическая подготовка фехтовальщиков. – М.: Физкультура и спорт, 1969. – 127 с.
7. Мовшович А.Д. Фехтование на шпагах. Научные данные и спортивная тренировка. – М.: Академический Проект, 2008. – 119 с.
8. Мовшович А.Д. Тренировка юных фехтовальщиков : монография. – М.: Физическая культура, 2013. – 114 с.
9. Пономарев А.Н. Парные упражнения в подготовке фехтовальщика. – М.: Физкультура и спорт, 1968. – 102 с.
10. Пономарев А.Н. Фехтование: от новичка до мастера. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 144 с.
11. Правила организации и проведения соревнований по спортивному фехтованию Российской Федерации / Под общей редакцией А.И. Павлова. – М., 2007. – 128 с.
12. Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта «Фехтование» / Под общей редакцией А.Д. Мовшовича. – М., 2016. – 252 с.

13. Смоляков Ю.Т., Тышлер Д.А. Фехтование на шпагах (Соревновательная деятельность и методика технико-тактического совершенствования). – Минск: Вышэйшая школа, 1985. – 160 с.

14. Тышлер Г.Д., Бычков Ю.М., Тышлер Д.А. Тренировка чемпиона. – М.: «Терра-Спорт», 2006. – 231 с.

15. Тышлер Д.А. Фехтование на саблях (Соревновательная деятельность, спортивные способности и специализированные умения). – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 127 с.

16. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д. Физическая подготовка юных фехтовальщиков. – М.: Советский спорт, 1996. – 74 с.

17. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д., Тышлер Г.Д. Многолетняя тренировка юных фехтовальщиков: Учебное пособие. – М.: Деловая лига, 2001. – 254 с.

18. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д. Двигательная подготовка фехтовальщиков: Учебно-методическое пособие. – М.: Академический Проект, 2008. – 153 с.

19. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование. От новичка до чемпиона. – М.: Академический Проект, 2007. – 232 с.

20. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование на саблях. Техника. Тактика. Обучение. Тренировка. – М.: Академический проект, 2007. – 180 с.

21. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование. Начальное обучение. Техничко-тактические приоритеты. Методики и упражнения. – М.: Академический Проект, 2010. – 133 с.

22. Тышлер Д.А., Рыжкова Л.Г. Фехтование. Техничко-тактическая и функциональная тренировка: методическое пособие. – М.: Академический Проект, 2010. – 183 с.

23. Фехтование: Правила соревнований. – М.: Терра-Спорт, 1999. – 160 с.

24. Фехтование: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР. – М.: Советский спорт, 2004. – 144 с.

25. Фехтование: Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта для реализации в организациях дополнительного образования в группах спортивно-оздоровительного этапа подготовки. – М.: Человек, 2015. – 56 с.

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

<http://rusfencing.ru> – Федерация фехтования России

<http://fencingfuture.org/> – Международный благотворительный фонд «За будущее фехтования»

<http://www.fie.ch/> – Международная федерация фехтования

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

– **программное обеспечение дисциплины:**

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения общетехнологических задач. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796.
Прикладные программные средства		
2.	Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro -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.

– 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

Тренажер Тышлера

Тренажер Тышлера («ТТ») имеет 8 различных режимов работы (программ тренировки), для которых может быть создано бесконечное количество упражнений в дополнение к тем, что представлены в настоящем пособии.

Прибор запрограммирован на воспроизведение непредсказуемой последовательности звуковых сигналов для тренировки простых двигательных реакций. В результате многолетних наблюдений выявлено точное соотношение между последовательностью сигналов для тренировки реакций выбора (выбор из двух возможных действий), реакций переключения (от заданного действия к другому действию), предвосхищения дистанции, тренировки передвижений и др.

Реагирование на звуковые сигналы поможет овладеть ритмическими основами выполнения технически сложных движений, как в гимнастике, прыжках вводу, фигурном катании.

Известно, что для того, чтобы добиться результатов в современном спорте, необходимо тренироваться 5-6 раз в неделю и даже несколько раз в день. Это не позволяет совмещать спорт, работу и личную жизнь. Решить такую проблему теперь поможет «ТТ», ведь он моделирует индивидуальный урок с тренером и даже фехтовальный поединок, облегчает тренировку передвижений. Повторение часто используемых и наиболее эффективных приемов, применяемых в бою или фехтовальном уроке, помогает спортсменам совершенствовать технику их выполнения, скорость, точность, правильные реагирования и принятие решений на много быстрее, чем приходится в течение боя.

Фехтовальный тренажер ФТ-1

Фехтовальный тренажер ФТ-1 (в дальнейшем тренажер) предназначен для повышения эффективности тренировок и оказания помощи тренеру по оценке текущего состояния одного или двух спортсменов в двух видах оружия: рапира и шпага.

Тренажер имеет большое количество настроек для создания оптимального режима тренировки. Настройка тренажера производится тренером или спортсменом вручную перед тренировочным циклом (в дальнейшем ТЦ).

ТЦ начинается сразу после нажатия кнопки «Старт». С этого момента тренажер в автоматическом режиме задает темп и объем тренировочного цикла, порядок действий спортсмена, а также получение, обработку и отображение различной числовой информации, включающей в себя, в том числе, время реакции и точность попадания в цель.

Тренажер поддерживает виды фехтования: на рапирах и шпагах.

Вид оружия определяется автоматически во время остановленной тренировки.

Тренажер оснащен десятью стационарными датчиками и одним переносным. Стационарные датчики разбиты на три группы: фронтальные (6 штук), левые боковые (2 штуки) и правые боковые (2 штуки). В каждой тренировке работает только две группы датчиков. В зависимости от стойки,

которая может быть изменена при помощи кнопки «стойка» на пульте дистанционного управления, возможны только два варианта группировки датчиков:

- при левосторонней стойке задействованы фронтальные и левые боковые датчики;

- при правосторонней стойке задействованы фронтальные и правые боковые датчики.

Тренажер поддерживает четыре вида переключения стационарных датчиков:

- простой (всегда выбирается один датчик);
- змейка (в каждой попытке выбирается новый датчик в порядке возрастания номеров);

- случайный (в каждой попытке выбирается новый датчик в случайном порядке);

- смешанный (выполняется поочередно по 10 попыток режимы простой, змейка и случайный). В простом режиме можно выбрать необходимый датчик последовательным нажатием на кнопку «режим» пульта дистанционного управления.

Тренажер может находиться в одном из трех режимов:

- «автономный» (к тренажеру не подключен кабель связи с другим тренажером);

- «ведущий» (к тренажеру подключен кабель связи разъемом с надписью «ведущий»);

- «ведомый» (к тренажеру подключен кабель связи разъемом с надписью «ведомый»).

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Оборудование для проведения занятий

Учебная аудитория (246) для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской. Аудитория оснащена мультимедийным специализированным оборудованием, которое включает проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант».

Материально-техническое обеспечение для проведения занятий по дисциплине также включает:

- Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.
- Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.
- Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.
- Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.
- Сканер EPSON 2480 – 2005 г.
- Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.
- Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.
- Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.
- Плеер DVD BVK – 2007 г.
- Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.
- Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.
- Монитор сердечного ритма Polar S-610.

Специализированный фехтовальный зал (231) для проведения учебно-методических занятий, учебной и боевой практики со студентами. Зал оснащен мишенями, зеркалами и манекенами. В зале расчерчены фехтовальные дорожки для проведения тренировочных и соревновательных боев.

Для проведения занятий используется спортивный инвентарь:

- Учебные и электрофицированные рапиры, сабли и шпаги.
- Фехтовальная экипировка: костюмы, маски, перчатки, шнуры, электрофицированные куртки.
- Аппараты-электрофиксаторы уколов.
- Подводящие электрокабели.
- Катушки-сматыватели.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «**Теория и методика избранного вида спорта (фехтования)**» для обучающихся института **Спорта и физического воспитания 1 курса, 10 группы** направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура», профилю «**Спортивная подготовка в избранном виде спорта**» **очной формы обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины: 1, 2 семестры

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	Посещение занятий	В течение семестра	15
2	Выступление на семинаре по теме «Теоретические основы спортивного фехтования»	6 неделя	5
3	Выступление на семинаре по теме «Функциональные составляющие боевых действий»	10 неделя	5
4	Выступление на семинаре по теме «Анализ достижений российских и зарубежных спортсменов в видах фехтования на международной арене»	14 неделя	5
5	Выступление на семинаре по теме «Особенности организации и проведения групповых тренировочных занятий и соревнований по фехтованию с начинающими спортсменами»	16 неделя	5
6	Проведение комплексов упражнений, направленных на обучение и совершенствование техники передвижений в фехтовании	8 неделя	5
7	Проведение комплексов упражнений, направленных на обучение и совершенствование тактических взаимодействий с партнером	10 неделя	5
8	Проведение комплексов упражнений, направленных на	15 неделя	5

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	<i>совершенствование техники передвижений и движений клинком, выполняемых фехтовальщиком с уколом в мишень</i>		
9	<i>Написание и защита реферата по истории фехтования</i>	<i>3, 4 недели</i>	<i>15</i>
10	<i>Написание реферата по анализу достижений российских и зарубежных спортсменов в видах фехтования</i>	<i>12 неделя</i>	<i>15</i>
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

2 СЕМЕСТР

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>15</i>
2	<i>Выступление на семинаре по теме «Методология анализа действий фехтовальщика в тренировочных боях и на соревнованиях»</i>	<i>27 неделя</i>	<i>5</i>
3	<i>Выступление на семинаре по теме «Структура проведения группового занятия по фехтованию»</i>	<i>35 неделя</i>	<i>5</i>
4	<i>Выступление на семинаре по теме «Государственный стандарт спортивной подготовки по виду спорта Фехтование»</i>	<i>39 неделя</i>	<i>5</i>
5	<i>Проведение комплексов упражнений, направленных на совершенствование скоростно-силовой подготовки фехтовальщиков</i>	<i>32 неделя</i>	<i>5</i>
6	<i>Проведение комплексов упражнений, направленных на совершенствование специальной выносливости фехтовальщиков</i>	<i>35 неделя</i>	<i>5</i>
7	<i>Написание и защита реферата по двигательной тренировке фехтовальщиков</i>	<i>36 неделя</i>	<i>15</i>
8	<i>Написание и защита реферата по особенностям занятий спортивным фехтованием с различным контингентом</i>	<i>40 неделя</i>	<i>15</i>
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом

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

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

Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (фехтования)» для обучающихся института **Спорта и физического воспитания** 2 курса, 10 группы направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины: 3, 4 семестры

Форма промежуточной аттестации: зачёт, 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 (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Посещение занятий	В течение семестра	15
2	Выступление на семинаре по теме «Педагогические установки в обучении спортивному фехтованию»	4 неделя	5
3	Выступление на семинаре по теме «Последовательность освоения типовых боевых действий и тактических умений»	9 неделя	5
4	Выступление на семинаре по теме «Методика обучения приемам и действиям в фехтовании на рапирах»	11 неделя	5
5	Выступление на семинаре по теме «Средства и методы восстановления и переключения занимающихся на другую двигательную и психическую деятельность»	16 неделя	5
6	Проведение комплексов упражнений в парах, направленных на обучение и совершенствование техники передвижений в фехтовании на рапирах	6 неделя	5
7	Проведение комплексов упражнений в парах, направленных на обучение и совершенствование атак в фехтовании на рапирах	11 неделя	5
8	Проведение комплексов упражнений в парах, направленных на обучение и совершенствование противодействий атакам в фехтовании на рапирах	13 неделя	5
9	Написание и защита реферата по теме «Упражнения с партнером – как основная форма обучения юных фехтовальщиков технике и тактике фехтования»	6, 7 недели	15
10	Написание реферата по теме «Основы техники и тактики фехтования на рапирах»	10 неделя	15
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

4 СЕМЕСТР

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	15
2	<i>Выступление на семинаре по теме «Двигательные действия тренера в уроке фехтования и методика предупреждения ошибок»</i>	23 неделя	5
3	<i>Выступление на семинаре по теме «Методика обучения приемам и действиям в фехтовании»</i>	26 неделя	5
4	<i>Выступление на семинаре по теме «Действия арбитра и технологии судейства: содержание и последовательность команд и решений, определение инициативы в действиях спортсменов»</i>	30 неделя	5
5	<i>Проведение комплексов упражнений, направленных на совершенствование боевых действий, основанных на проявлениях двигательных реагирований у фехтовальщиков на шпагах</i>	33 неделя	5
6	<i>Проведение комплексов упражнений, направленных на совершенствование тактических умений преднамеренно действовать в типовых ситуациях боев на шпагах</i>	35 неделя	5
7	<i>Написание и защита реферата по теме «Профессионально-педагогические навыки и умения тренера по фехтованию в индивидуальном уроке»</i>	23,24 недели	15
8	<i>Написание и защита реферата по теме «Основы техники и тактики фехтования на шпагах»</i>	25, 26 недели	15
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом

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

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

Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (фехтования)» для обучающихся института **Спорта и физического воспитания** 3 курса, 10 группы направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины: 5, 6 семестры

Форма промежуточной аттестации: зачёт, 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 (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Посещение занятий	В течение семестра	15
2	Выступление на семинаре по теме «Содержание и направленность психологической подготовки в фехтовании»	2 неделя	5
3	Выступление на семинаре по теме «Методы технико-тактического совершенствования»	5 неделя	5
4	Выступление на семинаре по теме «Методика обучения приемам и действиям в фехтовании на саблях»	7 неделя	5
5	Проведение комплексов упражнений в парах, направленных на обучение и совершенствование атак в фехтовании на саблях	9 неделя	5
6	Проведение комплексов упражнений в парах, направленных на обучение и совершенствование противодействий атакам в фехтовании на саблях	11 неделя	5
	Написание и защита реферата по теме «Основы техники и тактики фехтования на саблях»	10 неделя	10
7	Написание и защита реферата по теме «Объекты моделирования в составе действий тренера и компоненты специализированной деятельности в индивидуальном уроке»	13, 14 недели	10
8	Формулировка темы выбранной ВКР, обоснование актуальности, цели, задач и методов исследования	16 неделя	10
9	Изложение и анализ литературных источников по избранной теме ВКР в изданиях по фехтованию и смежных дисциплинах	17 неделя	10
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

6 СЕМЕСТР

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	15
2	<i>Выступление на семинаре по теме «Совершенствование двигательных реакций, проявлений свойств внимания, памяти и мышления, волевых и личностных качеств у фехтовальщиков»</i>	24 неделя	5
3	<i>Выступление на семинаре по теме «Педагогический контроль соревновательной деятельности, технико-тактического совершенствования»</i>	28 неделя	5
4	<i>Выступление на семинаре по теме «Уровень тренированности фехтовальщиков и технологии его оценки»</i>	34 неделя	5
5	<i>Подготовка конспектов и проведение индивидуальных уроков со спортсменами на этапе начальной специализации</i>	35 неделя	5
6	<i>Подготовка конспектов и проведение индивидуальных уроков со спортсменами на этапе углубленной специализации</i>	37 неделя	5
7	<i>Обоснование организации исследования по теме избранной ВКР. Описать методики исследования</i>	37, 38 недели	15
8	<i>Оформление курсовой работы с полученными результатами исследования в виде таблиц и рисунков</i>	39, 40 недели	15
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом

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

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

Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (фехтования)» для обучающихся института **Спорта и физического воспитания 4 курса, 10 группы** направления подготовки **49.03.01 – «Физическая культура»**, профилю «**Спортивная подготовка в избранном виде спорта**» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины: 7, 8 семестры

Форма промежуточной аттестации: зачёт, 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 (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Посещение занятий	В течение семестра	15
2	Выступление на семинаре по теме «Отбор спортсменов и комплектование команд по видам фехтования»	2 неделя	5
3	Выступление на семинаре по теме «Диагностика спортивных способностей и оценка специальной тренированности»	6 неделя	5
4	Выступление на семинаре по теме «Специальные нагрузки фехтовальщиков и проблемы восстановления»	10 неделя	5
5	Проведение комплексов упражнений в парах, направленных на совершенствование умений, основанных на проявлениях двигательных реакций у фехтовальщиков	11 неделя	5
6	Проведение комплексов упражнений в парах, направленных на совершенствование умений, основанных на проявлениях свойств внимания, памяти и мышления у фехтовальщиков	13 неделя	5
7	Написание и защита реферата по теме «Объективные факторы, воздействующие на формирование состава действий и тактику ведения боев»	4, 5 недели	15
8	Написание реферата по теме «Двигательные и психические качества в структуре технико-тактического совершенствования фехтовальщиков»	8 неделя	15
9	Подготовка ВКР для предварительного рецензирования	16 неделя	10
10	Подготовка доклада и презентации для предварительной апробации ВКР	17 неделя	10
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

8 СЕМЕСТР

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	15
2	<i>Выступление на семинаре по теме «Определение уровня освоения специальных умений у фехтовальщиков»</i>	24 неделя	5
3	<i>Выступление на семинаре по теме «Общий уровень (состояние) специальной тренированности»</i>	29 неделя	5
4	<i>Выступление на семинаре по теме «Планирование тренировочной нагрузки в годичном цикле подготовки фехтовальщиков»</i>	34 неделя	5
5	<i>Подготовка конспектов и проведение индивидуальных уроков со спортсменами на этапе начальной специализации</i>	35 неделя	5
6	<i>Подготовка конспектов и проведение индивидуальных уроков со спортсменами на этапе углубленной специализации</i>	37 неделя	5
7	<i>Завершение и подготовка ВКР для рецензирования на кафедре</i>	35 неделя	15
8	<i>Подготовка доклада и презентации для апробации ВКР на кафедре</i>	37 неделя	15
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом

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

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

Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.

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



Институт Спорта и физического воспитания

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

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.Б.20 ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА
(ФЕХТОВАНИЯ)»**

(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

1. Общая трудоемкость дисциплины составляет – **47 зачетных единиц, 1692 академических часа** (экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 664, самостоятельная работа – 992 часа).

2. Семестры освоения дисциплины: *1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 семестры.*

3. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (ИВС)» по профилю подготовки бакалавра по фехтованию, в соответствии с общими целями основной образовательной программы высшего профессионального образования, является:

- изучение теоретических и методических основ тренировки фехтовальщиков, совершенствование специальных знаний, умений и профессионально-педагогических навыков проведения занятий по всем звеньям физкультурно-спортивного движения с различным контингентом занимающихся, навыков практического воздействия на подготовку спортсменов различного возраста, пола и квалификации, с учетом их индивидуальных особенностей.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

В результате освоения дисциплины «Теория и методика ИВС (фехтования)» у выпускника должны быть сформированы общепрофессиональные и профессиональные компетенции.

Выпускник, освоивший программу дисциплины, 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);

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

– способностью организовывать и проводить соревнования, 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 дисциплины, должен обладать профессиональными компетенциями (ПК), соответствующими виду

профессиональной деятельности, на который 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);

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

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

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

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

организационно-управленческая деятельность:

– способностью 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).

5. Краткое содержание дисциплины «Теория и методика ИВС (фехтования)»

Очная форма обучения

№	Разделы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ		1					
1	Основы теории фехтования		6	20	44		
2	Основы техники и тактики фехтования		8	16	48		
3	Пропаганда спортивного фехтования как вида олимпийской программы и ориентация к занятиям			20	36		
4	Организационно-педагогические требования к проведению занятий по фехтованию			10	32		
	Итого за семестр		14	66	160		
	Промежуточная аттестация				3		Зачет
		2					
4	Организационно-педагогические требования к проведению занятий по фехтованию		4	6	27		
5	Систематики приемов и действий фехтовальщика		8	16	30		
6	Двигательная тренировка фехтовальщиков		6	22	38		
7	Проведение группового занятия и соревнований по фехтованию		2	18	20		
8	Особенности занятий спортивным фехтованием с различным контингентом		2	16	28		
	Итого за семестр		22	78	143		
	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
		3					
ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ		3					
9	Развитие фехтования, систем ведения спортивного боя и их влияние на личность тренируемых		2	16	12		
10	Методика тренировки		8	24	12		

	фехтовальщиков						
11	Фехтование на рапирах		4	16	14		
12	Контроль нагрузок на занятиях фехтованием		4	16	4		
	Итого за семестр		18	72	42		
	Промежуточная аттестация				3		Зачет
		4					
13	Индивидуальный урок как метод тренировки фехтовальщиков		2	18	12		
14	Фехтование на шпагах		6	20	15		
15	Организация и обеспечение учебно-тренировочных занятий и соревнований		2	20	12		
16	Основы научно-исследовательской деятельности в вузе		4	14	10		
	Итого за семестр		14	72	49		
	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
	ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ	5					
17	Психологическая направленность тренировки фехтовальщика		6	12	30		
18	Методика совершенствования техники и тактики у фехтовальщиков		8	8	30		
19	Фехтование на саблях		8	16	40		
20	Методика проведения индивидуального урока в видах фехтования		4	12	30		
21	Тематика, содержание и организация НИР студентов		2	16	27		
	Итого за семестр		28	64	157		
	Промежуточная аттестация				3		Зачет
		6					
22	Психофизиологические составляющие подготовленности фехтовальщиков		2	12	24		
23	Управление подготовкой квалифицированных спортсменов		4	12	16		
24	Структура и направленность тренировки фехтовальщиков		2	8	10		
25	Планирование и проведение индивидуальных уроков со спортсменами различной квалификации в видах фехтования			8	8		
26	Организация и проведение исследований в рамках ВКР			12	8		Курсовая работа
	Итого за семестр		8	52	66		
	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
	ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ	7					
27	Построение подготовки квалифицированных спортсменов		4	6	26		

28	Универсализация и индивидуализация технико-тактической подготовленности		6	20	60		
29	Возрастная динамика технико-тактического совершенствования		4	16	32		
30	Специальные умения фехтовальщиков		4	12	24		
31	Подготовка и оформление ВКР			10	27		
	Итого за семестр		18	62	169		
	Промежуточная аттестация				3		Зачет
		8					
32	Педагогический контроль эффективности тренировок и соревнований		4	12	20		
33	Уровень тренированности фехтовальщика и технологии его оценки		10	16	24		
34	Управление деятельностью фехтовальщиков в тренировках и соревнованиях		2	6	22		
35	Планирование подготовки спортсменов		2	8	8		
36	Апробация ВКР			16	12		
	Итого за семестр		18	58	86		
	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
	Итого часов:		140	524	992	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 физического воспитания

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**«Б1.Б.20 ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА
(ФЕХТОВАНИЯ)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

49.03.01 – «Физическая культура»

(код и наименование)

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

Уровень образования: *бакалавриат*

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

Год набора – 2016 г.

Москва – 2017

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

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост.боевых искусств
(наименование)
Протокол № 29 от «19» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост.боевых искусств
(наименование)
Протокол № _____ от «_____» _____ 20____ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост.боевых искусств
(наименование)
Протокол № _____ от «_____» _____ 20____ г.

Составители:

Рыжкова Лариса Геннадьевна, доктор педагогических наук, доцент,
профессор кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья,
восточных боевых искусств РГУФКСМиТ;

Мовшович Алек Давыдович, доктор педагогических наук, профессор,
профессор кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья,
восточных боевых искусств РГУФКСМиТ.

Рецензент:

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

Цель освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (фехтования)»

Целью освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (ИВС)» по профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта», в соответствии с общими целями основной образовательной программы (ООП) высшего образования, является:

- изучение теоретических и методических основ спортивной тренировки фехтовальщиков, освоение специальных знаний, умений и профессионально-педагогических навыков проведения занятий во всех звеньях физкультурно-спортивного движения с занимающимися различного возраста, пола и квалификации, с учетом их индивидуальных особенностей.

Освоение дисциплины направлено на:

- развитие творческого мышления студентов, навыков самостоятельного ведения научных исследований в области теории и методики спортивного фехтования;

- развитие умений самостоятельно повышать уровень знаний, изучать и анализировать отечественную и зарубежную научно-методическую литературу по фехтованию.

1. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Теория и методика ИВС (фехтования)» по профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» предусмотрена основной образовательной программой (ООП) в рамках изучения базовой (обязательной) части Профессионального блока учебного цикла (Б1.Б.20).

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

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

Интеграция знаний учебной дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (фехтования)» и дисциплин основной образовательной программы (ООП) бакалавриата в профессиональной подготовке будущих специалистов включает различные уровни освоения посредством логической и содержательно-методической взаимосвязи с другими частями ООП.

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения и готовности, предъявляемые к поступающим абитуриентам, а именно: история развития фехтования в России; сильнейшие фехтовальщики России и мира; правила соревнований по видам фехтования; основы техники и тактики в избранном виде фехтования; уровень двигательной подготовленности.

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

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

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

**2.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
«Теория и методика ИВС (фехтования)»,
соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-3	<i>Знать:</i>			2
	<ul style="list-style-type: none"> – Систематику приемов и действий фехтовальщика – Структуру проведения группового занятия по фехтованию – Правила проведения соревнований по спортивному фехтованию – Требования Стандарта спортивной подготовки по фехтованию 			
	<i>Уметь:</i>			2
	<ul style="list-style-type: none"> – Учитывать объективные условия соревновательной деятельности в фехтовании – Анализировать действия фехтовальщиков в боях на соревнованиях – Пользоваться терминологическим аппаратом для проведения тренировочных занятий и на соревнованиях – Соблюдать требования к оружию и экипировке спортсменов 			
	<i>Знать:</i>			4
	<ul style="list-style-type: none"> – Методику тренировки фехтовальщиков – Техничко-тактические приоритеты при обучении в видах фехтования – Последовательность освоения типовых действий и тактических умений 			
	<i>Уметь:</i>			4
	<ul style="list-style-type: none"> – Проводить занятия, используя различные формы организации – Проводить упражнения с партнером – Соблюдать последовательность освоения типовых боевых действий и тактических умений 			
	<i>Знать:</i>			6
	<ul style="list-style-type: none"> – Особенности структуры и направленность тренировки фехтовальщиков – Содержание технико-тактического совершенствования 			

	<p>фехтовальщиков</p> <p>– Особенности функциональной тренировки фехтовальщиков</p>			
	<i>Уметь:</i>			6
	<p>– Структурировать тренировку с учетом объемов, интенсивности и психической напряженности видов специализированной деятельности</p> <p>– Оценивать уровень тренированности фехтовальщиков</p>			
	<i>Владеть:</i>			6
	<p>– Навыками подготовки и проведения тренировочных занятий с фехтовальщиками, с учетом особенностей контингента занимающихся, на основе требований Стандарта спортивной подготовки</p>			
ОПК-6	<i>Знать:</i>			1
	<p>– Средства фехтования для проведения занятий оздоровительной направленности</p> <p>– Способы проведения занятий по фехтованию для пропаганды и привлечения занимающихся к здоровому образу жизни</p>			
	<i>Уметь:</i>			1
	<p>– Использовать средства фехтования для формирования навыков здорового образа жизни</p> <p>– Проводить показательные выступления для привлечения населения к регулярным занятиям оздоровительной направленности</p>			
	<i>Знать:</i>			2
	<p>– Особенности проявления скоростно-силовых качеств в фехтовании</p> <p>– Особенности проявления ловкости и гибкости в фехтовании</p> <p>– Особенности воспитания двигательных качеств в занятиях оздоровительной направленности</p>			
	<i>Уметь:</i>			2
	<p>– Проводить занятия с направленностью на развитие скоростно-силовых возможностей</p> <p>– Проводить занятия с направленностью на развитие ловкости и гибкости</p> <p>– Проводить занятия рекреационной и оздоровительной направленности с использованием элементов фехтования</p>			
	<i>Владеть:</i>			2
	<p>– Навыками подбора упражнений и проведения занятий по развитию двигательных качеств, необходимых для рекреации и оздоровления занимающихся</p>			
ОПК-8	<i>Знать:</i>			2
	<p>– Правила проведения соревнований по спортивному фехтованию</p> <p>– Особенности проведения боя в предварительном туре и туре прямого выбывания</p>			
	<i>Уметь:</i>			2

	<ul style="list-style-type: none"> – Организовывать и проводить соревнования различного уровня – Осуществлять объективное судейство соревнований 			
	<i>Знать:</i>			4
	<ul style="list-style-type: none"> – Документы по организации и проведению соревнований – Особенности организации и проведения соревнований различного уровня – Содержание и последовательность команд и решений арбитра 			
	<i>Уметь:</i>			4
	<ul style="list-style-type: none"> – Готовить документы по организации и проведению соревнований, составлять Положение о соревновании – Правильно определять инициативу в действиях спортсменов при судействе соревновательных боев 			
	<i>Владеть:</i>			4
	<ul style="list-style-type: none"> – Навыками подготовки и проведения соревнований 			
ОПК-11	<i>Знать:</i>			4
	<ul style="list-style-type: none"> – Современные технологии оценки и анализа эффективности действий фехтовальщиков в соревнованиях – Методы исследования соревновательной деятельности в фехтовании 			
	<i>Уметь:</i>			4
	<ul style="list-style-type: none"> – Правильно оценивать эффективность действий фехтовальщиков в соревновательных боях – Использовать различные методы исследования соревновательной деятельности у фехтовальщиков 			
	<i>Знать:</i>			5
	<ul style="list-style-type: none"> – Проблемы и направленность исследований техники, тактики, методики тренировки фехтовальщиков 			
	<i>Уметь:</i>			5
	<ul style="list-style-type: none"> – Применять апробированные методики по оценке техники и тактики фехтовальщиков – Корректировать методику тренировки фехтовальщика с учетом выявленных недостатков в технике и тактике 			
	<i>Владеть:</i>			5
	<ul style="list-style-type: none"> – Навыками оценки полученных данных для корректировки содержания тренировочных занятий 			
ПК-8	<i>Знать:</i>			1
	<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 			
	<i>Уметь:</i>			1
	<ul style="list-style-type: none"> – Использовать на занятиях по спортивному фехтованию знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки – Соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической 			

	культуры и спорта			
	<i>Знать:</i>			5
	– Психологические и медико-биологические основы подготовки квалифицированных фехтовальщиков – Принципы построения тренировки и методические приемы выполнения упражнений – Методы технико-тактического совершенствования фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>			5
	– Использовать на занятиях по спортивному фехтованию знания о психологической и медико-биологической составляющих подготовки спортсмена – Применять методы технико-тактического совершенствования в тренировке фехтовальщиков			
	<i>Владеть:</i>			5
	– Методическими приемами выполнения фехтовальщиками тренировочных заданий – Навыками моделировать условия и ситуации для подготовки и применения действий в индивидуальном уроке			
ПК-9	<i>Знать:</i>			1
	– Мотивационные механизмы стимуляции к занятиям фехтованием – Методы воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции			
	<i>Уметь:</i>			1
	– Стимулировать к занятиям фехтованием – Использовать средства и методы воспитания принципов честной спортивной конкуренции			
	<i>Знать:</i>			3
	– Методы формирования личности занимающихся спортивным фехтованием – Педагогические установки в обучении фехтованию, влияющие на успешность спортсмена			
	<i>Уметь:</i>			3
	– Использовать методы формирования личности у занимающихся спортивным фехтованием – Применять педагогические установки в обучении занимающихся для формирования у них морально-волевых качеств			
	<i>Владеть:</i>			3
	– Навыками применения методов формирования личности у занимающихся спортивным фехтованием – Навыками практического применения педагогических установок в обучении занимающихся для формирования у них морально-волевых качеств			
ПК-10	<i>Знать:</i>			6
	– Психофизиологические составляющие подготовленности фехтовальщиков			

	– Средства и методы управления подготовкой квалифицированных спортсменов			
	<i>Уметь:</i>			6
	– Использовать способы повышения уровня проявлений психических способностей у фехтовальщиков – Использовать методы совершенствования двигательных реакций, проявления свойств внимания, памяти, мышления, волевых и личностных качеств			
	<i>Знать:</i>			7
	– Средства специальной тренировки в фехтовании – Средства саморегуляции психических процессов и эмоциональных состояний – Способы управления технико-тактической деятельностью фехтовальщиков в соревнованиях			
	<i>Уметь:</i>			7
	– Эффективно использовать средства специальной тренировки – Выделять педагогические ориентиры на достижение спортивного мастерства – Выполнять педагогический контроль соревновательной деятельности			
	<i>Владеть:</i>			7
	– Навыками управления подготовкой квалифицированных спортсменов в тренировках и на соревнованиях – Навыками применения методов педагогического контроля за технико-тактическим оснащением фехтовальщиков			
ПК-11	<i>Знать:</i>			2
	– Требования Государственного стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Фехтование» – Требования к организациям различного типа (ДЮСШ, СДЮШОР и др.), осуществляющих спортивную подготовку			
	<i>Уметь:</i>			2
	– Выделять основные компоненты Государственного стандарта, связанные с организацией спортивной подготовки – Сопоставлять различия в организационных структурах учреждений, осуществляющих спортивную подготовку			
	<i>Уметь:</i>			6
	– Составлять планы тренировочных занятий с учетом объемов, интенсивности и психической напряженности видов специализированной деятельности – Оценивать и корректировать содержание тренировочных занятий в микроциклах и мезоциклах подготовки фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>			7
	– Моделировать условия и оценивать уровень подготовленности фехтовальщиков – Прогнозировать достижения спортсменов на различных этапах подготовки			

	– Отбирать спортсменов и комплектовать команды			
	<i>Владеть:</i>			7
	– Навыками разработки перспективных и перспективных планов подготовки квалифицированных фехтовальщиков			
ПК-13	<i>Знать:</i>			3
	– Функциональные показатели, характеризующие уровень тренированности фехтовальщиков – Средства и методы восстановления и переключения фехтовальщиков на другую двигательную и психическую деятельность			
	<i>Уметь:</i>			3
	– Контролировать за состоянием двигательной и психической сфер фехтовальщиков – Использовать средства и методы восстановления и переключения на другую двигательную и психическую деятельность			
	<i>Знать:</i>			6
	– Особенности в содержании индивидуальных уроков с занимающимися фехтованием на этапах начальной и углубленной специализации – Особенности в содержании индивидуальных уроков с фехтовальщиками на этапе совершенствования спортивного мастерства			
	<i>Уметь:</i>			6
	– Проводить индивидуальные уроки с фехтовальщиками различного уровня технико-тактической подготовленности			
	<i>Знать:</i>			8
	– Направленность и технологии педагогического контроля подготовленности – Причины, влияющие на состав действий и тактику ведения боев – Тактические советы, снижающие или повышающие уровень напряжений в усилиях спортсмена на соревнованиях			
	<i>Уметь:</i>			8
	– Вести наблюдения боев в тренировках и соревнованиях – Определять уровень освоения специальных умений фехтовальщиков – Использовать тактические установки на ведение боев в тренировках и на соревнованиях			
	<i>Владеть:</i>			8
	– Навыками планирования тренировочной нагрузки в годичном цикле подготовки – Навыками составления планов тренировки, содержания и чередования микроциклов на различных этапах подготовки			
ПК-14	<i>Знать:</i>			7
	– Возможные коррекции в составе действий и тактических моделях ведения боев фехтовальщиками – Методики совершенствования оснащенности			

	<p>фехтовальщиков</p> <ul style="list-style-type: none"> – Методики расширения состава действий и тактических умений – Принципы подбора технологий для универсализации технико-тактической тренировки 			
	<i>Уметь:</i>			7
	<ul style="list-style-type: none"> – Выделять объективные факторы, воздействующие на формирование состава действий и тактику ведения боя – Диагностировать спортивные способности и оценивать специальную тренированность фехтовальщиков – Совершенствовать тактические модели ведения боев и корректировать их при изменениях уровня притязаний 			
	<i>Знать:</i>			8
	<ul style="list-style-type: none"> – Критерии оценки технической и тактической подготовленности – Критерии оценки психологической (психической) подготовленности – Критерии оценки двигательной подготовленности – Критерии оценки теоретической (интеллектуальной) подготовленности 			
	<i>Уметь:</i>			8
	<ul style="list-style-type: none"> – Сопоставлять компоненты специализированной деятельности фехтовальщиков – Определять общий уровень (состояние) специальной тренированности фехтовальщиков 			
	<i>Владеть:</i>			8
	<ul style="list-style-type: none"> – Навыками оценки технической и тактической подготовленности – Навыками оценки психологической (психической) подготовленности – Навыками оценки двигательной подготовленности – Навыками оценки теоретической (интеллектуальной) подготовленности 			
ПК-15	<i>Знать:</i>			7
	<ul style="list-style-type: none"> – Состав действий для ведения боев и особенности методик спортивного совершенствования на различных этапах подготовки – Двигательные и психические качества спортсмена в структуре технико-тактического совершенствования 			
	<i>Уметь:</i>			7
	<ul style="list-style-type: none"> – Подбирать действия и тактические компоненты их применения с учетом индивидуальных склонностей спортсменов – Планировать специальные нагрузки и средства восстановления для фехтовальщиков по этапам годового цикла тренировки 			
	<i>Владеть:</i>			7
	<ul style="list-style-type: none"> – Навыками тренировки специальных умений, основанных на проявлениях двигательных реакций, свойств внимания, 			

	памяти и мышления у фехтовальщиков – Навыками тренировки специальных умений, основанных на проявлениях двигательных качеств у фехтовальщиков			
	<i>Владеть:</i>			8
	– Навыками тестирования и оценки характеристик выполнения приемов нападения и маневрирования, действий наступления и обороны в соревнованиях – Навыками оценки проявлений двигательных качеств, двигательных реакций, свойств внимания, памяти и мышления у фехтовальщиков в бою			
ПК-26	<i>Знать:</i>			1
	– Требования по обеспечению безопасности на занятиях фехтованием			
	<i>Уметь:</i>			1
	– Осуществлять качественный уход за применяемым в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем – Выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик			
	<i>Знать:</i>			2
	– Требования по обеспечению безопасности на соревнованиях по фехтованию			
	<i>Уметь:</i>			2
	– Составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение спортивной экипировки, инвентаря и оборудования			
	<i>Уметь:</i>			4
	– Планировать оснащение организации оборудованием, инвентарем и экипировкой спортсменов в фехтовании			
	<i>Владеть:</i>			4
	– Навыками подготовки к безопасному проведению групповых занятий по спортивному фехтованию			
ПК-28	<i>Знать:</i>			3
	– Актуальные проблемы в сфере физической культуры и спорта – Актуальные проблемы развития спортивного фехтования в России			
	<i>Уметь:</i>			3
	– Выявлять актуальные вопросы и изыскивать пути совершенствования технологий судейства и технико-тактической подготовки фехтовальщиков			
	<i>Знать:</i>			4
	– Содержание и организация научно-исследовательской работы студентов в вузах			
	<i>Уметь:</i>			4
	– Применять различные методы исследования и оценки соревновательной деятельности в фехтовании			
ПК-30	<i>Знать:</i>			5

<ul style="list-style-type: none"> – Проблемы и направленность исследований техники, тактики и методики тренировки фехтовальщиков – Особенности в определении проблемы, выборе темы, постановке задач исследования 			
<i>Уметь:</i>			5
<ul style="list-style-type: none"> – Составлять план исследовательской работы – Анализировать литературные источники по выбранной проблеме исследования 			
<i>Уметь:</i>			6
<ul style="list-style-type: none"> – Подбирать контингент испытуемых, выбирать методики исследования – Определять критерии оценки результатов исследования 			
<i>Уметь:</i>			7
<ul style="list-style-type: none"> – Подготовить и оформить результаты выполненной исследовательской работы – Сформулировать рекомендации по внедрению полученных результатов в практическую деятельность 			
<i>Владеть:</i>			7
<ul style="list-style-type: none"> – Навыками оценки результатов исследования – Навыками интерпретации полученных данных – Навыками составления научного отчета по проведенному исследованию 			

Перечисляются формируемые в результате изучения дисциплины (модуля) компетенции (указывается только шифр). Перечень компетенций приводится в соответствии с ФГОС, учебным планом и матрицей.

Также описываются знания, умения, навыки и/или опыт деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций и обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения ООП (ОПОП).

3. Структура и содержание дисциплины «Теория и методика ИВС (фехтования)»

Общая трудоемкость дисциплины составляет
 – **47 зачетных единиц, 1692 академических часа** (экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 112 часов, самостоятельная работа – 1544 часов).

Заочная форма обучения

№	Разделы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) *				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
	ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ	1					
1	Основы теории фехтования						
1.3.	История фехтования как системы владения холодным оружием		2		20		
1.4.	Исторические предпосылки формирования отечественной теории и методики фехтования		2		20		
2	Основы техники и тактики фехтования						
2.1.	Общие характеристики соревновательной деятельности и методики тренировки			2	20		
2.2.	Техника и тактика спортивного фехтования и критерии их оценки			2	20		
3	Пропаганда спортивного фехтования как вида олимпийской программы и ориентация к занятиям						
3.1.	Анализ достижений российских и зарубежных спортсменов в видах фехтования на международной арене			2	30		
3.2.	Мотивация к занятиям спортивным фехтованием			2	20		
3.3	Воспитательная работа тренера по формированию качеств личности и моральных принципов честной		2		20		

	борьбы						
3.4	Агитационно-пропагандистская работа по привлечению к занятиям спортивным фехтованием			2	20		
4	Организационно-педагогические требования к проведению занятий по фехтованию						
4.1	Обеспечение безопасности на занятиях фехтованием			2	20		
4.2	Факторы и ситуации возникновения травматизма				20		
4.3	Особенности организации и проведения групповых учебно-тренировочных занятий и соревнований по фехтованию с начинающими спортсменами				30		
	Итого за семестр		6	12	240		
	Промежуточная аттестация						Зачет
		2					
5	Систематика приемов и действий фехтовальщика						
5.2	Методология анализа действий фехтовальщика в тренировочных боях и на соревнованиях			2	10		
5.3	Терминология технических приемов и боевых действий, используемых для обучения и тренировки спортсмена в фехтовании			2	10		
6	Двигательная тренировка фехтовальщиков						
6.1	Скоростно-силовая подготовленность и особенности ее проявлений			2	10		
6.3	Ловкость и гибкость как компоненты технической подготовленности			2	10		
6.4	Проявления выносливости в отдельном бою и соревновании				20		
7	Проведение группового занятия и соревнований по фехтованию						
7.1	Структура проведения группового занятия по фехтованию				20		
7.2	Правила проведения соревнований по спортивному фехтованию				20		
7.3	Регламенты и требования к оружию и экипировке спортсменов в видах фехтования			2	20		
7.4	Особенности проведения боев в предварительном туре и туре прямого выбывания в соревнованиях по фехтованию			2	20		

8	Особенности занятий спортивным фехтованием с различным контингентом						
8.1	Государственный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «Фехтование»				20		
8.2	Занятия фехтованием в учреждениях различного типа (ДЮСШ, СДЮШОР, спортивных клубах) с учетом особенностей занимающихся (квалификации, пола, возраста и психофизиологических данных)				20		
	Итого за семестр			12	180		
	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
	ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ	3					
9	Развитие фехтования, систем ведения спортивного боя						
9.1	Актуальные проблемы развития фехтования в России		2		10		
9.3	Направленность и содержание группового тренировочного занятия по фехтованию			2	10		
9.4	Педагогические установки в обучении спортивному фехтованию				10		
10	Методика тренировки фехтовальщиков						
10.1	Формы организации и проведения тренировочных занятий с фехтовальщиками				10		
10.2	Упражнения с партнером – как основная форма обучения технике и тактике юных фехтовальщиков			2	20		
10.3	Специальные методы тренировки фехтовальщиков				10		
10.5	Последовательность освоения типовых боевых действий и формирования специальных тактических умений			2	20		
11	Фехтование на рапирах						
11.1	Основы техники и тактики фехтования на рапирах		2		10		
11.2	Методика обучения приемам и действиям в фехтовании на рапирах			2	10		
11.3	Типовые ошибки в фехтовании на рапирах, их предупреждение и исправление				20		
11.5	Тактические умения преднамеренно действовать в типовых ситуациях				20		

	боев на рапирах						
12	Контроль нагрузок на занятиях фехтованием						
12.1	Контроль за состоянием двигательной и психической сфер фехтовальщиков на основе регистрируемых функциональных показателей			2	20		
12.2	Средства и методы восстановления и переключения занимающихся на другую двигательную и психическую деятельность				30		
	Итого за семестр		4	10	200		
	Промежуточная аттестация						Зачет
		4					
13	Индивидуальный урок как метод тренировки фехтовальщиков						
13.1	Содержание, направленность и организационно-методические компоненты специализированной деятельности тренера по фехтованию			2	20		
13.3	Профессионально-педагогические навыки и умения тренера по фехтованию в индивидуальном уроке			2	20		
14	Фехтование на шпагах						
14.1	Основы техники и тактики фехтования на шпагах		2		20		
14.2	Методика обучения приемам и действиям в фехтовании на шпагах			2	20		
14.3	Типовые ошибки в фехтовании на шпагах, их предупреждение и исправление				20		
14.5	Тактические умения преднамеренно действовать в типовых ситуациях боев на шпагах				20		
15	Организация и обеспечение тренировочных занятий и соревнований по фехтованию						
15.1	Содержание и подготовка к проведению групповых занятий по спортивному фехтованию				20		
15.2	Действия арбитра и технологии судейства: содержание и последовательность команд и решений, определение инициативы в действиях спортсменов			2	20		
16	Основы научно-исследовательской деятельности в вузе						
16.1	Современные технологии оценки и анализа эффективности действий в тренировках и на соревнованиях			2	20		

16.2	Содержание и организация НИР и УИРС				10		
16.3	Методы исследования и оценки соревновательной деятельности в фехтовании				34		
	Итого за семестр		2	10	224		
	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
	ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ	5					
17	Психологическая направленность тренировки фехтовальщика						
17.1	Психологические характеристики спортивного фехтования и психофизиологические свойства квалифицированных фехтовальщиков		2				
17.2	Содержание и направленность психологической подготовки в фехтовании			2	10		
18	Методика совершенствования техники и тактики у фехтовальщиков						
18.1	Принципы построения тренировки квалифицированных фехтовальщиков				10		
18.2	Методические приемы выполнения упражнений			2			
18.3	Методы технико-тактического совершенствования				10		
19	Фехтование на саблях						
19.1	Основы техники и тактики фехтования на саблях		2				
19.2	Методика обучения приемам и действиям в фехтовании на саблях			2			
19.3	Типовые ошибки в фехтовании на саблях, их предупреждение и исправление				10		
19.5	Тактические умения преднамеренно действовать в типовых ситуациях боев на саблях				10		
20	Методика проведения индивидуального урока в видах фехтования						
20.1	Специализированные движения тренера и их моделирование в индивидуальном уроке (в видах фехтования)			2			
20.2	Объекты моделирования в составе действий тренера и компоненты специализированной деятельности в				10		

	индивидуальном уроке						
20.3	Возможные ошибки в двигательных действиях тренеров, методика их предупреждения и исправления				10		
21	Тематика, содержание и организация НИР студентов						
21.1	Проблемы и направленность исследований техники, тактики и методики тренировки фехтовальщиков				7		
21.2	Формулирование темы, определение задач и содержания ВКР. Составление плана исследовательской работы			2			
21.3	Анализ литературных источников по избранной проблеме в изданиях по фехтованию и смежных дисциплинах				10		
21.4	Оформление 1-й главы (литературного обзора) выпускной квалификационной работы (ВКР)				10		
	Итого за семестр		4	10	97		
	Промежуточная аттестация						Зачет
		6					
22	Психофизиологические составляющие подготовленности фехтовальщиков						
22.1	Повышение уровня проявлений психических свойств у спортсменов		2				
22.3	Совершенствование двигательных реакций, проявлений свойств внимания, памяти, мышления, волевых и личностных качеств у фехтовальщиков				10		
22.4	Повышение устойчивости к помехам при применении боевых действий в противоборстве с противником			2			
22.5	Создание психологической готовности к соревнованиям				10		
23	Управление подготовкой квалифицированных спортсменов						
23.1	Средства специальной тренировки в фехтовании		2		10		
23.2	Педагогические ориентиры на достижение спортивного мастерства в тренировке и соревновательной практике квалифицированных фехтовальщиков				10		
23.3	Овладение средствами саморегуляции психических процессов и эмоциональных состояний			2	10		

23.4	Педагогический контроль соревновательной деятельности, технико-тактического совершенствования			2			
24	Структура и направленность тренировки фехтовальщиков						
24.1	Содержание технико-тактического совершенствования			2			
24.2	Объемы, интенсивность и психическая напряженность тренировочной нагрузки				10		
24.3	Построение функциональной тренировки				10		
24.4	Уровень тренированности фехтовальщиков и технологии его оценки				10		
25	Планирование и проведение индивидуальных уроков со спортсменами различной квалификации в видах фехтования						
25.1	Проведение индивидуальных уроков со спортсменами на этапе спортивной специализации			2			
25.2	Проведение индивидуальных уроков со спортсменами на этапе совершенствования спортивного мастерства				10		
26	Организация и проведение исследований в рамках ВКР						
26.1	Подбор контингента испытуемых, выбор методик исследований. Определение критериев оценки результатов				10		
26.2	Проведение исследований и математическая обработка результатов				10		
26.3	Оформление результатов исследований (проблема, цель и задачи, методы, таблицы и рисунки)				17		
	Итого за семестр		4	10	127		
	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
	ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ	7					
27	Построение подготовки квалифицированных спортсменов						
27.1	Организационно-методические основы построения подготовки		2		10		
27.2	Моделирование требований к подготовленности спортсменов			2	10		
27.3	Прогнозирование достижений				10		

	спортсменов						
27.4	Отбор спортсменов и комплектование команд по видам фехтования				10		
28	Универсализация и индивидуализация технико-тактической подготовленности						
28.2	Совершенствование оснащенности фехтовальщиков и освоение тактических моделей ведения боев				10		
28.3	Методики расширения состава действий и тактических умений			2	10		
28.4	Принципы отбора технологий для универсализации технико-тактической тренировки				10		
28.5	Объективные факторы, воздействующие на формирование состава действий и тактику ведения боев				10		
28.7	Совершенствование тактических моделей ведения боев и их коррекции в тактике при изменениях уровня притязаний				10		
29	Возрастная динамика технико-тактического совершенствования						
29.1	Многолетняя тренировка: составы действий для ведения боев и особенности методик спортивного совершенствования на различных возрастных этапах		2		10		
29.2	Двигательные и психические качества в структуре технико-тактического совершенствования			2	10		
29.3	Подбор действий и тактических компонентов их применения с учетом индивидуальных склонностей спортсменов				10		
29.4	Специальные нагрузки фехтовальщиков и проблемы восстановления				10		
30	Специальные умения фехтовальщиков						
30.1	Умения, основанные на проявлениях двигательных реакций, и уровни их значимости в видах фехтования			2	20		
30.2	Умения, основанные на проявлениях свойств внимания, памяти, мышления, и их значимость в видах фехтования			2	10		
30.3	Умения, основанные на проявлениях двигательных качеств, и их				10		

	значимость для овладения техникой и тактикой фехтования						
31	Подготовка и оформление ВКР						
31.1	Подготовка и оформление результатов исследований по теме ВКР для предварительного рецензирования				20		
31.2	Апробация ВКР				12		
	Итого за семестр		4	10	202		
	Промежуточная аттестация						Зачет
		8					
32	Педагогический контроль эффективности тренировок и соревнований						
32.1	Направленность и технологии педагогического контроля		2		10		
32.2	Наблюдения боев в тренировках и соревнованиях				10		
32.3	Определение уровня освоения специальных умений				10		
32.4	Тестирование характеристик выполнения приемов нападения и маневрирования, проявлений двигательных качеств			2	10		
32.5	Учет тренировочных и соревновательных нагрузок				10		
33	Уровень тренированности фехтовальщика и технологии его оценки						
33.2	Критерии оценки технической подготовленности			2			
33.3	Критерии оценки тактической подготовленности		2				
33.4	Критерии оценки психологической (психической) подготовленности				10		
33.5	Критерии оценки двигательной подготовленности				10		
33.6	Критерии оценки теоретической (интеллектуальной) подготовленности				10		
33.7	Общий уровень (состояние) специальной тренированности				10		
34	Управление деятельностью фехтовальщиков в тренировках и соревнованиях						
34.1	Причины, влияющие на состав действий и тактику ведения боев, методики оценки и регулирования состояния спортсмена			2	10		
34.2	Тактические установки на ведение				10		

	боев в тренировках и на соревнованиях						
34.3	Тактические советы, снижающие или повышающие уровень напряжений в усилиях спортсмена на соревнованиях				10		
35	Планирование подготовки спортсменов						
35.1	Планирование тренировочной нагрузки в годичном цикле подготовки фехтовальщиков			2	10		
35.2	Содержание и чередование микроциклов на различных этапах подготовки				16		
36	Апробация ВКР						
36.1	Подготовка к презентации ВКР				10		
36.2	Доклад и предварительная защита ВКР			2	10		
	Итого за семестр		4	10	166		
	Промежуточная аттестация				27	9	Экзамен
	Всего часов		28	84	1544	36	

* Виды учебной работы: занятия лекционного типа проводятся в виде лекций с презентацией материала по изучаемой теме; практические занятия проводятся в виде семинаров, учебно-методических занятий, учебной практики.

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Теория и методика ИВС (фехтования)»

Балльная система контроля обучения

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

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

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

Примерная шкала оценки различных видов текущего контроля

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

Виды текущего контроля, их количество, число баллов, начисляемых на каждом виде, определяется кафедрой, преподающей данную дисциплину. На каждые 20-24 часа аудиторных занятий должно быть не менее двух видов текущего контроля, в том числе контроль посещения занятий. Баллы,

полученные только на рубежном контроле, не должны обеспечить получение положительной итоговой оценки.

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

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

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

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

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

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

Для получения зачета необходимо набрать количество баллов, соответствующее оценке «удовлетворительно» (D), т.е. ≥ 61 . Для стимулирования работы студентов по дисциплине за период, завершающийся зачетом, необходимо в зачетных ведомостях дублировать оценку «зачтено» оценкой по шкале ECTS. Ниже приводится шкала таких оценок.

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

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

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

Цель и задачи текущего контроля

Виды контроля:

1. Входной – позволяет определить степень готовности к изучению дисциплины на основе остаточных знаний (для взаимной увязки смежных дисциплин).

2. Рубежный (периодический) – призван выявить результаты на промежуточных этапах обучения (настраивая обучаемых на дальнейшее закрепление слабо освоенного).

3. Текущий – проводится на плановых занятиях и в ходе проверки самостоятельных работ.

4. Итоговый – служит для оценки уровня усвоения дисциплины по завершении её прохождения.

5. Остаточный (контроль остаточных знаний) – по блоку дисциплин – обеспечивает определение прочности усвоенного (через 6-12 мес.) материала; на основании его результатов корректируются программы и методика преподавания.

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

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

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

Функции текущего контроля:

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

Требования к текущему контролю.

1. Итоговые оценки определяются по результатам непрерывного текущего контроля.

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

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

Условия активизации текущего контроля:

- содействие руководства и опытных преподавателей в подготовке материалов для текущего контроля;
- стимулирование личной заинтересованности в проведении текущего контроля;
- рационализация усилий по организации активного текущего контроля.

Последнее из условий предполагает на начальном этапе наиболее трудоёмкую и кропотливую деятельность педагога.

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

***Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы
для обучающихся на 1-м курсе***

1. Анализ выступлений сборной команды России по фехтованию на последнем чемпионате Европы.
2. Анализ выступлений сборной команды России по фехтованию на последнем чемпионате мира.
3. Анализ выступлений сборной команды России по фехтованию на последней олимпиаде.
4. Сравнительный анализ достижений российских и зарубежных спортсменов в видах фехтования на международной арене.
5. Составление комплексов подводящих и специально-подготовительных упражнений, способствующих изучению техники основных положений фехтовальщика, способов передвижения и выполнения простых атак уколами прямо, переводом и переносом.
6. Составление комплексов специально-подготовительных упражнений, способствующих предупреждению и исправлению ошибок, встречающихся при обучении и совершенствовании приемов и действий с начинающими фехтовальщиками.
7. Составление комплексов специально-подготовительных упражнений, способствующих предупреждению и исправлению ошибок, встречающихся при обучении и совершенствовании тактического взаимодействия с партнером.
8. Составление словаря специальных терминов по фехтованию.
9. Составление конспектов уроков, в которых решаются задачи развития и совершенствования быстроты занимающихся.
10. Составление конспектов уроков, в которых решаются задачи развития и совершенствования силы занимающихся.
11. Составление конспектов уроков, в которых решаются задачи развития и совершенствования скоростно-силовой подготовленности занимающихся.
12. Составление конспектов уроков, в которых решаются задачи развития и совершенствования гибкости занимающихся.
13. Составление конспектов уроков, в которых решаются задачи развития и совершенствования ловкости занимающихся.
14. Составление конспектов уроков, в которых решаются задачи развития и совершенствования выносливости занимающихся.
15. Составление конспекта группового занятия по фехтованию с соблюдением структурных элементов, предусмотренных теорией и методикой спортивной тренировки.
16. Изучение регламента и требований к оружию и экипировке спортсменов в видах фехтования.
17. Изучение содержания Государственного стандарта по спортивной подготовке по виду спорта «Фехтование».

Примерная тематика рефератов для обучающихся на 1-м курсе

1. Фехтование в древнем Риме; гладиаторские поединки.
2. Особенности фехтования в раннем средневековье; традиции рыцарских турниров.
3. Итальянская школа фехтования и ее особенности.
4. Фехтование в средневековой Германии.
5. Французская школа фехтования и ее особенности.
6. Венгерская школа фехтования и ее особенности.
7. Особенности развития фехтования в России в XVIII-XIX вв.
8. Лучшие фехтовальные тренеры СССР и России.
9. Развитие классификации приемов и действий в теории и методике фехтования.
10. Состав и характеристика групп технических приемов фехтования.
11. Динамические и кинематические характеристики выполнения приемов фехтования.
12. Критерии оценки действий и анализ соревновательной деятельности в фехтовании.
13. Техника и тактика спортивного фехтования и критерии их оценки.
14. Воспитательная работа тренера по формированию качеств личности и моральных принципов честной борьбы.
15. Обеспечение безопасности на занятиях фехтованием.

Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы для обучающихся на 2-м курсе

1. Составление комплексов упражнений с партнером в «контрах» с необусловленной задачей.
2. Составление комплексов упражнений с партнером в «контрах» с обусловленной задачей.
3. Составление комплексов упражнений с партнером в «контрах» с выбором.
4. Составление комплексов упражнений с партнером, способствующих развитию свойств внимания.
5. Составление комплексов упражнений с партнером, способствующих развитию пространственно-временных характеристик движения по моменту начала действий, дистанции, амплитуде и ритму.
6. Составление комплексов подводящих и специально-подготовительных упражнений, способствующих изучению техники положений шпажиста, способов передвижения, выполнения простой атаки уколом прямо, переводом, переносом, «с углом», с оппозицией и сложных атакующих действий.

7. Составление комплексов упражнений, способствующих изучению и совершенствованию защит: прямых, полукруговых, круговых, с ответом уколом прямо, переводом и переносом.

8. Составление комплексов специально-подготовительных упражнений, способствующих предупреждению и исправлению ошибок, встречающихся при совершенствовании тактического взаимодействия.

9. Изучение и использование регистрационно-измерительной аппаратуры и других приборов в рамках выполнения выпускных квалификационных работ.

Примерная тематика рефератов для обучающихся на 2-м курсе

1. Современные тенденции развития технико-тактических основ единоборства на рапирах.

2. Особенности техники передвижений и действий оружием в боях на рапирах.

3. Техничко-тактические характеристики боя, вытекающие из особенностей фехтования на рапирах.

4. Проблема сужения амплитуды движений оружием и целевой точности уколов в фехтовании на рапирах.

5. Особенности техники ближнего боя у фехтовальщиков на рапирах различной квалификации.

6. Современные тенденции развития технико-тактических основ единоборства на шпагах.

7. Особенности техники передвижений и действий оружием в боях на шпагах.

8. Техничко-тактические характеристики боя, вытекающие из особенностей фехтования на шпагах.

9. Проблема сужения амплитуды движений оружием и целевой точности уколов в фехтовании на шпагах.

10. Особенности техники ближнего боя у фехтовальщиков на шпагах различной квалификации.

Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы для обучающихся на 3-м курсе

1. Составление комплексов упражнений с партнером, направленных на совершенствование техники приемов в условиях проявления специализированных умений.

2. Составление комплексов упражнений для проведения индивидуального урока по освоению и совершенствованию отдельных приемов и действий.

3. Составление комплексов упражнений с партнером, направленных на развитие тактического мышления.

4. Составление комплексов упражнений для проведения индивидуального урока, направленных на развитие тактического мышления.

5. Составление комплексов упражнений с взаимопомощью для обучения отдельным приемам и действиям и их сочетаниям для групп начальной подготовки.

6. Составление комплексов упражнений с взаимопомощью технической и тактической направленности для учебно-тренировочных групп.

7. Составление комплексов упражнений и проведение специальной разминки в индивидуальном уроке.

8. Изучение и использование методов обработки экспериментальных данных.

Примерная тематика рефератов для обучающихся на 3-м курсе

1. Особенности техники фехтования на саблях.

2. Особенности тактики фехтования на саблях.

3. Предпосылки возникновения особенностей техники передвижений и действий оружием в поединках саблистов.

4. Предпосылки возникновения особенностей тактики действий оружием и применения передвижений в поединках саблистов.

5. Особенности и перспективы развития видов спортивного фехтования.

6. Формы организации тренировочного процесса.

7. Формы проведения упражнений.

8. Типовая направленность урока фехтования.

9. Методические приемы выполнения упражнений.

10. Принципы построения тренировки фехтовальщиков.

Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы для обучающихся на 4-м курсе

1. Разработка годового плана подготовки фехтовальщиков на этапе углубленной тренировки.

2. Разработка поурочного плана подготовки фехтовальщиков на подготовительный период.

3. Составление документов по организации учебно-тренировочных сборов.

4. Составление документов планирования и контроля, финансирования ДЮСШ и СДЮШОР.

5. Составление планов-конспектов тренировочных занятий с группами начальной подготовки, спортивной специализации, спортивного совершенствования.

6. Изучение главных положений в методологии педагогического контроля процесса подготовки фехтовальщиков.

7. Составление планов-конспектов индивидуальных уроков с направленностью на совершенствование умений, основанных на проявлениях двигательных реакций в видах фехтования и уровни их значимости.

8. Составление планов-конспектов индивидуальных уроков с направленностью на совершенствование умений, основанных на проявлениях свойств внимания, памяти, мышления и их значимость в видах фехтования.

Примерная тематика рефератов для обучающихся на 4-м курсе

1. Основные направления спортивного совершенствования.
2. Объективные показатели определения состава кандидатов в сборные команды по итогам годового цикла.
3. Построение модельных микроциклов при распределении нагрузок тренировочного процесса фехтовальщиков.
4. Характеристика творческой системы «тренер – ученик».
5. Компоненты педагогической деятельности тренера.
6. Состав профессионально-педагогических умений и навыков тренера, направленных на проведение индивидуального урока.
7. Объективные факторы, воздействующие на формирование состава действий и тактику ведения боев.
8. Двигательные и психические качества в структуре технико-тактического совершенствования фехтовальщиков.

5.2 Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Теория и методика ИВС (фехтования)»

Примерный перечень вопросов к зачету по дисциплине для обучающихся на 1-м курсе

1. С чем связан отбор в детскую секцию фехтования, как он осуществляется.
2. Как взаимосвязаны индивидуализация оснащения юного фехтовальщика и уровень развития его двигательных качеств.
3. Как решаются задачи патриотического воспитания в тренировочной группе.
4. Как решаются задачи нравственного воспитания юных фехтовальщиков.
5. Основные задачи и направления воспитательной работы тренера в ДЮСШ.
6. Общие принципы воспитания, используемые тренером в ДЮСШ.
7. Методы воспитания юных спортсменов.
8. Единство авторитета тренера и авторитета коллектива – важное условие эффективности применения методов педагогической коррекции в поведении занимающихся.
9. Регионы России, развивающие фехтование и показатели спортивных успехов.

10. Фехтование и его прикладность. Сценическое и артистическое фехтование. Общее и различия.
11. Античность и фехтование.
12. Фехтование в средневековье.
13. Фехтование в эпоху ренессанса.
14. Зарождение фехтования в России и его развитие в дореволюционное время
15. Фехтование в СССР. Первые зарубежные встречи.
16. Основоположники советского фехтования и их труды и книги.
17. Фехтование как спортивно-педагогическая и научная дисциплина.
18. Значение и место фехтования в системе физического воспитания в России. Воспитательное значение фехтования.
19. Исторические школы фехтования: итальянская, французская, венгерская, польская.
20. Общие характеристики соревновательной деятельности в видах фехтования.
21. Критерии оценки техники фехтования.
22. Критерии оценки тактики фехтования.
23. Тактические модели ведения боя.
24. Функциональные составляющие боевых действий.
25. Воспитательная работа тренера по формированию качеств личности у занимающихся.
26. Характеристика составных частей группового урока в фехтовании.
27. Правила соревнований по фехтованию. Типовая система проведения соревнований.
28. Функции арбитра (руководителя боя).
29. Регламенты и требования к оружию и экипировке спортсменов в видах фехтования.
30. Обеспечение безопасности на занятиях фехтованием.

***Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине
для обучающихся на 1-м курсе***

1. Характеристика фехтования как вида спорта и средства физического воспитания.
2. Фехтование как спортивно-педагогическая и научная дисциплина.
3. Значение и место фехтования в системе физического воспитания в России. Воспитательное значение фехтования.
4. Техничко-тактические особенности фехтования на рапирах.
5. Техничко-тактические особенности фехтования на шпагах.
6. Техничко-тактические особенности фехтования на саблях.
7. Фехтование в древнем мире и средние века.
8. Формирование и особенности национальных систем фехтования («школ»): итальянской, французской, венгерской.

9. Зарождение фехтования в России. Место фехтования и рукопашного боя в военно-физической подготовке русской армии.
10. Основоположники отечественной школы фехтования.
11. Участие русских фехтовальщиков в международных соревнованиях XIX в. и Стокгольмской олимпиаде 1912 г.
12. Фехтование в СССР в довоенный период.
13. Фехтование в СССР в послевоенный период. Первое выступление советских фехтовальщиков на Олимпийских играх 1952 года.
14. Современное состояние фехтования в России. Выступление российских фехтовальщиков на Олимпийских играх.
15. Общее понятие об объективных условиях деятельности фехтовальщиков и их воздействие на организм занимающихся.
16. Условия проведения занятий и соревнований и анализ основных внешних воздействий на фехтовальщиков в соревновательных поединках.
17. Конфликтность боевого единоборства и дефицит времени и информации в фехтовании.
18. Характеристика мышечной работы фехтовальщика. «Физическая» и «психическая» усталость в фехтовании.
19. Особенности специализированной деятельности фехтовальщиков в личных и командных соревнованиях.
20. Значение учета специфики деятельности фехтовальщиков на соревнованиях для рационального построения физической, технической и психологической подготовки спортсменов.
21. Психические качества, наиболее важные для фехтовальщиков и методика их совершенствования.
22. Основные принципы построения систематики приемов.
23. Развитие и основные принципы построения классификации действий.
24. Состав приемов фехтования. Понятия «боевое действие» и «технический прием».
25. Тактические задачи (намерения) боевых действий в фехтовании.
26. Тактические характеристики подготовки и применения действий в поединке.
27. Тактические критерии оценки действий фехтовальщиков.
28. Критерии оценки приемов в фехтовании.
29. Понятие о технике фехтования. Значение технической подготовки для достижения высоких результатов в фехтовании.
30. Двигательный механизм приема. Биомеханические основы техники фехтования. Индивидуальные особенности техники фехтования.
31. Взаимосвязь техники, физической подготовки, психологической и тактической подготовки фехтовальщиков.
32. Надежность техники как сочетание стабильности и вариативности приемов в деятельности фехтовальщиков.
33. Устойчивость техники против «сбивающих» факторов в поединке.

34. Определение тактики и ее значение в фехтовании. Взаимосвязь техники и тактики.
35. Элементы спортивной тактики в фехтовании.
36. Компоненты тактического мастерства фехтовальщиков.
37. Тактическое мышление и его слагаемые у занимающихся фехтованием.
38. Двигательные умения и навыки. Обучение и совершенствование двигательных навыков в процессе подготовки рапиристов.
39. Применение дидактических и методических принципов в процессе обучения и совершенствования фехтовальщиков.
40. Последовательность освоения приемов и действий в фехтовании.
41. Этапы формирования двигательных навыков в фехтовании и последовательность обучения отдельному приему.
42. Контроль и самоконтроль за усвоением техники приемов и действий фехтовальщиков.
43. Характеристика основных организационно-методических форм проведения упражнений в процессе обучения фехтованию.
44. Групповое занятие (урок) – основная форма учебно-тренировочной работы в фехтовании. Структура и принципы построения урока.
45. Задачи и содержание частей урока. Организация и методика проведения подготовительной, основной и заключительной частей урока.
46. Единство технико-тактической подготовки фехтовальщиков. Основные принципы становления технико-тактического мастерства.
47. Методика проведения разминки фехтовальщика. Характеристика и классификация общеразвивающих упражнений.
48. Упражнения для специальной физической подготовки – характеристика и классификация.
49. Методика составления комплексов упражнений на развитие скоростно-силовых качеств фехтовальщиков.
50. Методика составления комплексов упражнений на развитие быстроты реакции (простой и сложной) у фехтовальщиков.
51. Методика составления комплексов упражнений на развитие специальной выносливости фехтовальщиков.
52. Методика составления комплексов упражнений на развитие специальной ловкости фехтовальщиков, ориентировки в пространстве.
53. Методика составления комплексов упражнений на развитие специальной гибкости и подвижности в суставах у фехтовальщиков.
54. Методика составления комплексов упражнений для освоения приемов по этапам: ознакомление, разучивание, закрепление и совершенствование.
55. Характеристика парных упражнений и их место в групповом уроке как одного из основных методов изучения и совершенствования приемов и действий в фехтовании.
56. Виды упражнений с партнером и особенности методики проведения упражнений с партнером.

57. Методика предупреждения возникновения ошибок в технике выполнения приемов у фехтовальщиков.

58. Методика предупреждения ошибок при выполнении упражнений тактической направленности у фехтовальщиков.

59. Методика составления конспекта подготовительной части урока по фехтованию.

60. Методика составления конспекта основной части урока по фехтованию.

Примерный перечень вопросов к зачету по дисциплине для обучающихся на 2-м курсе

1. Правила соревнований и влияние их на развитие фехтования. Уровень развития фехтования в регионах России.

2. Педагогические установки в обучении спортивному фехтованию.

3. Личностные качества и их трансформация в процессе занятий фехтованием.

4. Формы организации занятий фехтованием.

5. Индивидуальный урок и его место в освоении техники и тактики фехтования.

6. Упражнения с партнером в тренировке фехтовальщика.

7. Упражнения без партнера и их место в тренировке фехтовальщика.

8. Тренировочные бои и их направленность.

9. Боевая практика в структуре тренировочного процесса у начинающих и квалифицированных фехтовальщиков.

10. Специальные методы тренировки фехтовальщиков.

11. Техничко-тактические приоритеты в методике тренировки.

12. Последовательность обучения отдельному приему.

13. Последовательность освоения типовых боевых действий и тактических умений.

14. Моделирование действий с различными технико-тактическими характеристиками в видах фехтования.

15. Соревновательная деятельность в фехтовании на рапирах и ее отличительные особенности.

16. Основы техники и тактики в фехтовании на рапирах.

17. Базовые действия в фехтовании на рапирах.

18. Методические особенности обучения начинающих фехтовальщиков на рапирах.

19. Методы показа и рассказа, выполнения техники приема по разделениям.

20. Технические ошибки в выполнении приемов передвижений. Способы их исправления.

21. Типовые ошибки, возникающие при выполнении верхних защит в фехтовании на рапирах и способы их профилактики и исправления.

22.Способы исправления ошибки, выражающейся в замахе рукой при выполнении атакующих действий.

23.Способы специализации простой реакции и формирования тактических умений на базе простых реагирований.

24.Способы специализации реакции выбора и формирования тактических умений на базе сложных реагирований.

25.Способы специализации дифференцировочной реакции выбора и переключения. Способы формирования тактических умений на базе дифференцировочных реагирований.

26.Вероятностное прогнозирование в поединках фехтовальщиков на рапирах.

27.Составление комплексов упражнений в «рипостной игре» при освоении 4-й защиты.

28.Составление комплексов упражнений в «контрах» при освоении техники укола прямо, переводом и 4-й и 6-й защит.

29.Составление комплексов упражнений с мишенью на совершенствование точности укола.

30.Составление комплексов упражнений с взаимопомощью при освоении повторной атаки уколом переводом.

Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине для обучающихся на 2-м курсе

1. Динамика результатов сборных команд России по фехтованию на крупных международных соревнованиях (чемпионатах мира и Олимпийских играх) за последние годы.

2. Единство и взаимосвязь общественных и личных целей на примере тренировки в фехтовании.

3. Частные задачи тренировки и значение их оптимального решения для достижения конечной цели.

4. Формы и направленность прогнозирования в фехтовании.

5. Сбор информации для составления прогноза с учетом возраста занимающихся и периода подготовки.

6. Модельные характеристики фехтовальщика с учетом возраста, стажа спортивной деятельности и морфологических признаков (роста, длины рук и ног, веса).

7. Модельные характеристики фехтовальщика с учетом уровня специальной физической подготовленности.

8. Модельные характеристики фехтовальщика с учетом уровня технической подготовленности.

9. Модельные характеристики фехтовальщика с учетом уровня тактической подготовленности.

10.Модельные характеристики фехтовальщика с учетом уровня психологической подготовленности.

11. Методы прогнозирования, используемые в теории и методике фехтования.
12. Ориентировочные функции прогноза и его воздействие на процесс управления подготовкой.
13. Комплексное применение методов прогнозирования.
14. Краткосрочное (оперативное), среднесрочное и долгосрочное прогнозирование.
15. Прогнозирование и планирование спортивных достижений с учетом сроков и возрастных категорий.
16. Характеристика современного фехтования на шпагах.
17. Особенности техники фехтования на шпагах.
18. Анализ техники основных положений и передвижений шпажистов.
19. Подводящие и специально-подготовительные упражнения, способствующие овладению и совершенствованию техники фехтования на шпагах.
20. Кинематические характеристики движения и работы мышц. Двигательная структура отдельного приема.
21. Ошибки в технике, устранение их причин и основные пути предупреждения. Методики исправления ошибок.
22. Контроль за процессом овладения техникой приемов фехтования на шпагах.
23. Особенности техники выдающихся российских и зарубежных шпажистов.
24. Методические приемы, применяемые при обучении и совершенствовании основных положений и передвижений шпажистов.
25. Анализ техники атак уколом в различные сектора поражаемой поверхности с учетом способа выполнения и дистанции.
26. Анализ техники защит с ответом с учетом способа выполнения и дистанции.
27. Анализ техники уколов в контратаках, повторных и ответных атаках, сдвоенных уколов.
28. Анализ техники атак с действием на оружие, атак с финтами типа «прямо-прямо», «прямо - перевод» и др.
29. Анализ техники сложных защит и ответов уколами без оппозиции и с оппозицией.
30. Особенности тактики и технико-тактического мастерства фехтовальщиков на шпагах.
31. Содержание тактической подготовки шпажистов.
32. Особенности и характеристика подготавливающих действий фехтовальщиков на шпагах.
33. Анализ технико-тактического мастерства лучших российских и зарубежных фехтовальщиков на шпагах.
34. Анализ применения ложных, простых и сложных атак с последующими повторными действиями в боях на шпагах.

35. Анализ технико-тактического взаимодействия в ближней дистанции, а также в бою против противников различного стиля в шпажном фехтовании.

36. Последовательность обучения и технико-тактического совершенствования фехтовальщиков на шпагах.

37. Тактические варианты встречных действий: прямая рука, контратака, сдвоенные уколы и др.

38. Методика обучения и технико-тактического совершенствования шпажистов с учетом возраста и стажа занятий.

39. Характеристика парных упражнений и их место в групповом уроке по фехтованию на шпагах.

40. Разновидности и содержание парных упражнений: «взаимопомощь», «взаимоуроки», «рипостная игра», «контры» в фехтовании на шпагах.

41. Особенности использования разновидностей парных упражнений по мере роста квалификации фехтовальщиков.

42. Методика подбора и проведения упражнений с партнером при обучении и совершенствовании отдельных приемов и действий.

43. Дозировка и интенсивность выполнения упражнений в парах в тренировках с юными фехтовальщиками.

44. Использование отдыха и перерывов при проведении парных упражнений для подробного анализа действий партнеров.

45. Разбор методических приемов, применяемых при проведении упражнений с партнером.

46. Разбор методических приемов, способствующих эмоциональному проведению упражнений.

47. Психограмма фехтования — отражение закономерностей поединка фехтовальщиков.

48. Характеристика наиболее важных психических качеств для фехтовальщиков.

49. Формирование и совершенствование личностных качеств: решительности, смелости, уверенности в своих действиях и др.

50. Характеристика психических процессов, способствующих успешному проявлению различных специализированных свойств фехтовальщиков.

51. Взаимосвязь психических качеств фехтовальщика с тактикой ведения боя. Роль зрительного и тактильного анализаторов в восприятии обстановки боя.

52. Двигательные реакции и их проявления у фехтовальщиков: простая, дизъюнктивная, дифференцировочная, антиципирующая.

53. Свойства внимания и их значение в подготовке фехтовальщиков.

54. Тренировка специализированных качеств фехтовальщиков в упражнениях с партнером.

55. Разбор упражнений с партнером, способствующих совершенствованию различных свойств внимания, способности к переключению и распределению внимания.

56. Разбор упражнений, способствующих развитию восприятия пространственно-временных характеристик движений (своих и противника) по моменту начала действий, дистанции, амплитуде, ритму.

57. Формы организации занятий в практике подготовки фехтовальщиков различного возраста.

58. Содержание и задачи различных форм организации занятий фехтованием с учетом возраста и стажа тренировки.

59. Цель и содержание специфических методов тренировки на различных этапах подготовки юных фехтовальщиков.

60. Методы технико-тактического совершенствования в фехтовании.

Примерный перечень вопросов к зачету по дисциплине для обучающихся на 3-м курсе

1. Психоспортограмма фехтования. Двигательные реакции, свойства внимания, память, вероятностное прогнозирование в структуре соревновательной деятельности.

2. Скорость приема и переработки информации в структуре принятия тактических решений.

3. Специализированные «чувства» фехтовальщика и их психофизиологическая основа.

4. Содержание и направленность психологической подготовки.

5. Методы технико-тактической подготовки. Повторение действий в заданной ситуации.

6. Нормирование количества (продолжительности) серий выполняемых действий.

7. Сочетание альтернативных действий при специализировании реагирования.

8. Произвольное чередование взаимозаменяемых действий в заданных ситуациях.

9. Усложнение идеомоторных действий при выборе и применении действий.

10. Самостоятельный выбор и вербальная установка спортсмена на применение действий.

11. Моделирование тактических сюжетов с вероятностным составом и последовательностью действий в схватке.

12. Моделирование вероятностной последовательности действий в бою.

13. Регулирование уровня напряженности упражнений, экстремальности ситуаций.

14. Характеристика учебных боев технической направленности.

15. Характеристика учебных боев тактической направленности.

16. Характеристика учебных боев смешанной направленности.

17. Соревновательная деятельность в фехтовании на саблях.

18. основы техники и тактики фехтования на саблях.

19. Типовые ошибки в технике владения саблей.
20. Умения, основанные на проявлениях двигательных реакций в боях на саблях.
21. Тактические умения преднамеренно действовать в типовых ситуациях боев на саблях.
22. Индивидуальный урок в фехтовании на саблях. Особенности специализированных движений и действий тренера.
23. Типовые ошибки в двигательных действиях тренера в индивидуальном уроке фехтования на саблях.
24. Моделирование тактических характеристик ведения боя в фехтовании на саблях при освоении действий наступления и обороны.
25. Педагогические наблюдения среди методов исследований в теории и методике фехтования.
26. Статистические методы в процессе исследований состава двигательных операций соревновательной деятельности.
27. Составление плана проведения исследований по теме ВКР.
28. Объем, интенсивность и психическая напряженность упражнений в тренировке фехтовальщиков.
29. Уровень тренированности фехтовальщиков и технологии его оценки.
30. Построение функциональной тренировки.

***Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине
для обучающихся на 3-м курсе***

1. Классификация приемов и действий в фехтовании.
2. Общая характеристика упражнений, применяемых фехтовальщиком в тренировке.
3. Методы тренировки и методические приемы, способствующие развитию и совершенствованию физических качеств с учетом периода подготовки, возраста, пола и стажа занятий.
4. Характеристика специфических методов тренировки в фехтовании.
5. Комплексное применение средств и методов тренировки.
6. Использование метода тренировки без противника для овладения основными положениями и передвижениями и их совершенствования.
7. Использование метода тренировки с условным противником для совершенствования различных компонентов техники.
8. Использование метода тренировки с противником (партнером) для совершенствования специализированных умений.
9. Использование метода тренировки с противником для совершенствования действий с учетом индивидуальных особенностей фехтовальщиков (манера ведения боя, фехтовальщик-левша и т.п.).
10. Использование метода индивидуального обучения и совершенствования (взаимные уроки).
11. Характеристика процесса технической подготовки фехтовальщиков.

12. Роль технической подготовки в тренировке фехтовальщика.
13. Методика технической подготовки в фехтовании и ее особенности в зависимости от периодов и этапов годового цикла.
14. Индивидуальные характеристики двигательных реакций фехтовальщиков, их учет и влияние на оснащение спортсмена средствами нападения и обороны.
15. Методика совершенствования комплекса специализированных умений, основанных на проявлении простых и сложных двигательных реакций.
16. Методика совершенствования комплекса специализированных умений, основанных на проявлении реакции предвосхищения пространства и времени в ходе взаимодействия с противником.
17. Совершенствование техники приемов фехтования в условиях проявления специализированных умений и различных видов реакций.
18. Методика составления комплекса упражнений с партнером, моделирующих ситуации боя с различными проявлениями двигательных реакций.
19. Особенности методики проведения упражнений с партнером и индивидуальных уроков, направленных на совершенствование техники приемов в условиях проявления специализированных умений.
20. Методика составления конспекта индивидуального урока технической направленности в условиях реагирования на обусловленный зрительный и тактильный сигналы.
21. Критерии оценки технической подготовленности фехтовальщиков.
22. Анализ средств тактической подготовки фехтовальщиков.
23. Характеристика подготавливаемых средств и их место в бою с противниками различного стиля.
24. Методика проведения в групповом уроке упражнений с партнером, направленных на развитие тактического мышления.
25. Систематизация и содержание упражнений для развития тактических умений и способностей.
26. Методика формирования навыка наблюдения за тренировочными и соревновательными боями и последующего анализа боевых действий.
27. Методика составления конспектов индивидуальных уроков тактической направленности с задачей развития тактического мышления и способностей обыгрывания противника.
28. Критерии оценки тактической подготовленности фехтовальщиков.
29. Значение физической подготовки в становлении мастерства фехтовальщика.
30. Особенности ОФП и СФП у фехтовальщиков, характеристика средств общей и специальной физической подготовки.
31. Планирование физической подготовки в многолетней тренировке фехтовальщиков.
32. Методика развития гибкости и подвижности в суставах у фехтовальщиков.

33. Специфика утомления в фехтовании.
34. Методика развития точности движений. Упражнения для воспитания навыков в определении расстояния до противника и точности уколов.
35. Психолого-педагогическая характеристика фехтования.
36. Компоненты психологической подготовки. Создание психологических предпосылок для ускорения технико-тактического совершенствования.
37. Формирование тактической инициативы. Освоение реальной оснащенности средствами ведения поединков и имеющихся резервов к расширению их состава.
38. Повышение уровня проявлений психических свойств фехтовальщиков.
39. Совершенствование волевых и личностных качеств в процессе занятий фехтованием.
40. Специализирование двигательных реакций, внимания, идеомоторных представлений, памяти, мышления у фехтовальщиков.
41. Средства саморегуляции психических процессов и эмоциональных состояний в соревнованиях фехтовальщиков.
42. Критерии оценки психологической подготовленности фехтовальщиков.
43. Значение интеллектуальной подготовки фехтовальщиков. Формы и методы интеллектуальной подготовки, воспитание интеллектуальных способностей у фехтовальщиков.
44. Задачи, содержание и виды спортивного отбора в фехтовании.
45. Методы тестирования, диагностики и оценки физических и психомоторных качеств фехтовальщиков.
46. Организация отбора и комплектование групп фехтовальщиков на различных этапах подготовки для участия в соревнованиях.
47. Формы организации занятий в практике подготовки фехтовальщиков с учетом возрастных особенностей, периодов и этапов учебно-тренировочного процесса.
48. Типовая направленность урока фехтования, цель и содержание, обеспечивающие комплексность воздействия на подготовленность спортсмена в соответствии с задачами периода и этапа годового цикла.
49. Особенности форм проведения упражнений с учетом конкретных педагогических задач повышения отдельных сторон подготовки фехтовальщиков.
50. Упражнения с партнером как основная форма проведения упражнений в групповом уроке по фехтованию.
51. Содержание педагогических усилий тренера по фехтованию на этапах спортивного совершенствования и высшего мастерства.
52. Закономерности тренировки в фехтовании как важнейшей части системы подготовки.
53. Принципы построения тренировочного процесса с учетом нормирования тренировочных нагрузок и участия в соревнованиях.

54. Особенности использования принципов построения тренировочного процесса в фехтовании с учетом возраста, пола, периода и этапа подготовки.

55. Последовательность освоения атакующих и защитно-ответных действий, различающихся по количественным и моментным характеристикам их выполнения.

56. Последовательность обучения разновидностям действий, различающихся по степени готовности и особенностям реагирования в видах фехтования.

57. Техника фехтования на саблях и ее особенности.

58. Особенности тактики фехтования на саблях.

59. Специализированные движения тренера и их моделирование в индивидуальном уроке в видах фехтования.

60. Возможные ошибки в двигательных действиях тренеров и методика их предупреждения и исправления.

Примерная тематика курсовых работ для обучающихся на 3-м курсе

1. Индивидуальный урок как метод тренировки на различных этапах годового цикла подготовки фехтовальщиков.

2. Требования к специализированности профессионально-педагогических навыков и умений тренера по фехтованию.

3. Специализированные характеристики состава двигательных действий тренера по фехтованию (на рапирах, шпагах, саблях).

4. Моделирование ситуаций для тренировки специальных умений и навыков тренера по фехтованию (на рапирах, шпагах, саблях).

5. Техническая тренировка и двигательные возможности в фехтовании (на рапирах, шпагах, саблях).

6. Содержание и направленность тактической тренировки в фехтовании (на рапирах, шпагах, саблях).

7. Тактическая сущность действий, ситуаций и способов их применения в фехтовании (на рапирах, шпагах, саблях).

8. Моделирование типовых ситуаций для выбора и применения действий в фехтовании (на рапирах, шпагах, саблях).

Примерный перечень вопросов к зачету по дисциплине для обучающихся на 4-м курсе

1. Организационно-методические основы построения подготовки фехтовальщиков.

2. Программа для ДЮСШ и ее место в системе подготовки юных фехтовальщиков.

3. Возрастные этапы тренировки фехтовальщиков и динамика объемов (в часах) технико-тактической подготовки.

4. Особенности проведения занятий с юными фехтовальщиками на этапе начальной подготовки.
5. Основы составления годичного плана тренировки со спортсменами учебно-тренировочных групп.
6. Прогнозирование достижений спортсменов.
7. Отбор спортсменов и комплектование команд по видам фехтования.
8. Совершенствование оснащенности фехтовальщиков и освоение тактических моделей ведения боя.
9. Методики расширения составов действий и тактических умений.
10. Коррекции в составах действий и тактических моделях ведения боев.
11. Объективные факторы, воздействующие на формирование состава действий и тактику ведения боев.
12. Расширение тактических возможностей для эффективного применения действий.
13. Диагностика спортивных способностей и оценки специальной тренированности.
14. Двигательные качества и индивидуализация тактической подготовки фехтовальщиков.
15. Личностные и психофизиологические свойства в процессе индивидуализация тактической подготовки фехтовальщиков.
16. Специализированные движения тренера в индивидуальном уроке (в видах фехтования).
17. Типовые ошибки в двигательных действиях тренеров, методика их предупреждения и исправления.
18. Двигательные действия тренера в индивидуальном уроке при формировании помехоустойчивости.
19. Точность укола в фехтовании на рапирах и ее составляющие.
20. Методы исследования техники в фехтовании.
21. Методы исследования состава действий, применяемых фехтовальщиком во время соревнований.
22. Создание психологической готовности к соревнованиям.
23. Средства специальной тренировки.
24. Педагогический контроль соревновательной деятельности, технико-тактического совершенствования.
25. Управлением спортсменами во время личных и командных соревнований.
26. Уровень тренированности фехтовальщиков и технологии его оценки.
27. Особенности содержания и проведения индивидуальных уроков со спортсменами на этапе начальной специализации и углубленной тренировки.
28. Характеристика базовых действий в фехтовании на шпагах.
29. Характеристика базовых действий в фехтовании на саблях.
30. Методы преодоления психологических барьеров в процессе подготовки фехтовальщиков к соревнованиям.

*Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине
для обучающихся на 4-м курсе*

1. Методы записи поединков с целью их педагогического анализа.
2. Объем и результативность применяемых действий как основа анализа операционного состава.
3. Индивидуализация технико-тактической подготовки на основе анализа объемов и результативности используемых действий.
4. Специальные методы технико-тактического совершенствования (перечислить).
5. Метод повторения действий в заданных ситуациях.
6. Метод нормирования количества (продолжительности) серий выполняемых действий.
7. Метод сочетания альтернативных действий при специализировании реагирований.
8. Метод произвольного чередования взаимозаменяемых действий.
9. Метод усложнения идеомоторных представлений при выборе и применении действий.
10. Метод самостоятельного выбора и вербальной установки спортсмена на применение действий.
11. Метод моделирования тактических сюжетов с вероятностным составом и последовательностью действий в схватке.
12. Построение годичного цикла в системе подготовки высококвалифицированных фехтовальщиков (общая характеристика).
13. Психическая напряженность специализированных упражнений как основа планирования тренировочной нагрузки.
14. Характеристика соревновательного мезоцикла подготовки фехтовальщиков высокой квалификации.
15. Восстановительный микроцикл в подготовке высококвалифицированных фехтовальщиков.
16. Психологическая подготовленность фехтовальщика и критерии ее оценки.
17. Понятие «ситуативной готовности» при применении действий (преднамеренно, экспромтно).
18. Характеристика преднамеренных действий.
19. Характеристика экспромтных действий.
20. Характеристика преднамеренно-экспромтных действий.
21. Тактические составляющие ведения схваток (дистанция поля боя; время на подготовку укола или удара; инициатива начала схватки).
22. Последовательность обучения отдельному приему (общая характеристика).
23. Средства и методы ознакомления с приемом.
24. Средства и методы разучивания приема.
25. Средства и методы совершенствования приема.

26. Техника фехтования и критерии ее оценки.
27. Критерии оценки тактической подготовленности фехтовальщика (общая характеристика).
28. Тактические знания в подготовке фехтовальщика.
29. Тактические умения в подготовке фехтовальщика.
30. Возрастная динамика освоения тактических умений.
31. Принципы построения тренировки фехтовальщика (общая характеристика).
32. Возрастные этапы подготовки юных фехтовальщиков (общая характеристика).
33. Этап предварительной подготовки юных фехтовальщиков.
34. Этап начальной специализации и его возрастные особенности.
35. Этап углубленной тренировки и его возрастные особенности.
36. Этап спортивного совершенствования и его возрастные особенности.
37. Формы организации учебно-тренировочного процесса.
38. Формы проведения упражнений в учебно-тренировочном занятии (общая характеристика).
39. Разновидности и содержание упражнений с партнером.
40. Индивидуальный урок в системе технико-тактической подготовки (общая характеристика).
41. Тренерская техника при проведении индивидуального урока.
42. Индивидуальный урок технической направленности.
43. Индивидуальный урок тактической направленности.
44. Специфические методы тренировки в фехтовании.
45. Техника и тактика в фехтовании: взаимосвязь и взаимовлияние.
46. Подготавливающие действия и использование их в поединке.
47. Современная система проведения соревнований по фехтованию (отборочный тур, прямое выбывание).
48. Показательные выступления по фехтованию и методы их организации.
49. Сценическое фехтование, его особенности и своеобразие.
50. Техника безопасности при проведении тренировочных занятий и соревнований.
51. Психофизиологические свойства фехтовальщика и их учет в процессе тренировки и индивидуализации подготовки (общая характеристика).
52. Свойства внимания и их проявление в поединке.
53. Разновидности двигательных реакций в структуре ведения поединков.
54. Двигательные качества и возрастная динамика их проявления в поединках фехтовальщиков.
55. Особенности отбора в детские секции фехтования.
56. Средства и методы восстановления в фехтовании.
57. Характеристика педагогических средств восстановления.
58. Характеристика гигиенических средств восстановления.
59. Умения и навыки тренера при проведении индивидуального урока.

60. Содержание и последовательность действий арбитра.

Примерная тематика выпускных квалификационных работ

1. Методы технико-тактического совершенствования в тренировке квалифицированных фехтовальщиков на рапирах (шпагах, саблях).
2. Показатели скоростно-силовой подготовленности у фехтовальщиков на различных этапах тренировки (начальной специализации, углубленной тренировки, спортивного совершенствования).
3. Дистанционные характеристики нанесения укола при реализации боевых действий в фехтовании на рапирах (шпагах).
4. Дистанционные характеристики нанесения удара при реализации боевых действий в фехтовании на саблях.
5. Двигательные качества фехтовальщиков, определяющие успешность соревновательной деятельности.
6. Двигательные реакции, обеспечивающие эффективность боевых действий в фехтовании на рапирах (шпагах, саблях).
7. Свойства личности и их отражение в тактике ведения поединков у фехтовальщиков на рапирах (шпагах, саблях).
8. Техничко-тактические характеристики разновидностей атак и противодействий атакам в соревновательных поединках фехтовальщиков на рапирах (шпагах, саблях).
9. Возрастная динамика показателей применения боевых действий по этапам многолетней подготовки фехтовальщиков на рапирах (шпагах, саблях).
10. Применение метода круговой тренировки для совершенствования специальной физической подготовки квалифицированных фехтовальщиков.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Теория и методика ИВС (фехтования)»

а) Основная литература:

1. Фехтование: Учебник для институтов физической культуры / Под общ.ред. В.А.Аркадьева. – М.: Физкультура и спорт, 1959. – 482 с.
2. Фехтование: Учебник для институтов физической культуры / Под общ.ред. К.Т.Булочко – М.: Физкультура и спорт, 1967. – 427 с.
3. Фехтование: Учебник для институтов физической культуры / Под общ.ред. Д.А.Тышлера. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 331 с.
4. Спортивное фехтование: Учебник для вузов физической культуры / Под общ.ред. Д.А.Тышлера – М.: Изд. ФОН, 1997. – 385 с.
5. Фехтование. XXI век. Техника. Тактика. Психология. Управление тренировкой / Составитель и общий редактор Д.А. Тышлер. – М.: Человек, 2014. – 232 с.

б) Дополнительная литература:

1. Аркадьев В.А., Хозиков Ю.Т. Фехтование. Индивидуальный урок. – М.: Советская Россия, 1962. -
2. Аркадьев В.А. Тактика в фехтовании. – М.: Физкультура и спорт, 1969. – 181 с.
3. Келлер В.С. Деятельность спортсменов в вариативных конфликтных ситуациях. – Киев: Здоров'я, 1977. – 181 с.
4. Келлер В.С., Тышлер Д.А. Тренировка фехтовальщиков. – М.: Физкультура и спорт, 1972. – 182 с.
5. Мидлер М.П., Тышлер Д.А. Тренировка в фехтовании на рапирах. – М.: Физкультура и спорт, 1966. – 195 с.
6. Мидлер М.П., Тышлер Д.А. Психологическая подготовка фехтовальщиков. – М.: Физкультура и спорт, 1969. – 127 с.
7. Мовшович А.Д. Фехтование на шпагах. Научные данные и спортивная тренировка. – М.: Академический Проект, 2008. – 119 с.
8. Мовшович А.Д. Тренировка юных фехтовальщиков : монография. – М.: Физическая культура, 2013. – 114 с.
9. Пономарев А.Н. Парные упражнения в подготовке фехтовальщика. – М.: Физкультура и спорт, 1968. – 102 с.
10. Пономарев А.Н. Фехтование: от новичка до мастера. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 144 с.
11. Правила организации и проведения соревнований по спортивному фехтованию Российской федерации / Под общей редакцией А.И. Павлова. – М., 2007. – 128 с.
12. Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта «Фехтование» / Под общей редакцией А.Д. Мовшовича. – М., 2016. – 252 с.

13. Смоляков Ю.Т., Тышлер Д.А. Фехтование на шпагах (Соревновательная деятельность и методика технико-тактического совершенствования). – Минск: Вышэйшая школа, 1985. – 160 с.

14. Тышлер Г.Д., Бычков Ю.М., Тышлер Д.А. Тренировка чемпиона. – М.: «Терра-Спорт», 2006. – 231 с.

15. Тышлер Д.А. Фехтование на саблях (Соревновательная деятельность, спортивные способности и специализированные умения). – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 127 с.

16. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д. Физическая подготовка юных фехтовальщиков. – М.: Советский спорт, 1996. – 74 с.

17. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д., Тышлер Г.Д. Многолетняя тренировка юных фехтовальщиков: Учебное пособие. – М.: Деловая лига, 2001. – 254 с.

18. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д. Двигательная подготовка фехтовальщиков: Учебно-методическое пособие. – М.: Академический Проект, 2008. – 153 с.

19. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование. От новичка до чемпиона. – М.: Академический Проект, 2007. – 232 с.

20. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование на саблях. Техника. Тактика. Обучение. Тренировка. – М.: Академический проект, 2007. – 180 с.

21. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование. Начальное обучение. Техничко-тактические приоритеты. Методики и упражнения. – М.: Академический Проект, 2010. – 133 с.

22. Тышлер Д.А., Рыжкова Л.Г. Фехтование. Техничко-тактическая и функциональная тренировка: методическое пособие. – М.: Академический Проект, 2010. – 183 с.

23. Фехтование: Правила соревнований. – М.: Терра-Спорт, 1999. – 160 с.

24. Фехтование: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР. – М.: Советский спорт, 2004. – 144 с.

25. Фехтование: Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта для реализации в организациях дополнительного образования в группах спортивно-оздоровительного этапа подготовки. – М.: Человек, 2015. – 56 с.

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

<http://rusfencing.ru> – Федерация фехтования России

<http://fencingfuture.org/> – Международный благотворительный фонд «За будущее фехтования»

<http://www.fie.ch/> – Международная федерация фехтования

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

– программное обеспечение дисциплины:

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения общетехнологических задач. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796.
Прикладные программные средства		
2.	Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro <i>-Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook</i>	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности Университета. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796 в составе: <i>Редактор текстовый, Редактор табличный, Редактор деловой графики и презентаций Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i>
3.	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
6.	Microsoft Office Access	Система управления базой данных. Устанавливается по мере необходимости использования в образовательном процессе.
7.	Microsoft Visio	Система обработки деловой графики, организационных схем. Устанавливается по мере необходимости.
8.	Microsoft Project	Система управления проектами работ. Устанавливается по мере необходимости.

–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

Тренажер Тышлера

Тренажер Тышлера («ТТ») имеет 8 различных режимов работы (программ тренировки), для которых может быть создано бесконечное

количество упражнений в дополнение к тем, что представлены в настоящем пособии.

Прибор запрограммирован на воспроизведение непредсказуемой последовательности звуковых сигналов для тренировки простых двигательных реакций. В результате многолетних наблюдений выявлено точное соотношение между последовательностью сигналов для тренировки реакций выбора (выбор из двух возможных действий), реакций переключения (от заданного действия к другому действию), предвосхищения дистанции, тренировки передвижений и др.

Реагирование на звуковые сигналы поможет овладеть ритмическими основами выполнения технически сложных движений, как в гимнастике, прыжках вводу, фигурном катании.

Известно, что для того, чтобы добиться результатов в современном спорте, необходимо тренироваться 5-6 раз в неделю и даже несколько раз в день. Это не позволяет совмещать спорт, работу и личную жизнь. Решить такую проблему теперь поможет «ТТ», ведь он моделирует индивидуальный урок с тренером и даже фехтовальный поединок, облегчает тренировку передвижений. Повторение часто используемых и наиболее эффективных приемов, применяемых в бою или фехтовальном уроке, помогает спортсменам совершенствовать технику их выполнения, скорость, точность, правильные реагирования и принятие решений на много быстрее, чем приходится в течение боя.

Фехтовальный тренажер ФТ-1

Фехтовальный тренажер ФТ-1 (в дальнейшем тренажер) предназначен для повышения эффективности тренировок и оказания помощи тренеру по оценке текущего состояния одного или двух спортсменов в двух видах оружия: рапира и шпага.

Тренажер имеет большое количество настроек для создания оптимального режима тренировки. Настройка тренажера производится тренером или спортсменом вручную перед тренировочным циклом (в дальнейшем ТЦ).

ТЦ начинается сразу после нажатия кнопки «Старт». С этого момента тренажер в автоматическом режиме задает темп и объем тренировочного цикла, порядок действий спортсмена, а также получение, обработку и отображение различной числовой информации, включающей в себя, в том числе, время реакции и точность попадания в цель.

Тренажер поддерживает виды фехтования: на рапирах и шпагах.

Вид оружия определяется автоматически во время остановленной тренировки.

Тренажер оснащен десятью стационарными датчиками и одним переносным. Стационарные датчики разбиты на три группы: фронтальные (6 штук), левые боковые (2 штуки) и правые боковые (2 штуки). В каждой тренировке работает только две группы датчиков. В зависимости от стойки, которая может быть изменена при помощи кнопки «стойка» на пульте дистанционного управления, возможны только два варианта группировки датчиков:

- при левосторонней стойке задействованы фронтальные и левые боковые датчики;

- при правосторонней стойке задействованы фронтальные и правые боковые датчики.

Тренажер поддерживает четыре вида переключения стационарных датчиков:

- простой (всегда выбирается один датчик);

- змейка (в каждой попытке выбирается новый датчик в порядке возрастания номеров);

- случайный (в каждой попытке выбирается новый датчик в случайном порядке);

- смешанный (выполняется поочередно по 10 попыток режимы простой, змейка и случайный). В простом режиме можно выбрать необходимый датчик последовательным нажатием на кнопку «режим» пульта дистанционного управления.

Тренажер может находиться в одном из трех режимов:

- «автономный» (к тренажеру не подключен кабель связи с другим тренажером);

- «ведущий» (к тренажеру подключен кабель связи разъемом с надписью «ведущий»);

- «ведомый» (к тренажеру подключен кабель связи разъемом с надписью «ведомый»).

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Оборудование для проведения занятий

Учебная аудитория (246) для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской. Аудитория оснащена мультимедийным специализированным оборудованием, которое включает проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант».

Материально-техническое обеспечение для проведения занятий по дисциплине также включает:

- Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.
- Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.
- Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.
- Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.
- Сканер EPSON 2480 – 2005 г.
- Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.
- Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.
- Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.
- Плеер DVD BVK – 2007 г.
- Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.
- Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.
- Монитор сердечного ритма Polar S-610.

Специализированный фехтовальный зал (231) для проведения учебно-методических занятий, учебной и боевой практики со студентами. Зал оснащен мишенями, зеркалами и манекенами. В зале расчерчены фехтовальные дорожки для проведения тренировочных и соревновательных боев.

Для проведения занятий используется спортивный инвентарь:

- Учебные и электрофицированные рапиры, сабли и шпаги.
- Фехтовальная экипировка: костюмы, маски, перчатки, шнуры, электрофицированные куртки.
- Аппараты-электрофиксаторы уколов.
- Подводящие электрокабели.
- Катушки-сматыватели.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (фехтования)» для обучающихся института **Спорта и физического воспитания 1 курса**, направления подготовки **49.03.01 – «Физическая культура»**, профилю «**Спортивная подготовка в избранном виде спорта**» **заочной формы обучения**

I. 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	Посещение занятий	В течение семестра	15
2	Выступление на семинаре по теме «Теоретические основы спортивного фехтования»		5
3	Выступление на семинаре по теме «Функциональные составляющие боевых действий»		5
4	Выступление на семинаре по теме «Анализ достижений российских и зарубежных спортсменов в видах фехтования на международной арене»		5
5	Выступление на семинаре по теме «Особенности организации и проведения групповых тренировочных занятий и соревнований по фехтованию с начинающими спортсменами»		5
6	Проведение комплексов упражнений, направленных на обучение и совершенствование техники передвижений в фехтовании		5
7	Проведение комплексов упражнений, направленных на обучение и совершенствование тактических взаимодействий с партнером		5
8	Проведение комплексов упражнений, направленных на совершенствование техники передвижений и движений клинком, выполняемых фехтовальщиком с уколком в мишень		5
9	Написание и защита реферата по истории фехтования		15
10	Написание реферата по анализу достижений российских и зарубежных спортсменов в видах фехтования		15
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

2 СЕМЕСТР

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	15
2	<i>Выступление на семинаре по теме «Методология анализа действий фехтовальщика в тренировочных боях и на соревнованиях»</i>		5
3	<i>Выступление на семинаре по теме «Структура проведения группового занятия по фехтованию»</i>		5
4	<i>Выступление на семинаре по теме «Государственный стандарт спортивной подготовки по виду спорта Фехтование»</i>		5
5	<i>Проведение комплексов упражнений, направленных на совершенствование скоростно-силовой подготовки фехтовальщиков</i>		5
6	<i>Проведение комплексов упражнений, направленных на совершенствование специальной выносливости фехтовальщиков</i>		5
7	<i>Написание и защита реферата по двигательной тренировке фехтовальщиков</i>		15
8	<i>Написание и защита реферата по особенностям занятий спортивным фехтованием с различным контингентом</i>		15
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом

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

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

Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «**Теория и методика избранного вида спорта (фехтования)**» для обучающихся института **Спорта и физического воспитания 2 курса**, направления подготовки **49.03.01 – «Физическая культура»**, профилю «**Спортивная подготовка в избранном виде спорта**» **заочной формы обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины: 3, 4 семестры

Форма промежуточной аттестации: зачёт, 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 (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	15
2	<i>Выступление на семинаре по теме «Педагогические установки в обучении спортивному фехтованию»</i>		5
3	<i>Выступление на семинаре по теме «Последовательность освоения типовых боевых действий и тактических умений»</i>		5
4	<i>Выступление на семинаре по теме «Методика обучения приемам и действиям в фехтовании на рапирах»</i>		5
5	<i>Выступление на семинаре по теме «Средства и методы восстановления и переключения занимающихся на другую двигательную и психическую деятельность»</i>		5
6	<i>Проведение комплексов упражнений в парах, направленных на обучение и совершенствование техники передвижений в фехтовании на рапирах</i>		5
7	<i>Проведение комплексов упражнений в парах, направленных на обучение и совершенствование атак в фехтовании на рапирах</i>		5
8	<i>Проведение комплексов упражнений в парах, направленных на обучение и совершенствование противодействий атакам в фехтовании на рапирах</i>		5
9	<i>Написание и защита реферата по теме «Упражнения с партнером – как основная форма обучения юных фехтовальщиков технике и тактике фехтования»</i>		15
10	<i>Написание реферата по теме «Основы техники и тактики фехтования на рапирах»</i>		15

	<i>Зачёт</i>		20
	ИТОГО		100 баллов

4 СЕМЕСТР

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	15
2	<i>Выступление на семинаре по теме «Двигательные действия тренера в уроке фехтования и методика предупреждения ошибок»</i>		5
3	<i>Выступление на семинаре по теме «Методика обучения приемам и действиям в фехтовании»</i>		5
4	<i>Выступление на семинаре по теме «Действия арбитра и технологии судейства: содержание и последовательность команд и решений, определение инициативы в действиях спортсменов»</i>		5
5	<i>Проведение комплексов упражнений, направленных на совершенствование боевых действий, основанных на проявлениях двигательных реакций у фехтовальщиков на шпагах</i>		5
6	<i>Проведение комплексов упражнений, направленных на совершенствование тактических умений преднамеренно действовать в типовых ситуациях боев на шпагах</i>		5
7	<i>Написание и защита реферата по теме «Профессионально-педагогические навыки и умения тренера по фехтованию в индивидуальном уроке»</i>		15
8	<i>Написание и защита реферата по теме «Основы техники и тактики фехтования на шпагах»</i>		15
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом

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

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

Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «**Теория и методика избранного вида спорта (фехтования)**» для обучающихся института **Спорта и физического воспитания 3 курса**, направления подготовки **49.03.01 – «Физическая культура»**, профилю «**Спортивная подготовка в избранном виде спорта**» **заочной формы обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины: 5, 6 семестры

Форма промежуточной аттестации: зачёт, 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 (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Посещение занятий	В течение семестра	15
2	Выступление на семинаре по теме «Содержание и направленность психологической подготовки в фехтовании»		5
3	Выступление на семинаре по теме «Методы технико-тактического совершенствования»		5
4	Выступление на семинаре по теме «Методика обучения приемам и действиям в фехтовании на саблях»		5
5	Проведение комплексов упражнений в парах, направленных на обучение и совершенствование атак в фехтовании на саблях		5
6	Проведение комплексов упражнений в парах, направленных на обучение и совершенствование противодействий атакам в фехтовании на саблях		5
	Написание и защита реферата по теме «Основы техники и тактики фехтования на саблях»		10
7	Написание и защита реферата по теме «Объекты моделирования в составе действий тренера и компоненты специализированной деятельности в индивидуальном уроке»		10
8	Формулировка темы выбранной ВКР, обоснование актуальности, цели, задач и методов исследования		10
9	Изложение и анализ литературных источников по избранной теме ВКР в изданиях по фехтованию и смежных дисциплинах		10

	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

6 СЕМЕСТР

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	15
2	<i>Выступление на семинаре по теме «Совершенствование двигательных реакций, проявлений свойств внимания, памяти и мышления, волевых и личностных качеств у фехтовальщиков»</i>		5
3	<i>Выступление на семинаре по теме «Педагогический контроль соревновательной деятельности, технико-тактического совершенствования»</i>		5
4	<i>Выступление на семинаре по теме «Уровень тренированности фехтовальщиков и технологии его оценки»</i>		5
5	<i>Подготовка конспектов и проведение индивидуальных уроков со спортсменами на этапе начальной специализации</i>		5
6	<i>Подготовка конспектов и проведение индивидуальных уроков со спортсменами на этапе углубленной специализации</i>		5
7	<i>Обоснование организации исследования по теме избранной ВКР. Описать методики исследования</i>		15
8	<i>Оформление и анализ полученных результатов исследования в виде таблиц и рисунков</i>		15
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом

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

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

Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «**Теория и методика избранного вида спорта (фехтования)**» для обучающихся института **Спорта и физического воспитания 4 курса**, направления подготовки **49.03.01 – «Физическая культура»**, профилю «**Спортивная подготовка в избранном виде спорта**» **заочной формы обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины: 7, 8 семестры

Форма промежуточной аттестации: зачёт, 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 (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Посещение занятий	В течение семестра	15
2	Выступление на семинаре по теме «Отбор спортсменов и комплектование команд по видам фехтования»		5
3	Выступление на семинаре по теме «Диагностика спортивных способностей и оценка специальной тренированности»		5
4	Выступление на семинаре по теме «Специальные нагрузки фехтовальщиков и проблемы восстановления»		5
5	Проведение комплексов упражнений в парах, направленных на совершенствование умений, основанных на проявлениях двигательных реакций у фехтовальщиков		5
6	Проведение комплексов упражнений в парах, направленных на совершенствование умений, основанных на проявлениях свойств внимания, памяти и мышления у фехтовальщиков		5
7	Написание и защита реферата по теме «Объективные факторы, воздействующие на формирование состава действий и тактику ведения боев»		15
8	Написание реферата по теме «Двигательные и психические качества в структуре технико-тактического совершенствования фехтовальщиков»		15
9	Подготовка ВКР для предварительного рецензирования		10
10	Подготовка доклада и презентации для предварительной апробации ВКР		10
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

8 СЕМЕСТР

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	15
2	<i>Выступление на семинаре по теме «Определение уровня освоения специальных умений у фехтовальщиков»</i>		5
3	<i>Выступление на семинаре по теме «Общий уровень (состояние) специальной тренированности»</i>		5
4	<i>Выступление на семинаре по теме «Планирование тренировочной нагрузки в годичном цикле подготовки фехтовальщиков»</i>		5
5	<i>Подготовка конспектов и проведение индивидуальных уроков со спортсменами на этапе начальной специализации</i>		5
6	<i>Подготовка конспектов и проведение индивидуальных уроков со спортсменами на этапе углубленной специализации</i>		5
7	<i>Завершение и подготовка ВКР для рецензирования на кафедре</i>		15
8	<i>Подготовка доклада и презентации для апробации ВКР на кафедре</i>		15
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом

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

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

Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.

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



Институт **Спорта и физического воспитания**

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

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.Б.20 ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА
(ФЕХТОВАНИЯ)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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

Уровень образования: *бакалавриат*

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

Год набора – 2016 г.

Москва – 2017

1. Общая трудоемкость дисциплины составляет – **47 зачетных единиц, 1692 академических часа** (экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 112 часов, самостоятельная работа – 1544 часа).

2. Семестры освоения дисциплины: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 семестры.

3. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (ИВС)» по профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта», в соответствии с общими целями основной образовательной программы (ООП) высшего образования, является:

- изучение теоретических и методических основ спортивной тренировки фехтовальщиков, освоение специальных знаний, умений и профессионально-педагогических навыков проведения занятий во всех звеньях физкультурно-спортивного движения с занимающимися различного возраста, пола и квалификации, с учетом их индивидуальных особенностей.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

В результате освоения дисциплины «Теория и методика ИВС (фехтования)» у выпускника должны быть сформированы общепрофессиональные и профессиональные компетенции.

Выпускник, освоивший программу дисциплины, 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);

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

– способностью организовывать и проводить соревнования, 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 дисциплины, должен обладать профессиональными компетенциями (ПК), соответствующими виду профессиональной деятельности, на который 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);

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

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

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

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

организационно-управленческая деятельность:

– способностью 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).