

**Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Северо-Осетинский государственный университет  
имени Коста Левановича Хетагурова»**

**УТВЕРЖДАЮ**  
проректор по УР  
 **А.М. Дигурова**  
«  »    2017 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
«Технология спортивной тренировки в избранном виде спорта»**

Направление подготовки (специальность)

**49.03.01 Физическая культура**

Профиль подготовки « Спортивная тренировка»

**Квалификация (степень) выпускника – бакалавр**

Форма обучения

Очная, заочная

**Владикавказ 2017**

# 1. Структура, и общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 8 зачетных единиц (288 часов).

	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
Курс	3-4	3-4
Семестр	6-8	6-8
Лекции	38	20
Практические (семинарские) занятия	90	24
Лабораторные занятия	-	-
Консультации	-	-
Итого аудиторных занятий	128	44
Самостоятельная работа	142	235
Курсовая работа	7-семестр	7-семестр
Форма контроля		
экзамен	8-семестр 18 час	8-семестр 9 час
Зачет	6-семестр	6-семестр
Общее количество часов	288	288

## Распределение учебных часов по полугодиям (семестрам)

Семестры	Лекции		Практические занятия		Всего		Самостоят. работа		Итого	
	ОФО	ЗФО	ОФО	ЗФО	ОФО	ЗФО	ОФО	ЗФО	ОФО	ЗФО
3 курс										
6	14	4	28	6	42	10	66	26	108	36
Всего :	14	4	28	6	42	10	66	26	108	36
4 курс										
7	14	4	30	10	44	14	28	94	72	108
8	10	12	32	8	42	20	48	79	108	108
Всего :	24	16	62	18	86	34	76	173	180	216

## **2. Цели освоения дисциплины:**

Целью освоения дисциплина «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта» является: формирование и совершенствование профессионально-педагогических знаний, умений и навыков, необходимых для самостоятельной работы выпускника вуза в различных областях профессиональной деятельности.

Областью профессиональной деятельности бакалавра по физической культуре и спорту специализации «спортивная борьба» являются: физическая культура и физическое воспитание с различными контингентами населения; спорт, включая детско-юношеский спорт, массовый, высших достижений, профессиональный; спортивно-оздоровительный туризм; двигательная рекреация и реабилитация; деятельность по оздоровлению населения средствами физической культуры и спорта.

**Задачи** освоения дисциплины «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта» (борьба):

- овладеть основами теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта
- освоить принципы и методы обучения на основе требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта;
- научиться планированию и проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта;
- уметь разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов;
- применять средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта;
- сформировать умения тренерской деятельности в избранном виде спорта с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки применяя современные технологии тренировки в избранном виде спорта.

## **3. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата**

Дисциплина «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта» (борьба) относится к блоку 1 базовой части учебного плана подготовки бакалавра по направлению 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Спортивная тренировка» и изучается с 6 по 8 семестры как в очной форме обучения, так и на заочной форме обучения.

Дисциплина «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта» (борьба) имеет меж предметные связи с дисциплинами циклов:

общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин, общих математических и естественнонаучных дисциплин, обще профессиональных дисциплин специализации.

Дисциплина «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта» (борьба) является продолжением дисциплины «Теория, методика избранного вида спорта» (борьба), который изучается в 1-5 семестрах на очной и заочной форме обучения.

#### 4.Требования к результатам освоения дисциплины\

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование как общепрофессиональных (ОПК-3), так и профессиональных (ПК-8,9,13,14) компетенций:

#### Общепрофессиональных

<b>ОПК-3</b> 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;	Начальный этап (знания)	<b>Знать:</b> - основы теории и методики физической культуры и спорта; - принципы и методы обучения; - медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий, занимающихся; - требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта.
	Продвинутый этап (умения)	<b>Уметь:</b> - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта; - разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов.
	Завершающий этап (навыки)	<b>Владеть:</b> - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.

#### Профессиональные

##### Тренерская деятельность

<b>ПК-8</b> Способность использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических	Начальный этап (знания)	<b>Знать:</b> - 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.
--	-------------------------	--

основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта	Продвинутой этап (умения)	<b>Уметь:</b> - использовать на занятиях избранным видом спорта знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки; - соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности.
	Завершающий этап (навыки)	<b>Владеть:</b> - 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.
<b>ПК-9</b> Способность формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у обучающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции	Начальный этап (знания)	<b>Знать:</b> - психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям избранным видом спорта; - методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.
	Продвинутой этап (умения)	<b>Уметь:</b> - 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.
	Завершающий этап (навыки)	<b>Владеть:</b> - умением формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта; - методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.
	Завершающий этап (навыки)	<b>Владеть:</b> - 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.
<b>ПК-13</b> Способность использовать для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию	Начальный этап (знания)	<b>Знать:</b> - виды и методы педагогического контроля и учета его результатов; - содержание и организацию педагогического контроля в избранном виде спорта; - актуальные технологии управления состоянием спортсмена.
	Продвинутой этап (умения)	<b>Уметь:</b> - 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.
	Завершающий этап (навыки)	<b>Владеть:</b> - способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.
<b>ПК-14</b> Способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности	Начальный этап (знания)	<b>Знать:</b> - основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта.
	Продвинутой этап (умения)	<b>Уметь:</b> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.
	Завершающий этап (навыки)	<b>Владеть:</b> - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство; - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.

## 5.Содержание дисциплины.

№	Наименование разделов), изучаемых по данной дисциплине	ДО		ОЗО		Формы контроля
		Лекции часы	Практ. часы	Лекции часы	Практ. часы	
<b>1</b>	<b>Актуальные вопросы состояния спортивной борьбы</b>	2		2		Контроль за ОФП студентов
	Общая физическая подготовка.		2			
<b>2</b>	Специальная физическая подготовка		2		2	Контроль за СПФ студентов
<b>3</b>	<b>Организация работы по набору детей ДЮСШ</b>	2		2		Контроль за технической подготовкой студентов
	Техническая подготовка борца		2			

4	Специальная физическая подготовка		2		2	Приём контрольных нормативов по СФП
5	<b>Методы и средства обучения борца техники и тактики. Последовательность обучения</b>	2				Методика обучения технико-тактическим действиям Контроль за ОФП студентов
	Общая физическая подготовка		2			
6	Специальная физическая подготовка		2		2	Контроль за СФП студентов
7	<b>Принципы обучения борца техники и тактики спортивной борьбы.</b>	2				Визуальный контроль за технико-тактической подготовкой студентов
	Техническая подготовка		2			
8	Тактическая подготовка		2			Проверка навыков и умений тактических действий в борьбе
9	<b>Интеллектуальная подготовка борца</b>	2				Проверка интеллектуальных способностей студентов и технических навыков
	Техническая подготовка		2			
10	Тактическая подготовка		2			Приём контрольных нормативов по

						тактической подготовке
<b>11</b>	<b>Индивидуальные планы для борцов разной квалификации.</b>	2				Приём контрольных нормативов по технической подготовке
	Техническая подготовка		2			
<b>12</b>	Техническая подготовка		2			Проверка исполнения технических приемов
<b>13</b>	<b>Организация работы в летнем спортивном лагере. Организация учебно- тренировочного сборов.</b>	2				Оценка за проведенное учебно- тренировочно е занятие
	Техническая подготовка		2			
<b>14</b>	Общая физическая подготовка		2			Приём контрольных нормативов по ОФП
	<b>Контрольные нормативы</b>					
	<b>ИТОГО ЗА 6 СЕМЕСТР</b>	14	28			
	<b>7- СЕМЕСТР</b>					
<b>1</b>	<b>Многолетняя подготовка борца. Принципы спортивной тренировки борца</b>	2		4	2	Приём контрольных нормативов по физической подготовке
	Методы повышение общей физической		2			



	подготовки с помощи снарядов.					
	ПРАКТИКА в ДЮСШ					Оценка за проведенное занятие
6	<b>Физическая подготовка борца. Технология физической подготовки. Задачи, средства и методы</b>	2		2		Приём контрольных нормативов по физической подготовке
	Повышение общей физической подготовки. Кросс - 2 км.		2			
7	Повышение специальной физической подготовки на снарядах. Подводящие упражнения		2			Проверка специальной физической подготовки студентов
	Совершенствование ТТП. Учебные схватки		2			
8	<b>Формирование навыков технических действий и приемов борца в процессе совершенствовани я в техника- тактического мастерства.</b> Повышение общей физической подготовки на тренажерах.	2	2	2		Проверка знаний студентов по применению упражнений для повышения ОФП. Приём контрольных нормативов по ТТП
9	Совершенствование ТТП. Учебные схватки.		2		2	Проверка технической подготовки студентов

	Специальная силовая подготовка борца		2			проверка умений студентов по применению упражнений для СФП
<b>10</b>	<b>Техническая подготовка борца.</b>  Тактическая подготовка. Учебно-тренировочные схватки.	2	2	2	2	Проверка технико-тактической подготовки студентов
<b>11</b>	Повышение общей физической подготовки. Кросс-Фит.  Совершенствование ТТП. Учебные схватки.		2 2		2	Проверка физической подготовки студентов
<b>12</b>	<b>Тактическая подготовка борца</b>  Специальная физическая подготовка круговые схватки	2	2	2	2	Приём контрольных нормативов по тактической подготовке
<b>13</b>	Повышение общей физической подготовки  Совершенствование ТТП методом круговой тренировки		2 2		2	Приём контрольных нормативов по технической подготовке
<b>14</b>	<b>Восстановительные мероприятия в борьбе.</b>  Совершенствование ТТП. Уч.	2	2	4	2	Приём контрольных нормативов по физической подготовке

	тренировочные схватки 3 по 3					
<b>15</b>	<b>Общие закономерности спортивной тренировки борца.</b>  Совершенствование ТТП. Контрольные схватки 2 по 3	2	2	2	2	Оценка за проведенное занятие
<b>16</b>	Контрольное испытание по технической подготовке				2	Приём контрольных нормативов по интегральной подготовке
<b>17</b>	Курсовая работа.					
	<b>ИТОГО ЗА 7 СЕМЕСТР</b>	14	30	8	12	

	<b>8 СЕМЕСТР</b>					
<b>1</b>	<b>Система отбора перспективных борцов</b>  Специальная силовая подготовка на снарядах	2	2	2	2	Приём контрольных нормативов по физической подготовке
<b>2</b>	Техническая подготовка. Совершенствование бросков наклоном захватом ног.  Тактическая подготовка. Методы и средства выведения из равновесия.		2    2		2	Оценка за проведенное занятие

<b>3</b>	<b>Управление спортивной подготовкой спортсмена</b>  Повышение специальной силовой подготовки на снарядах.	2	2			Контроль за СФП студентов
<b>4</b>	Совершенствование ТТП.  Специальная физическая подготовка с партнером.		2  2			Проверка технической подготовки студентов
<b>5</b>	<b>Моделирование спортивной тренировочных занятий в спортивной борьбе.</b>  Технико-тактическая подготовка. Учебные схватки.	2	2	2		
<b>6</b>	Техническая подготовка. Методы тактических приемов для захвата ног.  Техническая подготовка. Совершенствование контратак при захвате противником ног.		2  2		2	Проверка технической подготовки студентов
<b>7</b>	<b>Психологическая и соревновательная подготовка борца.</b>  Тактическая подготовка. Методы и средства выведения из равновесия.	2	2	2		Проверка технико-тактической подготовки студентов
<b>8</b>	Повышение общей физической подготовки с помощью отягощений (штанга, гири и т. д.)		2			Проверка физической подготовки студентов

	Повышение СФП с помощью подводящих упражнений		2			
<b>9</b>	<b>Профилактика травматизма в спортивной борьбе. Гигиена в спортивной борьбе.</b>  Технико-тактическая подготовка	2	2			Приём контрольных нормативов по тактической подготовке
<b>10</b>	Специальная физическая подготовка с партнером.  Технико-тактическая подготовка. Учебные схватки		2  2			Приём контрольных нормативов по технической подготовке
<b>11</b>	Контрольное испытание по технико-тактической подготовке		2			Приём контрольных нормативов по
	Рубежная аттестация					
	<b>ИТОГО ЗА 8 СЕМЕСТР</b>	10	32	4	6	

## 6. Учебно-методическая карта дисциплины

### 6 семестр

Номер недел и	Наименование тем (вопросов), изучаемых по данной дисциплине	Занятия		Самостоятельная работа Студентов		Формы контроля	Количество баллов		литература
		л	пр	Содержание	Ча сы		min	max	
							<b>0</b>	<b>20</b>	
<b>1</b>	<b>Актуальные вопросы состояния борьбы</b>  Общая физическая подготовка. Методика круговой тренировки (1)	2	2	Новое в методике подготовки борцов  Повышение ОФП	8	вопросы в рубежные аттестации  визуальная оценка ОФП			<b>1,2,3,6,9</b>
<b>2</b>	Специальная физическая подготовка борца(2) Методы повышения		2	Повышение СФП	2	визуальная оценка СФП			<b>1,2,3,6,9</b>
<b>3</b>	<b>Организация работы по набору детей в ДЮСШ</b>  Техническая подготовка борца (3) Совершенствование бросков подворотом ч/з спину. Защиты.	2	2	Агитация детей в школах и по месту жительства. Проведение набора и медосмотра. Комплектация спортивных групп  Повышение технической подготовки	6	Вопросы в рубежные аттестации  визуальная оценка технической подготовки			<b>1,2,4,8,9</b>

4	Специальная физическая подготовка (4) (□)-Мастер класс		2	Повышение СФП	2				1,2,3,6,9
5	<b>Методы и средства обучения борца технике и тактике. Последовательность обучения.</b>  Общая физическая подготовка (5)	2	2	Методы, средства и методические приемы обучения борца технике и тактике. Планирования и выбор методики обучения	8	Вопросы в рубежные аттестации  оценка ОФП			Основная 1-5
6	Специальная физическая подготовка борца(6)		2	Повышения СФП	2	оценка СФП			Интернет. Рес.1-10
7	<b>Принципы обучения борца техники и тактики спортивной борьбы.</b>  Техническая подготовка: совершенствование технических приемов стойке: переводы захватом ног. (7)	2	2	Принципы обучения технике и тактике. Этапы и стадии формирования двигательного действия.  Совершенствование технических приемов стойке: переводы захватом ног.	6	Вопросы в рубежные аттестации  Визуальная оценка технических действий			1,2,4,8,9
8	Тактическая подготовка: совершенствование тактических действий для атаки в стойке.(8)		2		4	оценка тактических действий			1-4
	Рубежная аттестация								Основная 1-2

<b>9</b>	<b>Интеллектуальная подготовка борца</b>  Техническая подготовка: совершенствование технических приемов в партере. (9)  Техническая подготовка: совершенствование контратакующих приемов в стойке. (10) <input type="checkbox"/> -Спарринг	2	2	Зрительная, моторная, звуковая, тактильная и др. виды памяти. Различные типы мышлений борца.  Совершенствование контратакующих приемов в стойке	6	Вопросы в рубежные аттестации  оценка технических действий			<b>1,2,4,8,9</b>
<b>10</b>	Тактическая подготовка: совершенствование тактических приемов защиты в борцовской схватке. (11)		2	Изучение, обучение и совершенствование тактических приемов защиты в борцовской схватке.	4	Вопросы в рубежной аттестаций			<b>1-4</b>
<b>11</b>	<b>Индивидуальные планы повышения спортивного мастерства для борцов разной квалификации.</b>  Техническая подготовка: совершенствование технических контрприемов в партере. (12) <input type="checkbox"/> -Ролевые игры	2	2	Параметры, нагрузка и методика планирования.  совершенствование технических контрприемов в партере.	6	Составление индивидуальных планов подготовки  оценка технических действий			<b>1,2,4,8,9</b>
<b>12</b>	Техническая подготовка: совершенствование комбинационных атакующих действий в стойке. (13)		2	Обучение и совершенствование комбинационных атакующих действий в стойке	4	Вопросы в рубежные аттестации оценка технических действий			<b>1,2,5</b>
<b>13</b>	<b>Организация работы в летнем спортивном лагере. Организация учебно тренировочного сборов.</b>	2	2	Комплектование групп. Организация тренировок на природе. Спортивные и подвижные игры. Методы и	6	Конспекты оценка технико-			<b>1,2,4,8,9</b>



	Техническая подготовка: совершенствование технико- тактического действия «встречная атака в стойке». (14)			средства восстановления от тренировочных и соревновательных нагрузок. Методы и средства. закаливания и оздоровления в летнем спортивном лагере.  Обучение и совершенствование технического приема «встречная атака»		тактических действий			
<b>14</b>	Упражнения для развития и повышения ОФП. (15)  Контрольное испытание (□)-Спарринг		2	Повышение ОФП. Комплекс упражнений для круговой тренировки.  Подготовка к сдача контрольных нормативов	2	Составление комплекса упражнений для круговой тренировки			1.5
<b>15</b>	Рубежная аттестация								
	<b>ИТОГО ЗА 6 СЕМЕСТР</b>	14	28		66		<b>0</b>	<b>100</b>	

7-Семестр									
1-5	ПРАКТИКА в ДЮСШ  Общая физическая подготовка - круговая тренировка на тренажерах. Повышение общей физической подготовки на снарядах.	2	2		4				1-6
	<b>Многолетняя подготовка борца. Принципы спортивной тренировки борца.</b>			Психологические основы отбора в спорте.  Мотивационный комплекс. Непосредственные и опосредованные мотивы. Динамика развития мотивов.  Повышения ОФП		оценка ОФП			
6	<b>Физическая подготовка борца. Технология физической подготовки. Задачи, средства и методы.</b>  Общая физическая подготовка- круговая тренировка на тренажерах. Повышение общей физической подготовки на снарядах.  (□)-Спарринг	2	2	Направления спортивного отбора. Состояние исследований по спортивному прогнозированию. Понятия, принципы и задачи спортивного прогнозирования. Классификация методов спортивного прогнозирования.  Повышения ОФП	4	оценка применения тренажёров для повышения ОФП			1-6

7	Специальная физическая подготовка-упражнения для развития скоростной выносливости. Кросс -2 км		2	Повышения СФП		оценка СФП			1,2,3,4,6,8,9
	Техническая подготовка: совершенствование бросков подворотом.		2	Совершенствование		оценка выполнения технических действий			
8	<b>Формирование навыков технических действий и приемов борца в процессе совершенствования в техника тактического мастерства.</b>	2		Профилактика травматизма при занятиях в зале, на улице и соревнованиях.	4				1-6
	Общая физическая подготовка -способы и методы повышения с помощью т/а штанги.		2	Повышения ОФП		оценка СФП			
9	Техническая подготовка: совершенствование комбинаций - прием в стойка с продолжением в партере.		2	Совершенствование комбинаций		оценка выполнения технических действий			1,2,3,4,6,8,9
	(□)-Спарринг  Специальная подготовка борца: средства и методы повышения. Учебно-тренировочные схватки		2	Повышение СФП		оценка СФП			

<b>10</b>	<b>Техническая подготовка борца.</b>  Тактическая подготовка: тактические приемы ведения контратакующих способов ведения борьбы в схватке.	2	2	Оздоровительные мероприятия в спортивной подготовке борца. Режим труда и отдыха. Питание и питьевой режим борца.  Совершенствование	4	Конспекты по повышению ТТП  оценка выполнения тактических действий			<b>1-5</b>
<b>11</b>	Общая физическая подготовка: подвижные и спортивные игры. Кросс-Фит.  Техническая подготовка: совершенствование защитных и контратакующих действий в партере		2  2	Повышение ОФП  Совершенствование		оценка ОФП  оценка усвоения выполнения технических действий			<b>1,2,3,4,6,8,9</b>
<b>12</b>	<b>Тактическая подготовка борца</b>  Специальная физическая подготовка: учебно-тренировочные схватки с борцами более тяжелой весовой категории.	2	2	Структура личности тренера. Общая характеристика педагогических способностей тренера по борьбе.  Повышение СФП		Конспекты по повышению тактической подготовки			Основная 1-2  Интернет. Рес. 1-10
<b>13</b>	Техническая подготовка: совершенствование бросков поворотом. Разнообразие захватов и бросков.		2  2	Совершенствование  Повышения ОФП	4	оценка освоения выполнения технических действий			<b>1,2,3,4,6,8,9</b>

	Общая физическая подготовка- акробатическая подготовка					оценка ОФП			
<b>14</b>	<b>Восстановительные мероприятия в борьбе.</b>  Повышение общей физической подготовки: легкоатлетическая подготовка.  Общая физическая подготовка- круговая тренировка на тренажерах.  (☐)-Спарринг	2	2	Восстановительные мероприятия после тренировочных и соревновательных нагрузок.   Повышения ОФП		Опрос   оценка ОФП			<b>1-6</b>
<b>15</b>	<b>Общие закономерности спортивной тренировки борца.</b>      Техническая подготовка: совершенствование бросков наклоном захватом ног.  (☐)-Спарринг	2	2	Обще подготовительные упражнения с партнером с применением различных предметов и приспособлений. Специально подготовительные упражнения без партнера, с партнером, без предметов и с предметами.   Совершенствование	4	опрос         оценка освоения выполнения технических действий			<b>1,2,3,4,6,8,9</b>

<b>16</b>	<p>Тактическая подготовка: учебные схватки по заданию.</p> <p>Контрольное испытание по технической подготовке</p>		2	<p>Совершенствование</p> <p>Совершенствование</p> <p>Подготовка к сдача контрольных нормативов</p>		<p>оценка освоения выполнения технических действий</p> <p>оценка выполнения тактического задания</p>			<b>1-5</b>
<b>17</b>	Курсовая работа.								
	<b>ИТОГО ЗА 7 СЕМЕСТР</b>								
		<b>14</b>	<b>30</b>		<b>28</b>		<b>0</b>	<b>100</b>	
<b>8-СЕМЕСТР</b>									



3	<p><b>Управления подготовкой спортсмена</b></p> <p>Повышение СФП с помощью подводящих упражнений (□)- Спарринг</p>	2	2	<p>Формирование коронной атакующей техники борьбы.</p> <p>Атакующие и оборонительные комбинации борьбы в партере и стойке</p> <p>Повышение СФП</p>	8	<p>Опрос – беседа</p> <p>Оценка ОФП</p>			<b>1,2,3,6,9</b>
4	<p>Повышение общей физической подготовки с помощью отягощений (штанга, гири и т. д.)</p> <p>Совершенствование ТТП.</p>		2	<p>Совершенствование технико-тактически действий</p> <p>Повышение СФП</p>	10	<p>оценка выполнения тактического задания</p> <p>Оценка СФП</p>			<b>1-6,9</b>
5	<b>Моделирование спортивных тренировочных занятий в спортивной борьбе.</b>	2		<p>Планирование макро, мезо, микроциклов. Планирование этапов подготовки. Контроль. Корректировка нагрузок.</p>		<p>Опрос. Конспектирование.</p>			<p>Основная 1-2</p> <p>Интернет. Рес.1-10</p>



	Специальная физическая подготовка перед соревнованиями		2						
6	Специальная физическая подготовка с партнером.  Технико-тактическая подготовка. Учебные схватки.  (□)-Мастер класс		2          2	Совершенствование технико-тактических действий  Совершенствование		оценка выполнения технико-тактического задания  оценка освоения выполнения технических действий			1-6,8,9
7	Психологическая и соревновательная подготовка борца.  Техническая подготовка. Совершенствование контратак при захвате противником ног.	2		Методы психологической и соревновательной подготовки: беседы, беседа-убеждение, мотивация, настрой  Совершенствование технико-тактически действий, технических приемов в стойке		Оценка выступлений на соревнованиях  оценка выполнения технико-тактического задания			1-6,8,9

8	<p>Тактическая подготовка. Методы и средства выведения из равновесия.</p> <p>Повышение СФП с помощью подводящих упражнений Техничко-</p>		<p>2</p> <p>2</p>	<p>Совершенствование технико-тактически действий</p> <p>Совершенствование</p>	10	<p>оценка выполнения технико-тактического задания</p> <p>Оценка выполнения технического приема</p>			<b>1-6,8,9</b>
9	<b>Профилактика травматизма в спортивной борьбе. Гигиена в спортивной борьбе.</b>	2		<p>Профилактика травматизма при занятиях в зале, на улице и соревнованиях.</p> <p>Совершенствование технико-тактически действий</p>		<p>Конспекты, Доклады. Опрос-беседа</p>			<b>1- 6,8,9</b>

	Технико-тактическая подготовка <input type="checkbox"/> -Спарринг		2			оценка технико-тактического задания			
10	Специальная физическая подготовка с партнером.  Технико-тактическая подготовка. Учебные схватки <input type="checkbox"/> -Спарринг		2       2	Совершенствование технико-тактических действий  Совершенствование техники бросков прогибом. Защиты и контратаки		оценка выполнения технико-тактического задания			1- 6,8,9
11	Контрольное испытание по технико-тактической подготовке       Рубежная аттестация		2	Подготовка к контрольным испытаниям		оценка выполнения технико-тактического задания			
	ЭКЗАМЕН								
	ИТОГО ЗА 8 СЕМЕСТР	10	32		48		0	100	
	ВСЕГО ЗА КУРС	38	90		142				

Интерактивная форма обучения –(□)

**ОЗО**

	Наименование тем (вопросов), изучаемых по данной дисциплине	Занятия		Самостоятельная работа Студентов		Формы контроля	Количество баллов		литература
		л/с	П/М	Содержание	Часы		min	max	
	3 курс								
	Текущий контроль						0	20	
1	<b>Актуальные вопросы состояния спортивной борьбы</b>  <b>Методы и средство обучения борца техники и тактики. Последовательность обучения.</b> Техническая подготовка: совершенствование технических приемов стойке: переводы захватом ног.	2	2	Новое в методике подготовки борцов высокого класса  Методы, средства и методические приемы обучения борца технике и тактике. Планирования и выбор методики обучения  Совершенствование технической подготовки	10	Реферат  Конспекты  опрос			1-9
2	Развитие и повышение физических способностей и физических качеств борцов Специальная физическая подготовка		2	Изучение и применение методов и средств для повышение ОФП и СФП	10	Конспекты			1-9
3	<b>Организация работы по набору детей ДЮСШ</b> <b>Организация работы в летнем спортивном лагере.</b> <b>Организация учебно-тренировочного сборов</b>  Упражнения для развития и повышения ОФП.	2	2	Психологические основы отборы в спорте. Мотивационный комплекс.  Агитация детей в школах и по месту жительства. Проведение набора и медосмотра. Комплектация спортивных групп	16	Конспекты			1-9
	<b>ИТОГО</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		<b>36</b>		<b>0</b>	<b>100</b>	<b>1-9</b>

4 курс 7 семестр								
1	Многолетняя подготовка борца. Принципы спортивной тренировки борца.	2		Изучение и конспектирование методов и принципов спортивной тренировки Обучение и методика преподавания техники Атакующих и защитных действий	25			1-9
2	Проведение занятия по заданию преподавателя		4	Написание конспектов комплексов упражнений по разделам программы, конспектов занятий и отдельных их частей.	20	Оценка за проведения занятия		1-9
3	Структура и методы развития физических качеств борца. Формирование навыков борца в процессе совершенствования в техника тактического мастерства.	2		Методы и средства развития физических качеств в борьбе Совершенствование ТТ мастерства	20	Конспекты		1-9
4	Проведение занятия по заданию преподавателя		6	Разбор и анализ проведенного учебно-тренировочного занятия	10	Оценка за проведения занятия		1-9
	итого	4	10		94		0	100
	4 курс			8 семестр				
1	Система отбора перспективных борцов	2		Понятия, принципы и задачи спортивного прогнозирования. Классификация методов спортивного прогнозирования.	6	Конспекты опрос		1-9
2	Проведение занятия по заданию преподавателя			Написание конспектов комплексов упражнений по разделам программы,	4	Оценка за проведения занятия Оценка за проведения занятия		1-9

				конспектов занятий и отдельных их частей.					
3	Управления подготовкой спортсмена	2		провести анализ многолетней спортивной подготовки по избранному виду спорта	6	Конспекты опрос			1-9
4	Проведение занятия по заданию преподавателя			Написание конспектов комплексов упражнений по разделам программы, конспектов занятий и отдельных их частей.	4	Оценка за проведения занятия			1-9
5	Моделирование тренировочных занятий в спортивной борьбе.	2		Написание конспектов комплексов упражнений по разделам программы, конспектов занятий и отдельных их частей.	6	Конспекты опрос			1-9
6	Проведение занятия по заданию преподавателя			Написание конспектов комплексов упражнений по разделам программы, конспектов занятий и отдельных их частей.	4	Оценка за проведения занятия Оценка за проведения занятия			1-9
7	Психологическая и соревновательная подготовка борца.	2		Методы и средства и их применение для психологической и соревновательной подготовки: борцов: беседы, настрой, аутотренинг	7	Конспекты опрос			1-9
8	Проведение занятия по заданию преподавателя		2	Написание конспектов комплексов упражнений по разделам программы, конспектов занятий и отдельных их частей.	4	Оценка за проведения занятия			1-9

9	Профилактика травматизма в спортивной борьбе. Гигиена в спортивной борьбе.	2		Профилактика травматизма при занятиях в зале, на улице и соревнованиях.	6	Конспекты опрос			1-9
10	Проведение занятия по заданию преподавателя		2	Написание конспектов комплексов упражнений по разделам программы, конспектов занятий и отдельных их частей.	6	Оценка за проведения занятия			1-9
11	Проведение занятия по заданию преподавателя		2	Написание конспектов комплексов упражнений по разделам программы, конспектов занятий и отдельных их частей.	6	Оценка за проведения занятия Оценка за проведения занятия			1-9
12	Особенности подготовки спортсменов различной квалификации	2		Особенности подготовки спортсменов различной квалификации. Составление индивидуальных спортивной подготовки	16	Конспекты опрос			1-9
13	Проведение урока и отдельных его частей.		2	Написание конспектов комплексов упражнений по разделам программы, конспектов занятий и отдельных их частей.	4				1-9
	ВЕГО	12	8		79		0	100	
	ИТОГО								



## **7. Образовательные технологии**

Лекции, лекции-беседы, практические занятия, самостоятельная работа студентов.

Используются интерактивные методы обучения: творческие задания, разработка проектов, исследовательский метод обучения, диспуты, семинары.

### **7.1 Содержание практических занятий**

#### **Тема 1. Общая физическая подготовка борца**

**Занятия: 1,5,14-6 семестр; 1,6,7,8,13,14- 7 семестр; 1- 8 семестр.**

Цель - ознакомить, научить студентов разнообразию общеразвивающих упражнений для повышения двигательных качеств, повышению физических качеств функциональных качеств и психических качеств борца, необходимых для повышения спортивного мастерства в борьбе и достижение максимальных результатов в спорте.

План:

1. Общеразвивающие упражнения для разминки борца.
2. Общеразвивающие упражнения без предметов и снарядов для развития физических качеств борца.
3. Общеразвивающие упражнения с предметами и снарядами.
4. Общеразвивающие упражнения на тренажерах.
5. Спортивные и подвижные игры для ОФП.
6. Легкоатлетические упражнения для ОФП.
7. Гимнастические и акробатические упражнения для ОФП.
8. Плавание как средство развития ОФП.
9. Методы круговой тренировки на снарядах и без, для ОФП.

#### **Тема 2. Специальная физическая подготовка борца**

**Занятия: 2,4,6-6 семестр; 7,9-7 семестр; 3,4- 8 семестр.**

Цель - ознакомить студентов и научить упражнениям для развития и повышения специальной физической подготовленности борца.

План:

1. Специальные подготовительные, разминочные упражнения борца.
2. Подводящие и имитационные упражнения для освоения технических действий борьбы.
3. Упражнения для специальной выносливости борца.
4. Упражнения для скоростно-силовой выносливости в борьбе.
5. Упражнения для силы и взрывной силы борца.
6. Упражнения для координаций и ловкости борца.

7. Специальные упражнения для гибкости борца.
8. Специальные упражнения для быстроты борца.
9. Методика развития специальных физических качеств с помощью круговой тренировки партнерами.

### **Тема 3. Техническая подготовка борца.**

**Занятия: 3,7,9,11,13- 6 семестр; 7,9,11,13,15- 7 семестр; 2,6,7,8,9,10- 8 семестр.**

Цель – ознакомить и научить студентов изучению и совершенствованию технических приемов и действий борьбы

План:

1. Технические действия и приемы в стойке.
2. Технические действия и приемы в партере.
3. Технические действия и приемы атаки в стойке и партере.
4. Технические действия и приемы защиты в стойке и партере.
5. Контратакующие технические действия и приемы в стойке и партере.
6. Комбинационные технические действия в стойке.
7. Комбинационные технические действия в партере.
8. Комбинационные технические действия и приемы, которые начинаются и продолжаются в партере.
9. Технические действия и приемы, оканчивающиеся досрочной победой.
10. Техника переводов рывком.
11. Техника переводов нырком.
12. Техника переводов захватом ноги, ног.
13. Техника переводов захватом рук, туловища.
14. Техника переводов с помощью ног.
15. Техника бросков захватом туловища.
16. Техника бросков поворотом.
17. Техника бросков подворотом.
18. Техника бросков наклоном.
19. Техника бросков прогибом.
20. Техника бросков с помощью ног.
21. Техника переворотов перекатом, скручиванием, забеганием, переходом.
22. Техника переворотов разгибанием.
23. Техника переворотов накатом.
24. Техника переворотов и бросков погибом, наклоном.
25. Техника защитных и контратакующих приемов и действий в партере.
26. Техника защитных и контратакующих приемов и действий в стойке.

**Тема 4. Тактическая подготовка борца для ведения борцовского поединка и соревновательная тактика.**

**Занятия: 8,10-6семестр; 10,16- 7 семестр; 2,4,6,7,8,9,10- 8 семестр.**

Цель – Ознакомить и научить студентов тактическим приемам ведения схватки и тактики соревнований.

План:

1. Тактические приемы и действия для создания условий для проведения приема, контрприема.
2. Наступательная, атакующая тактика борцовского поединка.
3. Оборонительная(защитная) тактика ведения борцовского поединка.
3. Контратакующая тактика ведения борцовского поединка.
4. Тактика борьбы на соревнованиях.

### **Тема 5. Круговая тренировка на тренажерах.**

#### **Занятие: 6,14 - 7 семестр**

Цель – Ознакомить и научить студентов методике круговой тренировки для повышения физических и функциональных качеств борца.

План:

1. Выбор тренажеров для тренировки и расстановка.
2. Количество повторений, подходов и регулирование нагрузки, время отдыха между подходами.

### **Тема 6. Спортивные и подвижные игры для повышения физических качеств борца.**

#### **Занятие: 11- 7 семестр.**

Цель – ознакомить студентов со спортивными и подвижными играми, применяемые борцами для повышения физических качеств.

План:

1. Регбол, регби, футбол, баскетбол, ручной мяч.
2. «Всадники», игры в касание, игры на срыв захватов, игры на теснение, не сойди с ковра, эстафеты, «похитить манекен», гладиаторы, эстафеты с элементами техники, передай мяч и другие.

### **Тема 7. Методы повышения физических качеств с помощью гимнастических и акробатических упражнений**

#### **Занятие: 13 – 7 семестр.**

Цель – ознакомить и научить студентов гимнастическим и акробатическим упражнениям и элементам для повышения общефизических и специальных качеств борца.

План:

1. Обучение и совершенствование гимнастических упражнениях для координаций, гибкости и силы.

2. Обучение и совершенствование акробатических упражнений для ловкости, быстроты и координаций движений.

**Тема 8. Методы повышения физических качеств с помощью легкоатлетических упражнений.**

**Занятие: 14 – 7 семестр.**

Цель – ознакомить студентов с методикой применения упражнений легкой атлетики для развития и повышения физических качеств борца.

План:

1. Беговые упражнения, как средство повышения выносливости и скорости.
2. Прыжковые упражнения, как средство повышения скоростно-силовых качеств борца.
3. Толкания и метания, как средства развития скоростно-силовых качеств борца.

**8. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.**

- При выполнении самостоятельной работы с литературой у студента должен присутствовать навык теоретического анализа и обобщения специальной научной литературы по проблемам физической культуры.
- Умение применить приобретенные знания для решения комплексных задач практического характера (составить поурочный план, разработать конспект урока, подобрать комплекс упражнений для формирования физического качества).

### **8.1 Самостоятельная работа**

1. Итоги выступлений и анализ важнейших соревнований по борьбе.
2. Новые данные о технике, тактике, методике тренировки по борьбе.
3. Фармакологические препараты для спортсменов.
4. Научная работа тренера.
5. Вопросы борьбы, требующие исследования.
6. Выбор темы исследования.
7. Разработка гипотезы.
8. Цель, задачи и организация исследования.
9. Методы и результаты исследования.
10. Подведение итогов исследования и оформление работы.
11. Принципы обучения и тренировки борца.
12. Методы обучения и тренировки борца.
13. Средства обучения и тренировки борца.
14. Принципы обучения.
15. Этапы обучения.
16. Последовательность обучения.
17. Методы обучения.
18. Способы обучения.
19. Методические приемы обучения.
20. Методические рекомендации при обучении технике борьбы.
21. Обучение борца тактике борьбы.
22. Изучение основных вариантов применения технических приемов в разных тактических ситуациях.

23. Освоение элементов тактики при подготовке и участии в сорев-ях.
24. Обучение тактике ведения боя.
25. Развитие интеллектуальных способностей борца.
26. Особенности тактической подготовки борцов-юношей.
27. Техническая подготовка борцов младших разрядов.
28. Тактическая подготовка борцов младших разрядов.
29. Физическая подготовка борцов младших разрядов.
30. Психологическая подготовка борцов младших разрядов.
31. Задачи и средства ОФП.
32. Задачи и средства СФП.
33. Принципы построения физической подготовки.
34. Процесс энергетической тренировки.
35. Процесс мышечной тренировки.
36. Основные закономерности восстановительных процессов.
37. Периодизация тренировочного процесса.
38. Виды силовых способностей.
39. Упражнения для развития силовых способностей.
40. Базовая и специализированная силовая подготовка борцов.
41. Методики развития скоростных способностей.
42. Формы проявления скоростных способностей.
43. Развитие скорости двигательных реакций.
44. Развитие скорости одиночных движений.
45. Развитие частоты движений.
46. Методики развития гибкости.
47. Методики развития ловкости.
48. Методика развития общей выносливости.
49. Методика развития специальной выносливости.
50. Основные показатели уровня здоровья.
51. Оценка уровня физического здоровья.
52. Особенности тактической подготовки женщин.
53. Физическая подготовка женщин-борцов.
54. Психологическая подготовка женщин-борцов.
55. Характеристика травм у борцов.
56. Профилактика травматизма в борьбе.
57. Физиологические характеристики деятельности борца.

## **9. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплин**

### **9.1 БАЛЛЬНАЯ СТРУКТУРА ОЦЕНКИ**

Форма контроля	Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов

1 Текущая работа студентов в течение 1-8 недели (в том числе)	0	20
- активность на занятиях.	-	5
-минитестирование.	-	5
-самостоятельная работа.	-	5
- посещаемость.	-	5
2. 1-ая рубежная аттестация.	0	30
3. Текущая работа студентов в течение 10-18 недели (в том числе)	0	20
- активность на занятиях.	-	5
-минитестирование.	-	5
-самостоятельная работа.	-	5
- посещаемость	-	5
4. 2-ая рубежная аттестация.	0	30
Итого.		100

## 9.2 ЗАЧЕТ

**Зачет** – это форма итоговой отчётности, цель которой заключается в конечной проверке и оценке полученных бакалаврами знаний по изучаемой дисциплине в течение 3-4 курсов. Зачет по дисциплине выставляется бакалаврам в 6 семестре, курсовая в 7 семестре, экзамен в 8 семестре.

### Критерии формирования оценок для зачета

Баллы складываются из следующих показателей: за регулярные выступления на семинарских занятиях – до 20 баллов за рубеж; за тестирование – до 30 баллов на рубежной контрольной, до 50 баллов на устном ответе.

Если студент набрал достаточное количество баллов для проставления зачета, то зачет проставляется автоматически. Если же студент набрал <56 баллов, то он обязан сдавать зачет в сессию.

В случае если набравших баллов недостаточно для получения зачета, студент имеет право сдавать зачет по ведомости № 2 (набранные баллы в сессию аннулируются).

Итоговый зачет выводится следующим образом:

$$O = T + 0,5(P + \Xi),$$

где Т – текущие баллы за рубежную аттестацию, Р – баллы за рубежную контрольную работу, а э – баллы на устном ответе.

- «зачет» - 56-100 баллов

## 9.3 Критерии формирования оценок для экзамена

В результате анализа аудиторной и самостоятельной работы бакалавра, включающей посещение лекционных и практических занятий, выполнение самостоятельной работы, а также модульных контрольных работ, определяется результирующая оценка, дающая бакалавру право получить экзамен /зачет.

Баллы складываются из следующих показателей: за регулярные выступления на семинарских занятиях – до 25 баллов за рубеж; за тестирование – до 25 баллов на рубежной контрольной, до 50 баллов на устном ответе.

Если студент набрал достаточное количество баллов для проставления оценки «удовлетворительно», «хорошо», «отлично», то экзамен проставляется автоматически. Студент имеет право сдавать экзамен, если полученный автоматически результат его не устраивает. Если же студент набрал <56 баллов, то он обязан сдавать экзамен в сессию.

В случае если набравших баллов недостаточно для получения положительной оценки, студент имеет право сдавать экзамен по ведомости № 2 (все набранные баллы в сессию аннулируются).

Итоговая оценка выводится следующим образом:

$$O = T + 0,5(P + Э),$$

где Т –текущие баллы за рубежную аттестацию, Р – баллы за рубежную контрольную работу, а э – баллы на устном ответе.

Пересчет полученной итоговой (О) суммы баллов по предмету в оценку производится по шкале:

- «отлично» - 86 – 100 баллов;
- «хорошо» - 71 – 85 баллов;
- «удовлетворительно» - 56 – 70 баллов;
- «неудовлетворительно» - 55 и менее баллов.

**Контрольные нормативы к тестам для оценки общей физической подготовленности студентов к рубежной аттестации**

**Оценивается 5 упражнений по выбору**

№	Контрольные упражнения		Уровень (оценка в баллах)				
			Низ.	Н. ср.	Средн.	В. ср.	Высш.
1.	Бег 30 м (с.)	М	4,6	4,55	4,5	4,4	4,2
		Ж	5,8	5,6	5,4	5,2	5,0
		оценка	1	2	3	4	5
2.	Бег 1000 м (мин, с.) (М) Бег 500 м (мин, с.) (Ж)	М	3,15	3,13	3,12	3,10	3,05
		Ж	4,50	4,00	3,85	3,70	3,55
		Оценка	1	2	3	4	5

3.	Прыжок в длину с места (см.)	М	2,00	2,10	2,40	2,50	2,60
		Ж	1,50	1,60	1,70	1,78	1,90
		Оценка	1	2	3	4	5
4.	Подтягивание на перекладине (раз) (М).	М	12	15	18	20	22 и больше
		Ж	6	8	10	12	14
		Оценка	1	2	3	4	5
5.	Наклоны туловища вперед из положения лежа на спине	М	10	12	14	17	20
		Ж	8	10	12	14	16
		Оценка	1	2	3	4	5
6.	Приседания со штангой собственного веса на плечах .	М	10	13	16	20	22
		Ж	6	8	10	12	14
		Оценка	1	2	3	4	5

**Контрольные нормативы к тестам для оценки специальной физической подготовленности студентов к рубежной аттестации**  
**Оценивается 5 упражнений по выбору**

№	Контрольные упражнения		Уровень (оценка в баллах)				
			Низ.	Н .сред.	Средн.	В. ср.	Высш.
1.	12 переворотов разгибом через голову (сек.)  12 кувырков вперед(сек.)	М	8	7,5	7,0	6,5	6,0
		Ж	10,0	9,5	9,0	8,5	8,0
		Оценка	1	2	3	4	5
2.	Челночный бег 3х10м (сек.)	М	10,5	10,0	9,0	8,5	8,0
		Ж	12,5	12,0	11,0	10,5	10,0
		Оценка	1	2	3	4	5
3.	Подтягивание на перекладине за 20сек. (раз)  Подтягивание в висе лежа за 20сек.	М	7	9	10	12	14
		Ж	20	22	24	26	28
		Оценка	1	2	3	4	5
4.	Поднимание туловища, лежа на спине за 20 сек.(раз)	М	10	12	14	16	18
		Ж	8	10	12	14	16
		Оценка	1	2	3	4	5
5.		М	22	20	19	17	15



	Забегание на мосту 5 раз влево, 5 раз вправо (сек.)	Ж	27	25	23	21	19
		Оценка	1	2	3	4	5
6.	Броски манекена прогибом через грудь за 15 сек.	М	4	5	6	7	8
		Ж	4	5	6	6	7
		оценка	1	2	3	4	5

#### Контрольные нормативы к зачету для оценки технической подготовленности студентов

##### Критерии оценки техники упражнений

Выполнение технического действия	оценка	уровень
выполнение ТТД без ошибок в условиях соревновательной схватки	5	Высокий
ТТД выполнено с одной ошибкой, не ведущей к искажению техники приема в условиях соревновательной схватки	4	Выше среднего
ТТД выполнено с несущественными ошибками, не ведущими к сильному искажению техники в условиях соревновательной схватки	3	Средний
ТТД выполнено с существенными нарушениями техники в условиях соревновательной схватки	2	Ниже среднего
упражнение не выполнено	0	низкий

#### Контрольные технико-тактическое действие атаки

Стиль борьбы	Контрольные действия	
	стойка	партер
Греко-римская	бросок прогибом ч\з грудь захватом туловища	Переворот накатом захватом туловища
Вольная борьба	Бросок наклонам захватом одной перехватом другой	Переворот скрестным захватом голеней
Женская борьба	Бросок поворотам ч\з плечи захватом руки и одноимённой. «мельница»	Переворот перекатом захватом шеи и бедра
Борьба дзюдо, самбо	Бросок наклоном зацепом ноги изнутри, снаружи	Переворот на болевой рычаг локтя

#### Контрольные технико-тактические действия защиты

Стиль борьбы	Контрольные действия	
	стойка	партер
Греко-римская	Защиты от бросков подворотом	Защита от переворотов накатом захватом туловища
Вольная борьба	Защиты от захватов ног	Защита от переворотов накатом захватом туловища
Женская борьба	Защиты от бросков поворотом ч\з плечи захватом руки и одноименной «мельница»	Защиты от переворотов разгибанием «ножницы»
Борьба дзюдо, самбо	Защита от броска подворотом зашагиванием	Защита от болевого рычаг локтя

#### Контрольные технико-тактические действия контратаки

Стиль борьбы	Контрольные действия	
	стойка	партер
Греко-римская	Контрприемы от бросков вращением захвата плеча сверху	Контрприемы от переворота обратным захватом туловища
Вольная борьба	Контрприём от перевода захвата одной, голова снаружи	Контрприем от переворота обратным захватом дальнего бедра
Женская борьба	Контрприем от броска прогибом зацепом (обвивом) разноимённой изнутри	Контрприем от переворота переходом захватом руки на ключ
Борьба дзюдо, самбо	Контрприем от броска подворотом	

## Курс лекций по дисциплине (конспекты)

### Тема 1. Актуальные вопросы состояния борьбы

Спортивная борьба на современном этапе. Изменения в правилах соревнований по видам борьбы как вида спорта. Изменения в методике подготовки в связи с изменениями правил борьбы. Подготовка высококвалифицированных борцов. Подготовка кадров по спортивной борьбе. Проблемы научно-методического и медицинского обеспечения. Новые методы повышения работоспособности в спортивной борьбе.

### Тема 2. Организация работы по набору детей ДЮСШ

Особенности организации учебно-тренировочной работы в ДЮСШ. Многолетнее, годовое и текущее планирование тренировок. Воспитательная, методическая, тренировочная работа. Этапы повышения спортивного мастерства. Построение тренировки, дозирование нагрузок в процессе многолетней подготовки. Врачебно-педагогический контроль.

### **Тема 3. Методы и средство обучения борца техники и тактики. Последовательность обучения.**

Определение понятий: методология, метод, средство, прием, упражнение, техники, тактика, техническое действие.

Средства и методы обучения и тренировки.

Методы обучения приемам, действиям. Методика использования упражнений

Принципы последовательности в обучении ТТД

### **Тема 4. Принципы обучения борца техники и тактики спортивной борьбы.**

Основные принципы обучения техническим действиям. Последовательность в обучении от простого к сложному. Взаимосвязь техники и тактики. Тактические приемы и средства для создания условий проведения приема.

### **Тема 5. Интеллектуальная подготовка борца**

Понятие, цели, задачи. Особенности организации и проведение спортивной тренировки с учетом типовых особенностей спортсмена. Интегральная подготовка на стадии максимальной реализации спортивных возможностей.

### **Тема 6. Индивидуальные планы повышения спортивного для борцов разной квалификации**

Подготовка спортсменов высших разрядов: задачи и организация. Особенности подготовки сборных команд. Особенности тренировочного процесса спортсменов высокой квалификации.

Подготовка спортивных резервов. Этапы многолетней подготовки резервов и направленность в работе. Оценка уровня подготовленности юных спортсменов в процессе многолетней подготовки. Оценка качества работы тренеров.

Подготовка спортсменов в сфере массовой физкультурно-спортивной работы. Занятия в общеобразовательных и профессиональных школах, вузах, производственных коллективах, по месту жительства. Содержание и организация работы. Критерии оценки качества работы.

### **Тема 7. Организация работы в летнем спортивном лагере. Организация учебно-тренировочных сборов**

Планирование учебно- тренировочных сборов. Организация учебно- тренировочных сборов в летних спортивно-оздоровительных лагерях и базах отдыха. Специфика УТС в летних спортивно-оздоровительных лагерях и базах отдыха. Основные цели и задачи УТС. Виды УТС.

### **Тема 8. Многолетняя подготовка борца. Принципы спортивной тренировки борца**

Этапы многолетней подготовки спортсменов – от начала занятий в детском возрасте до прекращения активных выступлений в спорте высших достижений. Составные части системы подготовки спортсменов (подсистемы), их взаимосвязь.

Специфика видов спорта и продолжительность подготовки спортсменов. Особенности соревновательной и тренировочной деятельности, тенденций развития видов спорта, прогнозирование и моделирование в процессе построения многолетней подготовки спортсменов.

#### **Тема 9. Физическая подготовка борца. Технология физической подготовки. Задачи, средства и методы.**

Физическая подготовка: задачи, средства, методы. Взаимосвязь и эффективное соотношение средств и методов ОФП и СФП. Критерии физической подготовленности спортсменов.

Методика развития двигательных качеств, интегральный подход в методике совершенствования двигательных навыков и развития физических качеств. Специфические особенности физических качеств силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости. Реализация физических качеств в двигательных действиях, спортивных навыках. Структура и методы развития физических качеств борца. Формирование навыков борца в процессе совершенствования в техника тактического мастерства. Разнообразие методов и средств развития физических качеств борца. Зависимость формирования двигательных навыков от физической подготовленности. Определение основных особенностей в развитии физических качеств. Характеристика влияния сенситивных периодов на становление физических способностей.

#### **Тема 10. Формирование навыков технических действий и приемов борца в процессе совершенствования технико-тактического мастерства.**

Формирование навыков технических действий и приемов происходит в процессе многолетнего совершенствования. Каждый преподаватель-тренер стремится воспитать спортсмена высокой квалификации. В основе формирования высокого спортивного мастерства лежит правильное изучение техники и тактики. Последовательное изучение и освоение технического действия с многократным повторением целенаправленное совершенствование с постоянной коррекцией. Тактическое мастерство в значительной степени зависит от уровня владения техникой борьбы, от правильности и прочности усвоения навыков выполнения технических действий. По мере многократного применения изучаемого приема в схватках различного характера умения, закрепившиеся до автоматизма, становятся навыками, что дает ученикам возможность ослабить направленное внимание к деталям приема. Навыки в борьбе всегда приобретаются в процессе выполнения упражнений, т. е. при целенаправленном повторении действий. Важно, чтобы каждое последующее выполнение было качественно лучше предыдущего.

#### **Тема 11. Техническая подготовка борца.**

Спортивная техника. Системно-структурный подход к изучению спортивных двигательных действий. Методы совершенствования технических действий и приемов. Кинематические, динамические, ритмические, анатомические характеристики техники. Критерии эффективности техники. Объем техники, разносторонность, эффективность, освоенность, техническое мастерство.

#### **Тема 12. Тактическая подготовка борца**

Спортивная стратегия и тактика как компонент Единство тактики и техники. Организация индивидуальных тактических действий, основанных на индивидуальных особенностях спортсмена, на его уровне спортивного мастерства. Тактика спортсменов в процессе соревновательной деятельности. Тактика борцовского поединка. Критерии оценки тактики.

### **Тема 13. Восстановительные мероприятия в борьбе.**

Методика восстановления после тренировочных и соревновательных нагрузок. Средства восстановления. Восстановительные мероприятия. Восстановительные учебно-тренировочные спортивные сборы.

### **Тема 14. Общие закономерности спортивной тренировки борца.**

Тренировка как составная часть подготовки спортсменов. Роль тренировки в подготовке спортсменов. Факторы, определяющие эффективность тренировки. Принципы тренировки. Основные стороны тренировки. Тренировочные нагрузки. Характеристика тренировочных нагрузок. Направленность тренировочного воздействия. Интенсивность и объем тренировочных нагрузок. Характер и продолжительность отдыха. Планирование нагрузки.

Соревновательные нагрузки и их характеристика на всех этапах спортивной подготовки у спортсменов различной квалификации. Планирование соревновательных нагрузок. Связь соревновательных и тренировочных нагрузок.

### **Тема 15. Система отбора перспективных борцов**

Понятия спортивной ориентации и отбора, сходство и различия в сущности этих понятий, связи со спортом высших достижений и спортом для всех, физическим воспитанием.

Уровни отбора, особенности методики и организации отбора на основных этапах многолетней подготовки спортсменов.

Связь отбора с модельными характеристиками соревновательной и тренировочной деятельности.

Начальный отбор для занятий спортом. Углубленный отбор на основе изучения индивидуальных особенностей спортсменов: задачи, средства, методы. Отбор в сборные команды и для выступления в ответственных соревнованиях

### **Тема 16. Управление спортивной подготовкой спортсмена**

Процесс управления спортсменом. Исходная информация о спортсмене. Определение целей и установок. Прогнозирование модельных характеристик, необходимых для достижения запланированных результатов. Разработка комплексной программы тренировочной и соревновательной деятельности. Установление системы контроля о выполнении программы, сравнение полученных результатов. Анализ результатов и корректировка дальнейшей подготовки

### **Тема 17. Моделирование тренировочных занятий в спортивной борьбе.**

Основные стороны спортивной тренировки. Спортивно-техническая подготовка. Формирование двигательных навыков. Общая и специальная физическая подготовка. Тактическая подготовка. Психическая подготовка. Соревновательная деятельность как компонент учебно-тренировочного процесса.

### **Тема 18. Психологическая и соревновательная подготовка борца**

Психологическая подготовка в системе тренировки: задачи, средства, методы. Психические качества в структуре СД. Развитие морально-волевых качеств и совершенствование специфических психических процессов (внимания, восприятия, регулирования психического состояния перед и во время соревнований). Связь психологической подготовки с другими сторонами спортивной подготовки.

## **Тема 19. Профилактика травматизма в спортивной борьбе. Гигиена в спортивной борьбе.**

Оборудование спортивных залов борьбы. Оборудование соревновательных комплексов. Методы и принципы обучения техническим действиям. Физические и психологические нагрузки в спортивной деятельности. Медицинский и педагогический контроль в процессе спортивной тренировки. Гигиена в спортивной деятельности борца.

### **Вопрос к экзамену**

1. Итоги выступлений и анализ важнейших соревнований по борьбе.
2. Новые данные о технике, тактике, методике тренировки в борьбе.
3. Правила и основные положения проведения поединков в борьбе.
4. Программа для ДЮСШ по спортивным видам борьбы.
5. Организация учебно-тренировочного процесса и воспитательной работы.
6. Режим учебно-тренировочного процесса спортивных школ.
7. Планирование тренировочного процесса.
8. Контрольные испытания.
9. Теоретические занятия.
10. Практические занятия: общая физическая подготовка.
11. Практические занятия: специальная физическая подготовка.
12. Практические занятия: технико-тактическая подготовка.
13. Практические занятия: инструкторская практика.
14. Практические занятия: судейская практика.
15. Система отбора в борьбе.
16. Понятия спортивного отбора и его содержание.
17. Прогнозирование спортивных достижений.
18. Формы организации начального отбора детей и подростков.
19. Паспортный и биологический возраст как критерий отбора юных спортсменов.
20. Основные требования, предъявляемые к выпускным квалификационным работам.
21. Планирование работы.
22. Характеристика методов исследования.
23. Оформление квалификационных работ.
24. Подготовка и защита квалификационных работ.
25. Прогнозирование спортсменов высших разрядов.
26. Моделирование подготовки спортсменов высших разрядов.
27. Модельные характеристики борцов.
28. Нормативные требования по общей и специальной физической подготовке борцов.
29. Структура психолого-педагогической деятельности тренера по борьбе.
30. Педагогические способности тренера.
31. Общая характеристика педагогических способностей тренера.
32. Профессиональные знания, необходимые тренеру по единоборствам.
33. Профессиональные умения и навыки, необходимые тренеру.
34. Основные параметры планирования тренировочных нагрузок.
35. Виды планирования.
36. Перспективное планирование.

37. Текущее планирование.
38. Оперативное планирование.
39. Тренировочные и соревновательные нагрузки.
40. Классификация нагрузок и характеристика отдельных зон интенсивности.
41. Объем работы.
42. Дозы нагрузок.
43. Шкала интенсивности тренировочных нагрузок.
44. Техническая подготовка борцов высших разрядов.
45. Тактическая подготовка борцов высших разрядов.
46. Педагогическое мастерство тренера при подготовке борцов высокой квалификации.
47. Формы и методы индивидуальной работы тренера с борцами.
48. Цели, задачи и длительность учебно-тренировочных сборов.
49. Организация и оборудование мест для проведения сбора.
50. Виды контроля за состоянием тренированности.
51. Методы контроля за состоянием тренированности психологический, кардиологический.
52. Проявление физических качеств у борца.
53. Профилактика травматизма при занятиях борьбой.
54. Оказание первой помощи при травмах.
55. Состояние исследований по спортивному прогнозированию.
56. Понятия, принципы и задачи спортивного прогнозирования.
57. Классификация методов спортивного прогнозирования.
58. Психологические основы отбора в спорте.
59. Паспортный и биологический возраст как критерий отбора юных спортсменов.
60. Характеристика возрастных особенностей детей и подростков.
61. Сенситивные периоды развития физических качеств
62. Новые данные о технике, тактике, методике тренировки по борьбе.
63. Генетические маркеры спортивных задатков.
64. Антропогенетика.
65. Гормональные маркеры в спорте.
66. Группы крови как генетические маркеры спортивных способностей.
67. Состав мышечных волокон как генетический маркер.
68. Функциональные асимметрии человека.
69. Роль соревнований для борцов разной квалификации.
70. Факторы, влияющие на подготовку и результат участия борца в соревнованиях.
71. Планирование предсоревновательной подготовки борцов.
72. Планирование общего объема по основным средствам тренировки.
73. Планирование объема парциальных нагрузок по зонам интенсивности.
74. Планирование объема и интенсивности общей и парциальных нагрузок по недельным циклам.
75. Планирование тренировочных занятий.
76. Составление детальных планов тренировки.
77. План-проспект, аннотация, оглавление.
78. Основные требования к рукописи и ее оформлению.
79. Язык и стиль научной и методической работы.
80. Представление отдельных видов текстового материала.
81. Представление иллюстративного материала.
82. Оборудование мест тренировок и соревнований, наличие и техническое состояние спортивного инвентаря снаряжения, транспортных средств, защитного оборудования и спасательных средств.
83. Причины несчастных случаев, связанных с человеческим фактором (ответственность руководителей учебных заведений, спортивных организаций и сооружений, организаторов физкультурных и спортивных мероприятий, низкая квалификация

- тренерско-преподавательского и инструкторского состава, врачебного персонала, а также самих участников физкультурных и спортивных мероприятий)
84. Что входит в сферу ответственности спортивных руководителей
85. В каких случаях несет ответственность тренер при чрезвычайных происшествиях
86. Что предусматривает ответственность самих занимающихся.
87. Организация занятий спортивной борьбой в учреждениях дополнительного образования (ДЮСШ, СДЮСШОР, ШВСМ).
88. Организация занятий спортивной борьбой в учреждениях профессионального образования (колледжи, ПТУ, техникумы, ВУЗы).
87. Организация спортивно-массовой спортивной работы по борьбе по месту жительства.
88. Организация пропаганд/спортивной борьбы среди разных категорий населения.
89. Теоретические концепции обучения и тренировки в спортивной борьбе.
90. Методики проведения занятий спортивной борьбой с оздоровительной направленностью среди детей и юношей.
91. Методика проведения занятий спортивной борьбой с оздоровительной направленностью среди взрослого населения.
92. Методика проведения занятий спортивной борьбой с оздоровительной направленностью среди бывших борцов.
93. Организация занятий борьбой в учебных заведениях общего образования (СОШ, МОК, гимназии, интернаты).
94. Организация занятий спортивной борьбой в учреждениях профессионального образования (колледжи, ПТУ, техникумы, ВУЗы).
95. Методика проведения занятий спортивной борьбой с оздоровительной направленностью среди бывших борцов.

## 10. Литература

### а) основная литература:

1. Алексеев, С.В. Спортивный менеджмент. Регулирование организации и проведения физкультурных и спортивных мероприятий=SPORTS MANAGEMENT. Organization and Carrying of Physical Cultures and Sports Activities Regulation: учебник / С.В. Алексеев; под ред. П.В. Крашенинникова; Московский государственный юридический университет имени О.Е. Кутафина (МГЮА). – Москва: Юнити-Дана: Закон и право, 2015. – 687 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=446473>– Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-238-02540-7. – Текст: электронный.
2. Письменский И.А., Коблев Я. К. Теория и методика избранного вида спорта. Спортивная борьба. Учебник / Москва, 2017. Сер. 58 Бакалавр. Академический курс (1-е изд.) - Режим доступа: по подписке. – URL: <https://urait.ru/bcode/454804>-Библиогр. в кн. – Текст: электронный
3. Шахов, А.А. Елецкая школа самбо и дзюдо как составная часть всеобщей истории спортивной борьбы : учебное пособие / А.А. Шахов ; Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина. – Елец : Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2010. – 93 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272303>– Библиогр. в кн. – Текст : электронный
4. Шулики Ю. А., Иванов И. И., Кузнецов А. С., Самургашев Р. В., Шулика Ю. А Борьба. Греко-римская. Учебник для ДЮСШОР, спортивных факультетов, педагогических институтов, техникумов физической культуры и училищ олимпийского резерва. Ростов-на-Дону И «Феникс» 2009 г. 776 стр. Режим доступа:поподписке URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362767> Библиогр. в кн. –Текст: электронный



## б) дополнительная литература

5. Крикуха, Ю.Ю. Техничко-тактическая подготовка борцов греко-римского стиля на этапе спортивного совершенствования: учебное пособие / Ю.Ю. Крикуха; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2013. – 136 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277200> (дата обращения: 12.01.2021). – Текст: электронный.
6. Спортивная борьба: программно-нормативный комплекс профильной подготовки тренеров-преподавателей: [16+] / Государственный комитет Российской Федерации по физической культуре и спорту, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2004. – 207 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274898> – Библиогр.: с. 193-204. – Текст: электронный.
7. Харлампиев, А.А. Борьба самбо: учебное пособие / А.А. Харлампиев. – Москва; Ленинград: Гос. изд-во "Физкультура и спорт", 1949. – 181 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=255671> – ISBN 978-5-4475-1490-7. – Текст: электронный.
8. Шахмурадов Ю.А. Вольная борьба: научно-методические основы многолетней подготовки борцов / Ю.А. Шахмурадов. – Махачкала: Эпоха, 2011. – 368 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=225024> ISBN 978-5-98390-088-2. – Текст: электронный.
9. Шулика М. Ю.: Дзюдо: базовая технико – тактическая подготовка для начинающих. Феникс – 2006 – 240 стр. – URL: [https://www.bushido.ru/files/books/method/borba/judo\\_techn-takt.pdf](https://www.bushido.ru/files/books/method/borba/judo_techn-takt.pdf)

## в) электронные библиотечные системы, с которыми у СОГУ имеется действующий договор, современные профессиональные базы, информационные справочные системы:

1. [Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ \(ЭБД РГБ\)](#)
2. [ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»](#)
3. [ЭБС «Научная электронная библиотека eLibrary.ru»](#)
4. [Универсальная база данных East View](#)
5. [Библиотека СОГУ им. К.Л. Хетагурова](#)
6. [ЭБС «Консультант студента» Студенческая электронная библиотека по медицинскому и фармацевтическому образованию, а также по естественным и точным наукам в целом](#)
7. [ЭБС «Юрайт» — образовательная среда, включающая виртуальный читальный зал учебников и учебных пособий от авторов из ведущих вузов России по всем направлениям и специальностям](#)
8. [Scopus](https://ru.service.elsevier.com/app/home/supporthub/scopus/) - крупнейшая база данных, содержащая краткое описание и сведения о цитировании рецензируемой литературы: научных журналов, книг и материалов конференций (<https://ru.service.elsevier.com/app/home/supporthub/scopus/>)

## 11. Материально-техническое оснащение дисциплины:

Технология спортивной тренировки в избранном виде спорта (борьба)	<b>Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №13:</b> преподавательский стол, стул; столы и стулья для обучающихся – 24 посадочных места; мультимедийный комплекс (проектор, экран);	362025, Республика Северная Осетия-Алания, город Владикавказ, улица Ватутина, дом 44-46, учебный корпус №8
---	--	--

	<p>ПК преподавателя; колонки; классная доска; кафедра; программное обеспечение: Windows 7 Professional; Office Standard 2010; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Total Security; Система поиска текстовых заимствований «Антиплагиат.ВУЗ»; Cisco Webex - Система проведения вебинаров</p> <p><b>Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №12:</b></p> <p>преподавательский стол, стул; столы и стулья для обучающихся – 36 посадочных мест; мультимедийный комплекс (проектор, экран); ПК преподавателя; колонки; кафедра; программное обеспечение: Windows 7 Professional; Office Standard 2010; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Total Security; Система поиска текстовых заимствований «Антиплагиат.ВУЗ»; Cisco Webex - Система проведения вебинаров</p> <p><b>Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №10:</b></p> <p>преподавательский стол, стул; столы и стулья для обучающихся – 38 посадочных места; интерактивная доска IQ Board; ПК преподавателя; колонки; кафедра; программное обеспечение: Windows 7 Professional; Office Standard 2010; Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Total Security; Система поиска текстовых заимствований «Антиплагиат.ВУЗ»; Cisco Webex - Система проведения вебинаров.</p> <p><b>Дворец спорта: зал вольной борьбы:</b></p> <p>Оснащен трибунами для зрителей; тренажерами для выполнения упражнений силового характера на все группы мышц. 2 борцовских ковра. В зале имеются две</p>	<p>362025, Республика Северная Осетия-Алания, город Владикавказ, улица Ватутина, дом 44-46, Дворец спорта: зал вольной борьбы</p>
--	--	---

	раздевалки для переодевания с душевыми и санузлом S=642,5 кв.м.	
--	--	--

## 11. Лист обновления/актуализации

Дополнения и изменения в учебной программе на 2018/2019 учебный год

В учебную программу вносятся следующие изменения:

1. На титульном листе РПД изменено название ведомственной принадлежности «Министерство науки и высшего образования».

2. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.

3. Внесены изменения в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания обучающихся очной формы по образовательным программам - программам бакалаврита и программам специалитета в Университете от 22.02.2017, протокол № 8 «О внесении изменений в Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости студентов Ф ГБОУ ВО «СОГУ».

1-я рубежная аттестации максимально 50 баллов; из них:

от 0 до 25 баллов - аттестационная (рубежная) контрольная работа;

от 0 до 25 баллов - текущая работа студента в течение рубежа.

2-я рубежная аттестация — максимально 50 баллов; из них:

от 0 до 25 баллов — аттестационная (рубежная) контрольная работа,

от 0 до 25 баллов — текущая работа студента в течение рубежа.

Экзамен — максимально 50 баллов.

Зачет — максимально 50 баллов».

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2018-2019 учебном году на заседании кафедры спортивных игр и медико-биологических дисциплин от 21 июня 2018 г, протокол № 12.

Зав. кафедрой



Ф.Г. Хамикоев

Программа одобрена на заседании Совета факультета физической культуры и спорта от 25 июня 2018 г, протокол № 5.

Председатель Совета факультета



Ф.Г. Хамикоев

Дополнения и изменения в учебной программе на 2019/2020 учебный год

1. Внесены изменения в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания обучающихся очной формы по образовательным программам - программам бакалаврита и программам специалитета в Университете от 22.02.2017 протокол № 8 «О внесении изменений в Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости студентов Ф ГБОУ ВО «СО ГУ».

1 рубежная аттестации максимально 50 баллов;

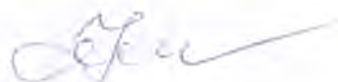
Текущая работа студента в течение рубежа 50 баллов.

Экзамен — максимально 50 баллов.

Зачет — максимально 50 баллов».

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2019-2020 учебном году на заседании кафедры спортивных игр и медико-биологических дисциплин от 3 июля 2019 г., протокол № 12.

Зав. кафедрой



Ф.Г. Хамикоев

Программа одобрена на заседании Совета факультета физической культуры и спорта от 5 июля 2019 г., протокол № 6.

Председатель Совета факультета



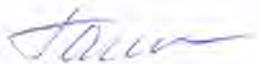
Ф.Г. Хамикоев

Дополнения и изменения в учебной программе на 2020/2021 учебный год

Изменения не вносились

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2020-2021 учебном году на заседании кафедры спортивных игр и медико-биологических дисциплин от 3 июля 2020 г., протокол № 11.

Зав. кафедрой



З.А. Гагиева

Программа одобрена на заседании Совета факультета физической культуры и спорта от 6 июля 2020 г., протокол № 6.

Председатель Совета факультета



Ф.Г. Хамикоев