

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Владимирский государственный университет
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»
(ВлГУ)



УТВЕРЖДАЮ
Проректор
по образовательной деятельности
А.А.Панфилов
« 27 » 08 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА

Направление подготовки 49.03.01 Физическая культура

Профиль/программа подготовки Спортивный менеджмент

Уровень высшего образования Бакалавриат

Форма обучения Очная

Се- местр	Трудоемкость зач. ед./ час.	Лекции, час.	Практич. занятия, час.	Лаборат. работы, час.	СРС, час.	Форма промежуточной аттестации (экзамен/ зачет/ зачет с оценкой)
6	4/144	18	36	-	54	Экзамен(36)
Итого	4/144	18	36	-	54	Экзамен (36)

Владимир 2019

фс-118

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель освоения дисциплины: овладение студентами основами знаний в сфере профессиональной деятельности и умениями использовать их в своей повседневной практической работе в организации и управлении физической культурой и спортом. Ознакомление и овладение широким спектром организационной системы управления спортивными и физкультурными предприятиями. Ознакомление с организацией проведения учебно-тренировочного процесса по базовым видам спорта.

Задачи изучения дисциплины:

- формирование мировоззренческих взглядов на состояние и развитие наиболее популярных и развитых видов спорта в разные периоды развития человеческого общества;
- формировать активность и стремление студентов понимать логику развития различных видов спорта;
- формировать осознанность места и роли разных видов спорта в историческом процессе развития физической культуры и спорта.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта» относится к базовой части.

Пререквизиты дисциплины: «Теория и методика физической культуры», «Биомеханика двигательной деятельности», «Теория и методика обучения базовым видам спорта», «Повышение профессионального мастерства».

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП

Код формируемых компетенций	Уровень освоения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине характеризующие этапы формирования компетенций (показатели освоения компетенции)
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Частичное освоение	Знать: <ul style="list-style-type: none">- требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту;- методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС;- основы планирования и проведения занятий по физической культуре;- основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. Уметь: <ul style="list-style-type: none">- самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;- определять и учитывать величину нагрузки на занятиях;- соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений;- пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.

		<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить с обучающимися теоретические занятия и беседы о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима. - занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов;
<p>ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>Частичное освоение</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств спорта; - способы оценки результатов обучения в атлетической гимнастике. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
<p>ОПК - 2 Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</p>	<p>Частичное освоение</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация»; - критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные, спортивно-интегративные подходы); - особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов; - анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности; - научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в ИВС; - особенности детей, одаренных в ИВС; - методики массового и индивидуального отбора в ИВС. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной

		<p>ориентации;</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом; - определять показатели и критерии начального отбора в ИВС; - использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в ИВС по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию; - использовать методики оценки уровня достаточной мотивации и психологической готовности для активного продолжения занятий ИВС. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками проведения антропометрических измерений для оценки физического развития; - методиками применения базовых методов и методиками исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта; - проводить тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - выявлять наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; - проводить набор и отбор в секции, группы спортивной и оздоровительной подготовки.
<p>ОПК-4 Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно - ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</p>	<p>Частичное освоение</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведением с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима.
<p>ОПК-7 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>Частичное освоение</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по видам спорта; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях спортом; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по видам спорта. <p>Уметь:</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях. <p>Владеть</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведением бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведением инструктажа по технике безопасности на занятиях; - обеспечением безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по видам спорта.
<p>ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p>Частичное освоение</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики контроля и оценки техники, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - осуществлять контроль за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - проводить тестирование подготовленности занимающихся ИВС; - анализировать результаты педагогического контроля в ИВС.
<p>ОПК-11 Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств</p>	<p>Частичное освоение</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно - спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств; - направления научных исследований в области физической культуры и спорта, вида спорта;

		<ul style="list-style-type: none"> - основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта; - актуальные вопросы развития ИВС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в ИВС; физкультурно-оздоровительной деятельности; - подбирать и использовать методы исследования в ИВС; - интерпретировать результаты собственных исследований в ИВС; <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - опытом использования исследовательских материалов при осуществлении планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в ИВС.
<p>ОПК – 13. Способен осуществлять организацию и судейство соревнований</p>	<p>Частичное освоение</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий; - положение, регламент и расписание спортивных мероприятий; - правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию; - федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта; - методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - правила соревнований по ИВС, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения; - состав судейской коллегии по ИВС и функции отдельных судей. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению спортивного соревнования и мероприятий оздоровительного характера;

		<ul style="list-style-type: none"> - оценивать состояние готовности спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта к проведению соревнований; - составлять документацию по проведению соревнований по установленному образцу; - применять апелляционные процедуры при несправедливом судействе; - использовать собственный опыт в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - опытом подготовки положения о соревновании; - определения графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников; - участия в судействе спортивно- оздоровительных состязаний и мероприятий; - участия в судействе спортивных соревнований по избранному виду спорта.
<p>ОПК 14 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса</p>	<p>Частичное освоение</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии; - показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разработками методического обеспечения тренировочного процесса; - методиками планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера.

<p>ОПК - 15 Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно - массовых мероприятий</p>	<p>Частичное освоение</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - историю строительства спортивных сооружений; - классификацию спортивных сооружений; - особенности спортивных сооружений для различных видов спорта; - состав спортивных сооружений, их габариты, разметку, пропускную способность; - правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; - устройство и классификации сооружений для лёгкой атлетики; - устройство и классификации плавательных бассейнов; - устройство сооружений для конькобежного спорта, хоккея, фигурного катания, шорт-трека; - устройство и классификацию сооружений для игровых видов спорта; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разъяснять правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории; - разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, выбирать оборудование; - использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по базовым видам спорта и ИВС; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - использовать шаблоны и образцы для проверки спортивных снарядов, инвентаря, оборудования по размерам, массе и иным нормируемым физическим характеристикам. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - опытом проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия по ИВС с использованием инвентаря и оборудования; - судейской категорией для участия в судействе соревнований по ИВС; - умением проведения разъяснительной беседы по бережному отношению к имуществу, правилам по ведению на спортивном сооружении, правилам использования оборудования и инвентаря.
--	---------------------------	--

4. ОБЪЕМ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы, 144 часа

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Объем учебной работы, с применением интерактивных методов (в часах / %)	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	СРС		
1	Введение в курс «Теория и методика избранного вида спорта».	6	1	2	2		3	2/50	
2	История развития спортивных игр	6	2		2		3		
3	Специфические особенности спортивных игр. Основные правила проведения соревнований по спортивным играм.	6	3	2	2		3	2/50	
4	Зимние спортивные игры на современном этапе развития.	6	4		2		3		
5	Летние спортивные игры на современном этапе развития.	6	5	2	2		3	2/50	
6	Региональные, всероссийские и международные Федерации игровых видов спорта	6	6		2		3		Рейтинг - контроль 1
7	История появления и развития спортивных единоборств	6	7	2	2		3	2/50	
8	Специфические особенности спортивных единоборств. Основные правила проведения соревнований по спортивным единоборствам.	6	8		2		3		
9	Спортивные единоборства, входящие в программу Олимпийских игр на современном этапе развития – греко-римская борьба, вольная борьба, женская борьба	6	9	2	2		3	2/50	
10	Спортивные единоборства, входящие в программу Олимпийских игр на современном этапе развития – борьба дзюдо, бокс, тхэквондо.	6	10		2		3		
11	Спортивные единоборства, не		11	2	2		3	2/50	

	входящие в программу Олимпийских игр на современном этапе развития – борьба самбо								
12	Спортивные единоборства, не входящие в программу Олимпийских игр на современном этапе развития – восточные единоборства	6	12		2		3		Рейтинг - контроль 2
13	Региональные, всероссийские и международные Федерации по спортивным единоборствам.	6	13	2	2		3	2/50	
14	История развития индивидуальных видов спорта	6	14		2		3		
15	Специфические особенности индивидуальных видов спорта. Основные правила проведения соревнований по индивидуальным видам спорта.	6	15	2	2		3	2/50	
16	Зимние индивидуальные виды спорта на современном этапе развития – лыжные гонки, конькобежный спорт, биатлон	6	16		2		3		
17	Летние индивидуальные виды спорта на современном этапе развития – легкая атлетика, гимнастика, водные виды спорта.	6	17	2	2		3	2/50	
18	Региональные, всероссийские и международные Федерации индивидуальных видов спорта	6	18		2		3		Рейтинг - контроль 3
Всего за <u>6</u> семестр:				18	36		54	18/33,3%	Экзамен (36)
Наличие в дисциплине КП/КР									-
Итого по дисциплине				18	36		54	18/33,3%	Экзамен (36)

Содержание лекционных занятий по дисциплине

Тема 1. Введение в курс «Теория и методика избранного вида спорта».

Содержание. Возникновение и развитие спорта, как социального феномена в Мире и в России. Основные понятия теории и методики спорта. Цель и задачи физического воспитания и спортивной деятельности. Средства и методы физического воспитания. Общепедагогические и специфические принципы физического воспитания и спортивной деятельности.

Тема 3. Специфические особенности спортивных игр. Основные правила проведения соревнований по спортивным играм.

Содержание. Основы техники безопасности при занятиях спортивными играми. Открытые площадки, спортивные залы и помещения, в которых можно заниматься спортивными играми. Спортивное оборудование, используемое во время проведения занятий, тренировок и соревнований. Требования, предъявляемые к спортивному оборудованию и инвентарю для занятий спортивными играми. Правила проведения спортивных соревнований различного уровня. Системы проведения соревнований по спортивным играм.

Тема 5. Летние спортивные игры на современном этапе развития.

Содержание. Особенности организации учебно-тренировочного процесса в летних спортивных играх. Специфика проведения спортивных соревнований различного масштаба по летним спортивным играм. Место спортивных игр в системе общеобразовательных школ, профессиональных средних и высших учебных заведений. Основы методики подготовки спортсменов в наиболее популярных спортивных играх (футболе, баскетболе, волейболе и др.).

Тема №7. История появления и развития спортивных единоборств.

Содержание. Спортивные единоборства в древнегреческих олимпийских играх. Развитие единоборств в средние века. Возрождение спортивных единоборств в 18-19 веках (английский бокс, цирковая борьба). Спортивная борьба в Олимпийских играх современности.

Тема №9. Спортивные единоборства, входящие в программу Олимпийских игр на современном этапе развития – греко-римская борьба, вольная борьба, женская борьба.

Содержание. Греко-римская борьба – этапы развития, достижения советских и российских атлетов (Иван Поддубный, Александр Карелин, Роман Власов и др.). Достижения владимирских борцов греко – римского стиля. Вольная борьба – этапы развития, достижения отечественных борцов (Александр Медведь, Иван Ярыгин и др.). Женская борьба – этапы развития, достижения российских спортсменок.

Тема № 11. Спортивные единоборства, не входящие в программу Олимпийских игр на современном этапе развития. Единоборство, созданное в России – борьба самбо.

Содержание. Возникновение борьбы самбо в Советском Союзе. Основатели борьбы самбо (Василий Ощепков, Виктор Спиридонов, Анатолий Харлампиев, Евгений Чумаков). Направления самбо (спортивное, боевое, служебно-прикладное). Правила проведения соревнований по различным направлениям самбо. Экипировка спортсменов.

Тема №13. Региональные, Всероссийские и Международные Федерации по спортивным единоборствам.

Содержание. Цели, задачи, направления работы федераций спортивных единоборств. Федерация спортивной борьбы России (греко-римская борьба, вольная борьба, женская борьба, «греплинг», «панкратион»). Федерация бокса России (любительский, профессиональный бокс). Федерация самбо России (спортивное, боевое самбо).

Тема № 15. Специфические особенности индивидуальных видов спорта. Основные правила проведения соревнований по индивидуальным видам спорта.

Содержание. Базовые индивидуальные виды спорта (легкая атлетика, спортивная гимнастика, лыжный спорт, плавание). Правила проведения соревнований в базовых индивидуальных видах спорта. Направления легкой атлетики – бег на короткие, средние и длинные дистанции, прыжки в длину и в высоту, метания. Упражнения на гимнастических снарядах. Способы обучения плаванию.

Тема №17. Летние индивидуальные виды спорта на современном этапе развития.

Содержание. Легкая атлетика, гимнастика, водные виды спорта в программе Олимпийских игр современности. Достижения российских спортсменов в данных видах спорта. Система отбора лучших спортсменов. Особенности организации учебно-тренировочного процесса в базовых индивидуальных видах спорта.

Содержание практических занятий по дисциплине

Тема 1. Введение в курс «Теория и методика избранного вида спорта».

Содержание. Формирование наиболее важных для данного конкретного вида спорта физических и психологических качеств у спортсменов в игровых видах спорта согласно теории и методики физического воспитания и спорта. Формирование спортивного коллектива. Индивидуальная и командная тактическая подготовка в командных и индивидуальных видах спорта.

Тема 2. История развития спортивных игр.

Содержание. Появление различных спортивных игр в процессе развития человеческого общества. Возникновение и развитие спортивных игр в первобытно – общинное время (наскальные рисунки). Спортивные и подвижные игры в «Античное время» (скульптуры, письменные свидетельства). Развитие спортивных игр в условиях средневековья. Появление современных спортивных игр. Развитие игровых видов спорта в настоящее время. История появления, создания и развития наиболее популярных спортивных игр: футбола, баскетбола, волейбола, хоккея. Спортивная инфраструктура: стадионы, площадки, спортивные арены, необходимые для проведения соревнований по популярным спортивным играм.

Тема 3. Специфические особенности спортивных игр. Основные правила проведения соревнований по спортивным играм.

Содержание. Правила проведения соревнований по наиболее популярным спортивным играм (футбол, волейбол, баскетбол, хоккей). Особенности проведения и таблицы розыгрыша чемпионатов в спортивных играх. Организация профессиональных спортивных игровых лиг.

Тема 4. Зимние спортивные игры на современном этапе развития.

Содержание. Особенности организации учебно-тренировочного процесса в зимних спортивных играх. Особенности проведения спортивных соревнований различного масштаба по зимним спортивным играм. Основы методики подготовки спортсменов в хоккее, как наиболее популярном зимнем игровом виде спорта. Теория и методика подготовки спортсменов в зимних спортивных играх. Макро, мезо и микроциклы подготовки. Поддержание спортивной «формы» в течение сезона. Поддержание спортивной «формы» хоккеистов в течение сезона.

Тема 5. Летние спортивные игры на современном этапе развития.

Содержание. Теория и методика подготовки спортсменов в летних спортивных играх на примерах футбола, волейбола, баскетбола. Макро, мезо и микроциклы подготовки спортсменов в футбольных, волейбольных и баскетбольных командах. Методики подготовки спортсменов к конкретным играм.

Тема 6. Региональные, всероссийские и международные Федерации игровых видов спорта.

Содержание. Региональные спортивные федерации по спортивным играм на примере Владимирской области. Всероссийские федерации по футболу (РФС), баскетболу (РФБ), волейболу (ВФВ): структура, цели и задачи организации, руководящие органы. Международные федерации – общие признаки и отличительные черты федераций по игровым видам спорта.

Тема №7.История появления и развития спортивных единоборств.

Содержание. История появления и развития современных спортивных единоборств. Восточные единоборства (карате, джиу-джитсу, дзюдо, тхэквондо и др.). Борьба самбо – отечественный вид единоборств, созданный на базе национальных видов борьбы народов России.

Тема №9.Специфические особенности спортивных единоборств. Основные правила проведения соревнований по спортивным единоборствам.

Содержание. Специфическими особенностями спортивных единоборств является разбивка спортсменов на весовые категории, с целью уравнивания их физических возможностей в соревнованиях. Порядок проведения соревнований в единоборствах. Специфика проведения «жеребьевки» спортсменов на соревнованиях.

Тема №10. Спортивные единоборства, входящие в программу Олимпийских игр на современном этапе развития – греко-римская борьба, вольная борьба, женская борьба.

Содержание.Греко- римская борьба, древнейшее спортивное единоборство, зародившееся в древней Греции. Достижения владимирских борцов греко – римского стиля (Эдуард Никифоров, Дмитрий Тимофеев, Абуязид Манцигов и др.). Вольная борьба – этапы развития, достижения отечественных борцов (Александр Медведь, Иван Ярыгин, Анатолий Белоглазови др.). Женская борьба – этапы развития, достижения российских спортсменок. Методики подготовки спортсменов в спортивных единоборствах.

Тема №11.Национальные спортивные единоборства России. Борьба самбо – приоритетный вид спорта России.

Содержание. «Борьба на поясах», «куреш», «хапсагай» и др. - национальные единоборства народов России. Возникновение борьбы самбо в Советском Союзе в 30 е годы двадцатого века. Основатели борьбы самбо (Василий Ощепков, Виктор Спиридонов, Анатолий Харлампиев, Евгений Чумаков). Направления борьбы самбо (спортивное, боевое, служебно-прикладное). Методики подготовки спортсменов в национальных спортивных единоборствах.

Тема №12.Спортивные единоборства, не входящие в программу Олимпийских игр на современном этапе развития – восточные единоборства.

Содержание. Японские единоборства (карате, джиу – джитсу, сумо, дзюдо, айкидо и др.). Тайский бокс. Тхэквондо (Корея). Ушу (Китай) и др. Методики подготовки спортсменов и специфика учебно-тренировочного процесса в восточных единоборствах.

Тема №13.Региональные, всероссийские и международные Федерации по спортивным единоборствам. Правила соревнований по спортивным единоборствам.

Содержание. Цели, задачи, направления работы федераций спортивных единоборств. Федерация спортивной борьбы России (греко-римская борьба, вольная борьба, женская борьба, «греплинг», «панкратион»). Федерация бокса России (любительский, профессиональный бокс). Федерация самбо России (спортивное, боевое самбо). Организация подготовки спортивного резерва. Система отбора лучших спортсменов.

Тема №14.История развития индивидуальных видов спорта.

Содержание. Базовые для учебных заведений и системы образования индивидуальные виды спорта: легкая атлетика, гимнастика, лыжный спорт. Методика подготовки и тренировки спортсменов в базовых индивидуальных видах спорта.

Тема №15. Специфические особенности индивидуальных видов спорта. Основные правила проведения соревнований по индивидуальным видам спорта.

Содержание. Правила проведения соревнований по легкой атлетике (бег на короткие, средние и длинные дистанции, прыжки (в высоту, в длину, тройной прыжок), метания (копья, диска, толкания ядра)). Упражнения на гимнастических снарядах (правила проведения соревнований). Гимнастика в образовательных учреждениях, организация учебного процесса.

Тема №16. Зимние индивидуальные виды спорта на современном этапе развития – лыжные гонки, конькобежный спорт, биатлон.

Содержание. Лыжные гонки: лыжные ходы (одношажный, двухшажный, коньковый и др.), спуски и подъемы на лыжах). Организация проведения соревнований по лыжным гонкам. Конькобежный спорт (классический бег на коньках, шорт-трек). Биатлон - соревнования стреляющих лыжников. Программа соревнований по биатлону.

Тема №17. Летние индивидуальные виды спорта на современном этапе развития – велоспорт, гимнастика, водные виды спорта и др.

Содержание. Индивидуальные летние виды спорта в программе Олимпийских игр. Велоспорт (шоссейные гонки, трековые гонки, «маунтинбайк» и др.). Водные виды спорта (плавание разными стилями, прыжки в воду и др.). Гимнастика спортивная, гимнастика художественная.

Тема №18. Региональные, Всероссийские и Международные Федерации индивидуальных видов спорта

Содержание. Организация соревнований по индивидуальным видам спорта на региональном, Всероссийском и международном уровнях. Значение спортивных федераций, как общественных организаций в развитии видов спорта и проведении соревнований.

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В преподавании дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта» используются разнообразные образовательные технологии как традиционные, так и с применением активных и интерактивных методов обучения.

Активные и интерактивные методы обучения:

- Групповая дискуссия (темы №1, 3, 6,7);
- Ролевые игры (тема № 2, 7, 14);
- Анализ ситуаций (тема №3);
- Тренинг (темы № 1,5);
- Разбор конкретных ситуаций (тема № 6, 13,18);

6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Текущий контроль успеваемости

Для рейтинговой оценки знаний студентов подготовлены контрольные вопросы по тематике разделов дисциплины.

Рейтинг – контроль 1

Рейтинг-контроль 1. Характерные особенности спортивных игр, как видов спорта. Характеристика основных понятий теории и методики спортивных дисциплин: "Физическая культура", "Физическое воспитание", "Физическая подготовка", "Спорт". Специфические методы физического воспитания, педагогические методы физического воспитания. Физи-

ческие упражнения – основное специфическое средство физического воспитания в спортивных играх.

Рейтинг-контроль 2. Развитие спортивных игр в странах Европы, Азии и Северной Америки. Развитие спортивных игр в России в период с восемнадцатого века и до наших дней. Научно-технический прогресс и его влияние на состояние спортивных игр в настоящее время. Основные правила и порядок проведения соревнований по спортивным играм. Спортивные единоборства. Единоборства - Олимпийские виды спорта. Восточные единоборства. Российские национальные виды единоборств, борьба самбо.

Рейтинг – контроль 3. Летние и зимние индивидуальные виды спорта. Проведение чемпионатов и первенств по летним и зимним индивидуальным видам спорта в разных странах. Спортивные федерации по базовым индивидуальным видам спорта. Организация соревнований по индивидуальным видам спорта на региональном, Всероссийском и международном уровнях. Значение спортивных федераций, как общественных организаций в развитие индивидуальных видов спорта. Организация подготовки спортивного резерва. Система отбора лучших спортсменов.

Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины (экзамен)

Перечень вопросов к экзамену

1. Характеристика основных понятий ТМФК: "Физическая культура", "Физическое воспитание", "Физическая подготовка", "Спорт".
2. Специфические методы физического воспитания
3. Педагогические методы физического воспитания
4. Физические упражнения – основное специфическое средство физического воспитания.
5. Силовые способности. Педагогические технологии развития силовых способностей.
6. Скоростные способности. Педагогические технологии развития быстроты.
7. Выносливость. Педагогические технологии развития выносливости.
8. Гибкость. Педагогические технологии развития гибкости.
9. Специфические методы физического воспитания (игровой метод)
10. Специфические методы физического воспитания (соревновательный метод).
11. Специфические методы физического воспитания (метод круговой тренировки).
12. Методы строго регламентированного упражнения.
13. Соревновательная нагрузка и вопросы ее нормирования
14. Тренировочная нагрузка и ее нормирование
15. Система физического воспитания в Российской Федерации
16. Основы теории и методики подготовки спортсменов в футболе.
17. Основы теории и методики подготовки спортсменов в волейболе
18. Основы теории и методики подготовки спортсменов в баскетболе
19. Основы теории и методики подготовки спортсменов в хоккее
20. Развитие спортивных игр в разных странах (пример страны по выбору студента).
21. Состояние развития спортивных игр в России в настоящее время.
22. Научно-технический прогресс и развитие спортивных игр.
23. Особенности системы проведения соревнований по спортивным играм.
24. Место спортивных игр в структуре физкультурного образования начальных, средних и высших учебных заведений.
25. Основы методики подготовки спортсменов в различных спортивных играх (по выбору один из видов спорта).

26. Особенности проявления личностных качеств и образа жизни спортсменов, занимающихся спортивными играми.
27. Виды летних и зимних спортивных игр, получивших наибольшую популярность в Мире.
28. Региональные федерации по видам спортивных игр, их структура, устав, сфера деятельности (вид спорта по выбору студентов).
29. Всероссийские федерации по видам спортивных игр, их структура, устав, сфера деятельности (вид спорта по выбору студентов).
30. Международные федерации по спортивным играм, их структура, устав, сфера деятельности (вид спорта по выбору студентов).
31. Систематика индивидуальных видов спорта
32. Научно-теоретическая и методологическая основа теории и методики индивидуальных видов спорта.
33. Особенности организации учебно-тренировочного процесса в индивидуальных видах спорта (на примере вида спорта по выбору студента)
34. Организация подготовки спортивного резерва в индивидуальных видах спорта.
35. Индивидуальные виды спорта, получившие наибольшее распространение и наибольшую популярность в странах мира.
36. Международные федерации по индивидуальным видам спорта. Их цели, задачи, сфера деятельности.
37. Место индивидуальных видов спорта в системе общеобразовательных школ, средних и высших специальных профессиональных образовательных учреждений.
38. Основы методики подготовки гимнастов, пловцов, легкоатлетов, лыжников и других спортсменов в индивидуальных видах спорта (по выбору студента один из названных видов спорта).
39. Особенности проявления личностных качеств и образа жизни спортсменов в индивидуальных видах спорта
40. Особенности проведения различного уровня спортивных соревнований в индивидуальных видах спорта.
41. Система отбора лучших спортсменов в индивидуальных видах спорта.

Самостоятельная работа студента
Тематика рефератов к разделу
курса «Теория и методика избранного вида спорта»

1. Тенденции развития избранного вида спорта в современном мире (историческая динамика спортивных достижений, основные факторы их развития).
2. Специфические принципы спортивной тренировки на современном этапе (избранный вид спорта).
3. Факторы, обуславливающие совершенствование системы подготовки спортсменов (избранный вид спорта).
4. Физическая подготовка спортсмена на начальном этапе тренировки (избранный вид спорта).
5. Тактическая подготовка спортсмена на этапе высшего спортивного мастерства (избранный вид спорта).
6. Техническая подготовка спортсмена на этапе спортивного Совершенствования (избранный вид спорта).
7. Особенности цикличности спортивной тренировки (в избранном виде спорта).
8. Основы периодизации спортивной тренировки в (избранном виде спорта).
9. Проблемы оптимального построения системы спортивных состязаний (избранный вид спорта).

10. Технология управления процессом достижения спортивной формы (избранный вид спорта).
11. Соревновательная нагрузка и проблемы ее нормирования, на примере отдельно выбранного вида спорта.
12. Прогнозирование и моделирование в спорте высших достижений (избранный вид спорта).
13. Программирование и контроль в процессе подготовки спортсменов (избранный вид спорта)
14. История зарождения и развития конкретного вида спорта (спортивного направления).
15. Основы методики подготовки гимнастов, пловцов, легкоатлетов, лыжников и других спортсменов в базовых индивидуальных видах спорта (по выбору студента один из названных видов спорта).
16. Особенности проявления личностных качеств и образа жизни спортсменов в избранных видах спорта
17. Особенности проведения различного уровня спортивных соревнований в избранных видах спорта.
18. Система отбора лучших спортсменов в избранных видах спорта.
19. Организация подготовки спортивного резерва в избранном виде спорта.
20. Индивидуальные виды спорта, получившие наибольшее распространение и наибольшую популярность в странах мира.

Самостоятельная работа студентов проводится в виде подготовки и написания реферата по выбранной теме. Оформление реферата в соответствии с методическими рекомендациями

Фонд оценочных средств для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине оформляется отдельным документом.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

7.1. Книгообеспеченность

Наименование литературы: автор, название, вид издания, издательство	Год издания	КНИГООБЕСПЕЧЕННОСТЬ	
		Количество экземпляров изданий в библиотеке ВлГУ в соответствии с ФГОС ВО	Наличие в электронной библиотеке ВлГУ
1	2	3	4
1. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учебник для вузов по специальности "Физическая культура" / Ю. Д. Железняк [и др.]; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. — 7-е изд., стер. — Москва: Академия, 2012. — 518 с.	2012		http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN978-5-2306578881.html
2. Губа, В.П. Теория и методика футбола. Учебник / В.П. Губа, А.В. Лексаков. М.: Советский спорт, 2013. - 536 с.	2013		http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN978-5-990657892.html
3. На пути к спортивному совершенству: учебное пособие/ Л. В. Логинов; Владимирский государственный университет имени Александра Григорьевича Кутякова. — Владимир: ВГУ, 2012. — 100 с.	2012	61 экз.	http://e.lib.vlsu.ru:80/handle

рьевича и Николая Григорьевича Столетовых (ВлГУ).— Владимир: Владимирский государственный университет имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых (ВлГУ), 2012—159с. ISBN 978-5-9984-0282-1			
Врублевский Е.П. Легкая атлетика: основы знаний (в вопросах и ответах) [Электронный ресурс]: учебное пособие / Врублевский Е.П. - 2-е изд., испр. и дополн. - М. : Спорт, 2015. - ISBN 978-5-9907240-3-7	2015		http://www.studentlibrary.ru/book/
Дополнительная литература			
Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО) [Электронный ресурс]: Документы и методические материалы / Сост. Н.В. Паршикова, В.В. Бабкин, П.А. Виноградов, В.А. Уваров; под общей ред. В.Л. Мутко. - 2-е изд. с измен. и дополн. - М. : Спорт, 2015. - 208 с. : ил. -ISBN 978-5-9907239-9-3	2015		http://www.studentlibrary.ru/book
2. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для вузов по направлению подготовки "Педагогическое образование"/ Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов — 11-е изд., — Москва: Академия, 2015 — 479 с.	2015		http://www.studentlibrary.ru/book ISBN 978-5-7695-9526-4. .html
3. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства: учебник для вузов по специальности "Физическая культура" / Ю.Д. Железняк [и др.]; под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова.— 4-е изд., стер. — М.: Академия, 2010.— 397 с.	2016		http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785392217816.html

7.2. Периодические издания

1. Теория и практика физической культуры
2. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка
3. Культура физическая и здоровье
4. Лечебная физкультура и спортивная медицина
5. Адаптивная физическая культура
6. Вестник спортивной науки

7.3. Интернет-ресурсы

1. <http://www.infosport.ru/press/fkvot/> - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры.
2. <http://tpfk.infosport.ru> – Теория и практика физической культуры. Ежемесячный научно-теоретический журнал Государственного Комитета Российской Федерации по физической культуре и туризму, Российской Государственной Академии физической культуры сайты спортивных федераций РФ
3. <http://www.basket.ru> — Федерация баскетбола
4. <http://www.volley.ru> — Федерация волейбола
5. <http://www.waterpolo.goc.ru> — Федерация водного поло
6. <http://www.sport.ru/fieldhockey/goc.ru> — Федерация хоккея на траве
7. <http://www.fhg.ru> — Федерация хоккея
8. <http://www.rusbandy.ru> — Федерация хоккея с мячом

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для реализации данной дисциплины имеются специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы.

Практические работы проводятся в аудитории № 108 спортивного корпуса №3 ВлГУ (ул. Университетская, д.1).

Перечень используемого лицензионного программного обеспечения: ОС. Microsoft Windows 8.1 Professional 6.3. 9600.18202 (Win8.1 RTM), пакет офисных программ Microsoft Office Professional Plus 2013, Microsoft Visio Professional Plus 2013

Рабочую программу составил _____ Гадалов А.В.

Рецензент Директор ГБУ ВО «ЦСП «ШВСМ» _____ Логвинова А.В.

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК

Протокол № 1 от 26.08.2019 года

Заведующий кафедрой _____ Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии
направления 49.03.01 «Физическая культура»

Протокол № 1 от 27.08.2019 года

Председатель комиссии _____ Батоцыренова Т.Е.

**ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ РАБОЧЕЙ
ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

Рабочая программа одобрена на 2020/21 учебный год
Протокол заседания кафедры № 1 от 31.08.20 года
Заведующий кафедрой _____ *Т.Е. Батоцыренова* Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа одобрена на _____ учебный год
Протокол заседания кафедры № _____ от _____ года
Заведующий кафедрой _____ Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа одобрена на _____ учебный год
Протокол заседания кафедры № _____ от _____ года
Заведующий кафедрой _____ Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа одобрена на _____ учебный год
Протокол заседания кафедры № _____ от _____ года
Заведующий кафедрой _____ Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа одобрена на _____ учебный год
Протокол заседания кафедры № _____ от _____ года
Заведующий кафедрой _____ Батоцыренова Т.Е.
