

Государственное образовательное учреждение
«Приднестровский государственный университет им. Т.Г. Шевченко»

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра гимнастики и спортивных единоборств
Кафедра легкой атлетики, водных видов спорта и туризма
Кафедра спортивных игр

УТВЕРЖДАЮ:
Декан факультета ФКиС»,
профессор Гуцу В.Ф.
30.09.2021 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по дисциплине

**ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ**

на 2021-2022; 2022-2023; 2023-2024 учебные годы

Направление
7.49.03.01 Физическая культура

Профиль
Спортивная тренировка

квалификация
Бакалавр

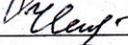
Форма обучения:
очная, заочная

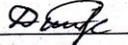
2021 ГОД НАБОРА

Рабочая программа по дисциплине «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» разработана в соответствии с требованиями Государственного образовательного стандарта ВО по направлению 7.49.03.01 «Физическая культура» и основной профессиональной образовательной программы (учебного плана) по профилю подготовки «Спортивная тренировка».

Составители:

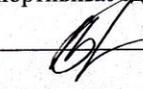
Доцент  Романюк Т.В.

Ст. преподаватель  Черниченко И.П.

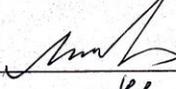
Ст. преподаватель  Диденко А.А.

Доцент  Шеметов А.П.

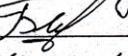
Рабочая программа утверждена на заседании кафедры гимнастики и спортивных единоборств « 24 » 09 2021 г. протокол № 2

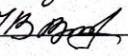
Зав. кафедрой гимнастики и спортивных единоборств
« 24 » 09 2021 г.  Абрамова В.В.

Составители:

Ст. преподаватель  Мамков О.М.

Преподаватель-стажер  Мякина М.А.

Преподаватель  Богач А.В.

Преподаватель  Утин В.В.

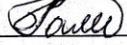
Рабочая программа утверждена на заседании кафедры спортивных игр « 01 » 09 2021 г. протокол № 1

И.о. зав. кафедрой спортивных игр
« 01 » 09 2021 г.  Романюк М.Н.

Составители:

Преподаватель  Коростиленко Е.П.

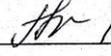
Ст. преподаватель  Капсомун Н.Г.

Преподаватель  Гамалицкая Г.М.

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры легкой атлетики, водных видов спорта и туризма

« 9 » 09 2021 г. протокол № 1

Зав. кафедрой легкой атлетики, водных видов спорта и туризма

« 9 » 09 2021 г.  Держаченко И.В. /

Зав. выпускающей кафедры теории и методики физического воспитания и спорта

« 18 » 09 2021 г.  Ковалева Р.Е.

1. Цели и задачи дисциплины:

Целью освоения дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» (ПФСС) является углубленное овладение студентами педагогическими знаниями и умениями, необходимыми в практической деятельности тренера-преподавателя по избранному виду спорта.

Задачи:

- повышение уровня двигательной подготовленности и спортивных достижений как компонента профессиональной педагогической деятельности бакалавра по ФК;
- овладение теорией и методикой профессиональной деятельности тренера-преподавателя по избранному виду спорта;
- освоение современных технологий обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта;
- овладение навыками по определению способности и уровня готовности заниматься избранным видом спорта и подготовленности в нем;
- формирование и совершенствование профессионально-педагогических умений и практических навыков, позволяющих решать задачи спортивной подготовки, организовывать соревнования и управлять спортивно-массовой работой.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

«ПФСС» относится к обязательным дисциплинам части учебного плана подготовки бакалавриата по направлению «Физическая культура», профиль «Спортивная тренировка», формируемой участниками образовательных отношений. Данная дисциплина логически связана с педагогикой физической культуры, историей, теорией и методикой ФК, биомеханикой, безопасностью жизнедеятельности, прохождением педагогической практики.

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

Категория (группа) компетенций	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
Общепрофессиональные компетенции		
Планирование	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ИД-1 опк-1 Знает: содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста
		ИД-2 опк-1 Умеет: планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста
		ИД-3 опк-1 Владеет: технологией планирования содержания занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

Обучение и развитие	ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	ИД-1 опк-3, опк-4. Знает: базовые виды физкультурно-спортивной деятельности ИД-2 опк-3, опк-4. Умеет: проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке ИД-3 опк-3, опк-4. Владеет: средствами, методами и приемами базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке
	ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	
Организационно-методическое обеспечение	ОПК-13. Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	ИД-1 опк-13, опк-14. Знает: основы организационно-методического обеспечения судейства и контроля тренировочного и образовательного процесса по избранному виду спорта ИД-2 опк-13, опк-14. Умеет: осуществлять организацию, контроль и судейство соревнований по избранному виду спорта ИД-3 опк-13, опк-14. Владеет: навыками организационно-методического обеспечения судейства и контроля тренировочного и образовательного процесса по избранному виду спорта
	ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	
Профессиональные компетенции		
	ПК-1 – способность осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры и спорта	ИД-1 ПК-1. Знает: основные положения теории физической культуры ИД-2 ПК-1. Умеет: осуществлять образовательный процесс на основе положений теории ФК ИД-3 ПК-1. Владеет: методиками организации и проведения образовательного процесса на основе закономерностей физической культуры
	ПК-5 – способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности	ИД-1 ПК-5. Знает: теоретические основы формирования спортивного мастерства ИД-2 ПК-5. Умеет: в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями. ИД-3 ПК-5. Владеет: особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности

	ПК-6 – способностью осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму	ИД-1 ПК-6 Знает: методики самоконтроля и контроля результатов индивидуальной спортивной деятельности ИД-2 ПК-6 Умеет: осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму ИД-3 ПК-6 Владеет: навыками самоконтроля и контроля результатов индивидуальной спортивной деятельности, сохранения и поддержания спортивной формы
--	---	---

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

4.1. Распределение трудоемкости в з.е. /часах

по видам аудиторной и самостоятельной работы студентов по семестрам для студентов очной формы обучения:

Семестр	Количество часов						Форма итогового контроля
	Трудоемкость, з.е./часы	В том числе					
		Аудиторных				Самост. Работы	
		Всего	Лекций	Лаб. Раб.	Практ. Занятия		
I	2,5/ 90	44	4	40	-	46	-
II	3/108	44	4	40	-	64	Зачет
Всего за I курс	5,5/198	88	8	80	-	110	-
III	2/ 72	44	4	40	-	28	-
IV	2 /72	44	4	40	-	28	Зачет
Всего за II курс	4 / 144	88	8	80	-	56	-
V	3 /108	44	4	40	-	64	-
VI	3,5/126	44	4	40	-	46	Экзамен 36 Курс.раб.
Всего за III курс	6,5/234	88	8	80	-	110	-
Итого:	16/576	264	24	240	-	276	36

для студентов заочной формы обучения:

Семестр	Количество часов						Форма итогового контроля
	Трудоемкость, з.е./часы	В том числе					
		Аудиторных				Самост. Работы	
		Всего	Лекций	Лаб. раб.	Практ. занятия		
I	1,5/54	8	-	8	-	46	-
II	1,5/54	8	-	8	-	42	Зачет 4
Всего за I курс	3/108	16	-	16	-	88	4
III	3/108	8	2	6	-	100	-
IV	3/108	8	2	6	-	96	Зачет 4
Всего за II курс	6/216	16	4	12	-	196	4
V	3/108	8	-	8	-	100	-
VI	4/144	8	-	8	-	127	Экзамен 9 Курс. раб.
Всего за III курс	7/252	16	-	16	-	227	9
Итого:	16/576	48	4	44	-	511	17

4.2. Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины

для обучающихся очной формы обучения

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		Всего (общая трудоемкость)	Аудиторная работа			Внеауд. работа (СР)
			Л	ПЗ	ЛР	
1	Гимнастика					
1.1	Гимнастика 1 курс	198	8	-	80	110
1.2	Гимнастика 2 курс	144	8	-	80	56
1.3	Гимнастика 3 курс	234	8	-	80	110+36(экз)
	<i>Итого:</i>	576	24	-	240	276+36(компр)
2	Гребля					
2.1	Гребля 1 курс	198	8	-	80	110
2.2	Гребля 2 курс	144	8	-	80	56
2.3	Гребля 3 курс	234	8	-	80	110+36(экз)
	<i>Итого:</i>	576	24	-	240	276+36(компр)
3	Легкая атлетика					
3.1	Легкая атлетика 1 курс	198	8	-	80	110
3.2	Легкая атлетика 2 курс	144	8	-	80	56
3.3	Легкая атлетика 3 курс	234	8	-	80	110+36(экз)
	<i>Итого:</i>	576	24	-	240	276+36(компр)
4	Баскетбол					
4.1	Баскетбол 1 курс	198	8	-	80	110
4.2	Баскетбол 2 курс	144	8	-	80	56
4.3	Баскетбол 3 курс	234	8	-	80	110+36(экз)
	<i>Итого:</i>	576	24	-	240	276+36(компр)
5	Бокс					
5.1	Бокс 1 курс	198	8	-	80	110
5.2	Бокс 2 курс	144	8	-	80	56
5.3	Бокс 3 курс	234	8	-	80	110+36(экз)
	<i>Итого:</i>	576	24	-	240	276+36(компр)
6	Борьба					
6.1	Борьба 1 курс	198	8	-	80	110
6.2	Борьба 2 курс	144	8	-	80	56
6.3	Борьба 3 курс	234	8	-	80	110+36(экз)
	<i>Итого:</i>	576	24	-	240	276+36(компр)
7	Волейбол					
7.1	Волейбол 1 курс	198	8	-	80	110
7.2	Волейбол 2 курс	144	8	-	80	56
7.3	Волейбол 3 курс	234	8	-	80	110+36(экз)
	<i>Итого:</i>	576	24	-	240	276+36(компр)
8	Плавание					
8.1	Плавание 1 курс	198	8	-	80	110
8.2	Плавание 2 курс	144	8	-	80	56
8.3	Плавание 3 курс	234	8	-	80	110+36(экз)
	<i>Итого:</i>	576	24	-	240	276+36(компр)
9	Футбол					
9.1	Футбол 1 курс	198	8	-	80	110
9.2	Футбол 2 курс	144	8	-	80	56
9.3	Футбол 3 курс	234	8	-	80	110+36(экз)

	<i>Итого:</i>	576	24	-	240	276+36(комр)
10	<i>Гандбол</i>					
10.1	Гандбол 1 курс	198	8	-	80	110
10.2	Гандбол 2 курс	144	8	-	80	56
10.3	Гандбол 3 курс	234	8	-	80	110+36(экз)
	<i>Итого:</i>	576	24	-	240	276+36(комр)

для обучающихся заочной формы обучения

№ раз-дела	Наименование разделов	Количество часов				
		Всего (общая трудоемкость)	Аудиторная работа			Внеауд. работа (СР)
			Л	ПЗ	ЛР	
1	<i>Гимнастика</i>					
1.1	Гимнастика 1 курс	108			16	88+(4-зач)
1.2	Гимнастика 2 курс	216	4		12	196+(4-зач)
1.3	Гимнастика 3 курс	252			16	227+(9-экз)
	<i>Итого:</i>	576	4		44	511+17
2	<i>Гребля</i>					
2.1	Гребля 1 курс	108			16	88+(4-зач)
2.2	Гребля 2 курс	216	4		12	196+(4-зач)
2.3	Гребля 3 курс	252			16	227+(9-экз)
	<i>Итого:</i>	576	4		44	511+17
3	<i>Легкая атлетика</i>					
3.1	Легкая атлетика 1 курс	108			16	88+(4-зач)
3.2	Легкая атлетика 2 курс	216	4		12	196+(4-зач)
3.3	Легкая атлетика 3 курс	252			16	227+(9-экз)
	<i>Итого:</i>	576	4		44	511+17
4	<i>Баскетбол</i>					
4.1	Баскетбол 1 курс	108			16	88+(4-зач)
4.2	Баскетбол 2 курс	216	4		12	196+(4-зач)
4.3	Баскетбол 3 курс	252			16	227+(9-экз)
	<i>Итого:</i>	576	4		44	511+17
5	<i>Бокс</i>					
5.1	Бокс 1 курс	108			16	88+(4-зач)
5.2	Бокс 2 курс	216	4		12	196+(4-зач)
5.3	Бокс 3 курс	252			16	227+(9-экз)
	<i>Итого:</i>	576	4		44	511+17
6	<i>Борьба</i>					
6.1	Борьба 1 курс	108			16	88+(4-зач)
6.2	Борьба 2 курс	216	4		12	196+(4-зач)
6.3	Борьба 3 курс	252			16	227+(9-экз)
	<i>Итого:</i>	576	4		44	511+17
7	<i>Волейбол</i>					
7.1	Волейбол 1 курс	108			16	88+(4-зач)
7.2	Волейбол 2 курс	216	4		12	196+(4-зач)
7.3	Волейбол 3 курс	252			16	227+(9-экз)
	<i>Итого:</i>	576	4		44	511+17
8	<i>Плавание</i>					
8.1	Плавание 1 курс	108			16	88+(4-зач)
8.2	Плавание 2 курс	216	4		12	196+(4-зач)
8.3	Плавание 3 курс	252			16	227+(9-экз)

	<i>Итого:</i>	576	4		44	511+17
9	Футбол (футзал)					
9.1	Футбол (футзал) 1 курс	108			16	88+(4-зач)
9.2	Футбол (футзал) 2 курс	216	4		12	196+(4-зач)
9.3	Футбол (футзал) 3 курс	252			16	227+(9-экз)
	<i>Итого:</i>	576	4		44	511+17
10	Гандбол					
10.1	Гандбол 1 курс	108			16	88+(4-зач)
10.2	Гандбол 2 курс	216	4		12	196+(4-зач)
10.3	Гандбол 3 курс	252			16	227+(9-экз)

4.3. Тематический план по видам учебной деятельности

Лекции ГИМНАСТИКА I курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	1.1	1		Гигиенические требования к местам занятий гимнастикой, одежда и обувь занимающихся.	инструкции по ТБ
2	1.1	1		Профилактика спортивноготравматизма. Первая помощь при травмах	Видео материалы
3	1.1	1		Специфика спортивной гимнастики как вида спорта	схемы
4	1.1	1		Классификация средств гимнастики.	схемы
5	1.1	2		Гимнастическая терминология (термины основных групп упражнений, правила записи гимнастических упражнений, способы образования терминов, правила сокращений).	Видео материалы
6	1.1	2		Организация и проведение соревнований по гимнастике Ошибки в техники выполнения упражнений на отдельных видах многоборья и сбавка за них.	видео-презентации
ИТОГО		8	-		
II курс					
7	1.2	2	1	Организация и проведение соревнований по гимнастике Правила соревнований и основы судейства. Права и обязанности членов судейской коллегии. Техника судейства.	Положение, протоколы
8	1.2	3	2	Характеристика упражнений на отдельных видах многоборья Классификация и основы техники о/п. Классификация и основы техники акр. упражнений. Классификация и основы техники в/у. Основы техники упражнений на разновысоких брусьях, бревне.	видео-презентации

9	1.2	3	1	Техническая подготовка в гимнастике Содержание технической подготовки в гимнастике. Базовая техническая подготовка. Специальная техническая подготовка (прыжковая, стоечная, батутная, хореографическая, акробатическая): требования и содержание.	видео-презентации
	ИТОГО	8	4		
III курс					
10	1.3	2		Физическая подготовка в гимнастике Значение и характеристика физической подготовки в гимнастике. Особенности развития силы в гимнастике. Особенности развития гибкости в гимнастике. Особенности воспитания выносливости в гимнастике. Особенности воспитания скоростных качеств в гимнастике	видео-презентации
11	1.3	2		Периодизация спортивной тренировки Направленность занятий с учетом периода подготовки. Соотношение видов подготовки в подготовительном, переходном и соревновательном периодах. Особенности организации и содержания учебно-тренировочных занятий по гимнастике в различные периоды подготовки.	видео-презентации
12	1.3	2		Спортивная тренировка в гимнастике как многолетний процесс Задачи и содержание этапа начальной подготовки. Задачи и содержание специализированного этапа подготовки Задачи и содержание этапа спортивного совершенствования. Задачи и содержание этапа высшего спортивного мастерства.	видео-презентации
13	1.3	2		Спортивный отбор и способы диагностирования способностей занимающихся Спортивный отбор. Методы диагностирования физических способностей занимающихся. Методы изучения личностных особенностей занимающихся	видео-презентации
	ИТОГО	8	-		
	ВСЕГО	24	4		

ГРЕБЛЯ

I курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	2.1	2		Краткий обзор развития гребного спорта в Республике и за рубежом.	Учебник

2	2.1	2		Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.	Видео материалы
3	2.1	2		Гигиена гребца.	Методич. пособие
4	2.1	2		Врачебный контроль и самоконтроль. Предупреждение спортивных травм. Оказание первой помощи.	
ИТОГО		8	-		

ГРЕБЛЯ II курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	2.2	2	1	Меры безопасности при занятиях на воде. спасение и оказание помощи при аварии.	Учебник
2	2.2	2	1	Оборудование и инвентарь.	Видео материалы
3	2.2	2	1	Правила навигации и руление.	Методич. пособие
4	2.2	2	1	Основы техники и тактики гребного спорта.	Методич. пособие
ИТОГО		8	4		

ГРЕБЛЯ III курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	2.3	2		Основы методики обучения и тренировки гребцов.	Учебник
2	2.3	2		Общая, специальная физическая подготовка, её роль в спортивной тренировке гребцов.	Видео материалы
3	2.3	2		Правила соревнований. Организация и проведение соревнований.	Методич. пособие
4	2.3	2		Модельные характеристики в гребном спорте.	Методич. пособие
ИТОГО		8	-		

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

I курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	3.1	2		История легкой атлетики: легкая атлетика в мире, России, Молдавии, ПМР.	Методич. пособие
2	3.1	2		Спортивная техника: классификация, характеристика и анализ техники различных видов легкой атлетики.	Видео материалы

3	3.1	2		Общая и специальная, технология физической подготовки, особенности физической подготовки легкоатлетов.	Методич. пособие
4	3.1	2		Особенности многолетней подготовки в легкой атлетике.	Методич. пособие
	ИТОГО	8	-		

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА II курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	3.2	2	1	Спортивная ориентация и отбор для занятий различными видами легкой атлетики, методика и организация.	Методич. пособие
2	3.2	2	1	Контроль соревновательных и тренировочных нагрузок в л/а	Видео материалы
3	3.2	2	1	Взаимосвязь тренировочных и соревновательных нагрузок в легкой атлетике. Интегральная подготовка.	Методич. пособие
4	3.2	2	1	Планирование подготовки легкоатлетов. этапы многолетнего процесса подготовки документы планирования	Методич. пособие
	ИТОГО	8	4		

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА III курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	3.3	2		Организация и проведение соревнований в легкой атлетике	Учебник
2	3.3	2		Психологическая подготовка в легкой атлетике	Видео материалы
3	3.3	2		Управление процессом подготовки спортсменов.	Методич. пособие
4	3.3	2		Научно-исследовательская работа студентов: выбор темы, методов исследования.	Методич. пособие
	ИТОГО	8	-		

БАСКЕТБОЛ

I курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	4.1	2		История баскетбола: начало истановление баскетбола как вида спорта. Эволюция правил игры	Учебник
2	4.1	2		Стратегия техники и тактики баскетбола: технология обучения, совершенствования навыков игры в баскетбол, изучение методики преподавания, правил соревнований.	Методич. пособие

3	4.1	2		Особенности задач, содержания и методики учебно-тренировочных занятий (УТЗ) с баскетболистами различной спортивной квалификации.	Методич. пособие
4	4.1	2		Методика планирования учебно-тренировочных нагрузок в различных возрастных группах в СДЮШОР.	Методич. пособие
	ИТОГО	8	-		

II курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	4.2	2	1	Периодизация тренировки по баскетболу, особенности планирования учебно-тренировочных нагрузок в различных возрастных группах.	Методич. пособие
2	4.2	2	1	Проблемы спортивного отбора и ориентации юных спортсменов.	Видео материалы
3	4.2	2	1	Реализация задач тактических действий средством игровой и соревновательной подготовки.	Методич. пособие
4	4.2	2	1	Организация и проведение соревнований различных категорий по баскетболу. Методы и средства реализации компонентов управления. Особенности ведения документации.	Методич. пособие
	ИТОГО	8	4		

III курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	4.3	2		Педагогические способности и профессионально-педагогические навыки тренера по баскетболу, их классификация и содержание.	Методич. пособие
2	4.3	2		Физическая подготовка: общая и специальная, технология физической подготовки, особенности физической подготовки баскетболистов различной спортивной квалификации СДЮШОР.	Видео материалы
3	4.3	2		Научно-исследовательская работа студентов: выбор темы, методов исследования	Методич. пособие
4	4.3	2		Реализация задач тактических действий средством игровой и соревновательной подготовки	Методич. пособие
	ИТОГО	8	-		

БОКС

I курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	5.1	1		Гигиенические требования к местам занятий бокса, одежда и обувь занимающихся.	инструкции по ТБ
2	5.1	1		Профилактика спортивного травматизма. Первая медицинская помощь при травмах.	Видео материалы
3	5.1	2		Значение бокса для физического воспитания.	схемы
4	5.1	1		Боевая стойка.	схемы
5	5.1	2		Финты обманные действия на занятиях по боксу.	Видео материалы
6	5.1	1		Судейская практика по боксу.	видео-презентации
	ИТОГО	8	-		

II курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	5.2	2	1	Средства и методы совершенствования техники и тактики боксера.	инструкции по ТБ
2	5.2	4	2	Правила соревнований по боксу, классификация и терминология бокса, запрещенные удары в боксе.	Видео материалы
3	5.2	2	1	Прямые, боковые и удары снизу.	Методич. пособие
	ИТОГО	8	4		

III курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	5.3	2		Текущие и перспективные планы тренировочного процесса. Характеристика разновидностей планирования учебно-тренировочного процесса и их направленности.	инструкции по ТБ
2	5.3	2		Физическая подготовка боксёра.	Видео материалы
3	5.3	2		Специально-физическая подготовка боксёра.	Методич. пособие
4	5.3	2		Средства и методы развития физических качеств.	Методич. пособие
	ИТОГО	8	-		

БОРЬБА*I курс*

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	6.1	4		История развития различных видов борьбы.	инструкции по ТБ
2	6.1	4		Техника безопасности на занятиях борьбой.	Видео материалы
	ИТОГО	8	-		

II курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	6.2	4	2	Особенности занятий борьбой в группах НП, УТ, СС	Учебник
2	6.2	4	2	Правила соревнований и основы судейства в избранном виде борьбы	Видео материалы
	ИТОГО	8	4		

III курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	6.3	4		Организация мест занятий борьбой. Санитарные требования. Инвентарь и оборудование	Учебник
2	6.3	4		Методика отбора для занятий в секцию борьбы	Видео материалы
	ИТОГО	8	-		

ВОЛЕЙБОЛ*I курс*

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	7.1	2		Периоды спортивной подготовки, её этапы, тренировочные циклы.	Методич. пособие
2	7.1	2		Физическая подготовка. Основные принципы подбора и проведения Общеразвивающих и специальных упражнений.	Видео материалы
3	7.1	2		Особенности планирования учебно-тренировочных нагрузок в различных возрастных группах.	Методич. пособие
4	7.1	2		Принципы и методы индивидуализации физической и технической подготовки игроков.	Методич. пособие
	ИТОГО	8	-		

ВОЛЕЙБОЛ

II курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	7.2	2	1	Проблемы спортивного отбора и ориентации юных спортсменов.	Методич. пособие
2	7.2	2	1	Реализация задач тактических действий средством игровой и соревновательной подготовки.	Видео материалы
3	7.2	2	1	Педагогические способности и профессионально-педагогические навыки тренера по волейболу, их классификация и содержание.	Методич. пособие
4	7.2	2	1	Методы и средства реализации компонентов управления. Особенности ведения документации.	Методич. пособие
ИТОГО		8	4		

ВОЛЕЙБОЛ

III курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	7.3	2		Особенности психолого-педагогической деятельности тренера в работе с волейболистами различной квалификации.	Методич. пособие
2	7.3	2		Научно-исследовательская работа обучающихся: выбор темы, методов исследования.	Видео материалы
3	7.3	2		Особенности физической, технической и тактической подготовки.	схемы
4	7.3	2		Особенности организации и проведения соревнований разных категорий по волейболу.	Методич. пособие
ИТОГО		8	-		

ПЛАВАНИЕ

I курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	8.1	1		Особенности развития плавания как учебной, спортивной и педагогической дисциплины	Учебник Видео материалы схемы
2	8.1	1		Структура и содержание курса специализации: Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование (ПФСС)	

3	8.1	1		Основы техники движений спортивными способами плавания (кроль на груди, кроль на спине, баттерфляй, брасс), техника стартов и поворотов	
4	8.1	1		Плавание в типовой школьной программе, ДЮСШ, СДЮШОР	
5	8.1	1		Статическое и динамическое плавание	
6	8.1	1		Методика начального обучения плаванию	
7	8.1	1		Спортивная ориентация и отбор в плавании (методика и организация)	
8	8.1	1		Работоспособность в плавании и средства ее восстановления.	
	ИТОГО	8	-		

II курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	8.2	2	1	Основы техники движений спортивными способами плавания (кроль на груди, кроль на спине, баттерфляй, брасс), техника стартов и поворотов	Учебник Видео материалы схемы
2	8.2	1	0,5	Плавание в типовой школьной программе.	
3	8.2	1	0,5	Состояние важнейших вегетативных функций при плавании (дыхательная и сердечно-сосудистая системы, энергетический метаболизм, обменные процессы)	
4	8.2	2	1	Средства и методы спортивной тренировки в плавании	схемы
5	8.2	2	1	Организация соревнований по плаванию среди детей, школьников и студентов	Видео материалы
	ИТОГО	8	4		

III курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	8.3	4		Физическая подготовка: общая и специальная, технология физической подготовки, особенности физической подготовки пловцов.	Метод. пособие, учебная литература
2	8.3	2		Контрольно-технические нормативы в плавании	Метод. пособие, учебная литература
3	8.3	2		Научно-исследовательская работа студентов.	
	ИТОГО	8	-		

ФУТБОЛ

I курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	9.1	2		Спортивная техника: классификация приемов игры в футбол, характеристика и анализ техники нападения и защиты. Технология обучения, совершенствования навыков.	Методич. пособие
2	9.1	2		Стратегия и тактика футбола. Основные понятия тактики. Классификация тактики. Технология обучения и совершенствования тактических взаимодействий в нападении и защите.	Видео материалы
3	9.1	2		Физическая подготовка: общая специальная, технология физической подготовки, особенности физической подготовки футболистов.	Методич. пособие
4	9.1	1		Особенности многолетней подготовки футболистов. Особенности задач, содержания и методики тренировки на начальном этапе, этапе начальной и углубленной специализации, спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства.	Методич. пособие
5	9.1	1		Спортивная ориентация и отбор для занятий футболом, методика и организация отбора.	Методич. пособие
	ИТОГО	8	-		

II курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	9.2	2	1	Особенности тренировочных занятий в футболе на соревновательном этапе. Интегральная подготовка.	Методич. пособие
2	9.2	2	1	Контроль соревновательных и тренировочных нагрузок в футболе.	Видео материалы
3	9.2	4	2	Организация и проведение соревнований по футболу.	Методич. пособие
	ИТОГО	8	4		

III курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	9.3	2		Психологическая подготовка футболистов.	Методич. пособие
2	9.3	4		Управление процессом подготовки спортсменов.	Видео материалы
3	9.3	2		Научно-исследовательская работа студентов: выбор темы, методов исследования.	УМК
	ИТОГО	8	-		

ГАНДБОЛ

I курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	10.1	2	-	История возникновения и развития гандбола, правила соревнований по гандболу.	УМК
2	10.1	2	-	Спортивная техника: классификация приемов игры в гандбол, характеристика и анализ техники нападения и защиты.	УМК
3	10.1	2	-	Стратегия и тактика гандбола, футбола. Основные понятия, классификация тактики. Технология обучения и совершенствования тактических взаимодействий в нападении и защите.	УМК
4	10.1	2	-	Физическая подготовка: общая и специальная, технология и особенности физической подготовки, в гандболе.	УМК
ИТОГО		8	-		

II курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	10.2	2	1	Особенности многолетней подготовки гандболистов. Особенности задач, содержания и методики тренировки на этапе начальной и углубленной специализации, спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства.	УМК
2	10.2	2	1	Спортивная ориентация и отбор для Занятий гандболом, методика и организация отбора.	УМК
3	10.2	2	1	Особенности тренировочных занятий в гандболе на соревновательном этапе. Интегральная подготовка.	УМК
4	10.2	2	1	Контроль соревновательных и тренировочных нагрузок в гандболе.	Видео презентация
ИТОГО		8	4		

III курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	10.3	2		Организация и проведение соревнований по гандболу.	УМК
2	10.3	2		Психологическая подготовка гандболистов.	УМК
3	10.3	4		Управление процессом подготовки спортсменов.	УМК
ИТОГО		8	-		

**Лабораторные занятия
ГИМНАСТИКА
девушки I курс**

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема занятия	Учебно- наглядные пособия
		о\ф	з\ф		
1	1.1	2	1	Строевые упражнения	Показ упр
2	1.1	2	1	Комплексы ритмической гимнастики разносторонней направленности	Показ упр. Метод. пособие
3	1.1	4	1	Хореографическая подготовка	
4	1.1	2	1	Разновидности ходьбы и бега	Показ упр.
5	1.1	10	1	Опорный прыжок. Прыжки с трамплина:	Показ упр.
6	1.1	12	2	Упражнения на брусьях разной высоты. <u>Висы и упоры.</u> <u>Повороты. Подъемы и спады. Перемахи.</u> <u>Обороты.</u> <u>Соскоки.</u>	Показ упр.
7	1.1	12	2	Упражнения на бревне. <u>Вскоки.</u> <u>Равновесия.</u> <u>Разнообразные передвижения</u> <u>Хореографические упражнения</u> <u>Прыжки.</u> <u>Повороты. Акробатические элементы</u> <u>Седы и упоры.</u> <u>Полушпагат и шпагат</u> <u>Перевороты</u> <u>Соскоки. Обязательная композиция.</u> <u>Произвольная комбинация.</u>	Показ упр.
8	1.1	12	2	Вольные упражнения. Акробатические упражнения. <u>Перекаты. Кувырки. Мосты.</u> <u>Стойки. Перевороты. Рондат</u> <u>Акробатические связки с рондатом</u> <u>Шпагаты.</u>	Показ упр.
9	1.1	8	2	Комплекс ОФП.	Показ упр.
10	1.1	8	2	Комплекс СФП	Показ упр.
11	1.1	8	1	Участие в соревнованиях	
	ИТОГО	80	16		

Девушки II курс

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема занятия	Учебно- наглядные пособия
		о\ф	з\ф		
1	1.2	1	0,5	Строевые упражнения	
2	1.2	2	0,5	Комплексы ритмической гимнастики разносторонней направленности	Показ упр. Метод. пособие
3	1.2	1	0,5	Хореографическая подготовка	
4	1.2	1	0,5	Разновидности ходьбы и бега	Показ упр.
5	1.2	12	1	Опорный прыжок. Прыжки с трамплина	Показ упр.

6	1.2	<u>12</u>	<u>2</u>	Упражнения на брусьях разной высоты. <u>Висы и упоры. Повороты.</u> <u>Подъемы и спады. Перемахи.</u> <u>Обороты.</u> <u>Соскоки.</u>	Показ упр.
7	1.2	<u>12</u>	<u>2</u>	Упражнения на бревне. <u>Вскоки.</u> <u>Равновесия.</u> <u>Разнообразные передвижения Хореографические упражнения Прыжки.</u> <u>Повороты. Акробатические элементы Седы и упоры.</u> <u>Полушпагат и шпагат Перевороты</u> <u>Соскоки.</u> <u>Обязательная композиция. Произвольная комбинация.</u>	Показ упр.
8	1.2	<u>12</u>	<u>2</u>	Вольные упражнения. Акробатические упражнения. <u>Перекаты. Кувырки. Мосты. Стойки. Перевороты.</u> <u>Рондат</u> <u>Акробатические связки с рондато Шпагаты.</u>	Показ упр.
9	1.2	<u>12</u>	<u>1</u>	Комплекс ОФП.	Показ упр.
10	1.2	<u>12</u>	<u>1</u>	Комплекс СФП	Показ упр.
11	1.2	<u>3</u>	<u>1</u>	Участие в соревнованиях	
	ИТОГО	<u>80</u>	<u>12</u>		

Девушки II курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема занятия	Учебно-наглядные пособия
		о\ф	з\ф		
1	1.3	2	1	Строевые упражнения	
2	1.3	<u>2</u>	<u>1</u>	Комплексы ритмической гимнастики разносторонней направленности	Показ упр. Метод. пособие
3	1.3	4	<u>1</u>	Хореографическая подготовка	
4	1.3	2	<u>1</u>	Разновидности ходьбы и бега	Показ упр.
5	1.3	<u>10</u>	<u>1</u>	Опорный прыжок. Прыжки с трамплина:	Показ упр.
6	1.3	<u>12</u>	<u>2</u>	Упражнения на брусьях разной высоты. <u>Висы и упоры.</u> <u>Повороты. Подъемы и спады. Перемахи.</u> <u>Обороты.</u> <u>Соскоки.</u>	Показ упр.
7	1.3	<u>12</u>	<u>2</u>	Упражнения на бревне. <u>Вскоки.</u> <u>Равновесия.</u> <u>Разнообразные передвижения Хореографические упражнения Прыжки.</u> <u>Повороты. Акробатические элементы Седы и упоры.</u> <u>Полушпагат и шпагат Перевороты</u> <u>Соскоки.</u> <u>Обязательная композиция. Произвольная комбинация.</u>	Показ упр.

8	1.3	<u>12</u>	<u>2</u>	Вольные упражнения. Акробатические упражнения. <u>Перекаты.</u> <u>Кувьрки. Мосты.</u> <u>Стойки. Перевороты. Рондат</u> <u>Акробатические связки с рондатом</u> <u>Шпагаты.</u>	Показ упр.
9	1.3	<u>8</u>	<u>2</u>	Комплекс ОФП.	Показ упр.
10	1.3	<u>8</u>	<u>2</u>	Комплекс СФП	Показ упр.
11	1.3	<u>8</u>	<u>1</u>	Участие в соревнованиях	
	ИТОГО	<u>80</u>	<u>16</u>		

ГИМНАСТИКА Юноши I курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема занятия	Учебно-наглядные пособия
		о\ф	з\ф		
1	1.1	<u>2</u>	<u>1</u>	Комплексы ритмической гимнастики разносторонней направленности (для всех частей тела)	Показ упр. Метод. пособие
2	1.1	<u>6</u>	<u>1</u>	Хореографическая подготовка (упражнения у опоры, на середине, прыжки, повороты, равновесия).	Показ упр. Метод. пособие
3	1.1	<u>6</u>	<u>1</u>	Опорный прыжок. Фазы опорного прыжка. Спортивные опорные прыжки квалификационной программы категории «Б».	Показ упр. Метод. пособие
4	1.1	<u>11</u>	<u>1</u>	Упражнения на параллельных брусьях. Висы, упоры, размахивания (в упоре, в упоре на руках), перемахи, подъемы, опускания и спады, повороты, обороты, стойки, соскоки. Элементы и соединения 3-го разрядов квалификационной программы категории «Б». Обязательная комбинация.	Показ упр. Метод. пособие
5	1.1	<u>10</u>	<u>1</u>	Упражнения на перекладине. Висы, упоры, размахивания (в упоре, в упоре на руках), перемахи, подъемы, опускания и спады, повороты, обороты, соскоки. Элементы и соединения 3-го разрядов квалификационной программы категории «Б».	Показ упр. Метод. пособие
6	1.1	<u>5</u>	<u>1</u>	Упражнения на коне с ручками. Размахивания в упоре, в упоре сзади, в упоре ноги врозь. Перемахи вперед и назад одноименные из упора и упора ноги врозь. Круги одной из упора одноименные. Соскок перемахом.	Показ упр. Метод. пособие
7	1.1	<u>3</u>	<u>1</u>	Упражнения на кольцах. Размахивания, подъем силой, опускание вперед, спад назад из упора в вис согнувшись	Метод. пособие
8	1.1	<u>6</u>	<u>1</u>	Вольные упражнения. Прыжки, равновесия, силовые элементы. Соединения обязательной и произвольной комбинации.	Показ упр. Метод. пособие

9	1.1	<u>12</u>	<u>2</u>	Акробатическая подготовка. Перекаты, кувырки, мосты, стойки, перевороты, шпагаты.	Показ упр. Метод. пособие
10	1.1	<u>8</u>	<u>1</u>	Лазанье по канату в простом вися, в вися углом. Приседание на правой и левой ноге с опорой и без. Прыжки на скакалке. Прыжки на скамейку, через скамейку, со скамейки с последующим отталкиванием. Сгибание и разгибание рук в упоре. Подтягивание из виса. Разгибание туловища из положения лежа на животе, руки за головой. Сгибание и разгибание туловища из положения лежа на спине. Упор углом.	
11	1.1	<u>9</u>	<u>1</u>	Специальная физическая подготовка. Спичаки из упора стоя ноги врозь согнувшись. Упражнения для совершенствования чувства равновесия, умения ориентироваться в пространстве, повышения устойчивости вестибулярного аппарата, точности и координации движений.	
12	1.1	<u>2</u>	<u>4</u>	Участие в соревнованиях	
	ИТОГО	<u>80</u>	<u>16</u>		

ГИМНАСТИКА
Юноши II курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема занятия	Учебно-наглядные пособия
		о\ф	з\ф		
1	1.2	2	1	Строевые упражнения	
2	1.2	<u>6</u>	<u>1</u>	Упражнения у опоры, на середине, прыжки, повороты, равновесия	Показ упр. Метод. пособие
3	1.2	<u>6</u>	<u>1</u>	Опорный прыжок. Спортивные опорные прыжки квалификационной программы категории «Б».	Показ упр. Метод. пособие
4	1.2	11	<u>1</u>	Упражнения на параллельных брусьях. Размахивания (в упоре, в упоре на руках), перемахи, подъемы, опускания испады, повороты, обороты, стойки, соскоки. Элементы и соединения 3-го–2-го разрядов квалификационной программы категории «Б». Обязательная комбинация. Произвольная комбинация.	Показ упр. Метод. Показ упр.

5	1.2	<u>10</u>	<u>1</u>	Упражнения на перекладине. Размахивания (в упоре, в висе), подъемы, опускания и спады, повороты, обороты, соскоки. Элементы и соединения 3-го 2-го разрядов квалификационной программы категории «Б». Обязательная комбинация. Произвольная комбинация.	Показ упр. Метод. пособие
6	1.2	<u>5</u>	<u>1</u>	Упражнения на коне с ручками Размахивания в упоре, в упоре сзади, в упоре ноги врозь. Перемахи вперед и назад одноименные из упора и упора ноги врозь. Круги одной из упора одноименные. Соскок перемахом. Соединения из комбинации 3-го–2-го разрядов квалификационной программы категории «Б».	Показ упр. Метод. пособие
7	1.2	<u>6</u>	<u>1</u>	Вольные упражнения. Соединения обязательной и произвольной комбинации	Показ упр. Метод. пособие
9	1.2	<u>12</u>	<u>1</u>	Акробатическая подготовка. Кувырки, стойки, перевороты (медленные и темповые), сальто, шпагаты.	
10	1.2	<u>8</u>	<u>1</u>	Лазанье по канату в висе углом. Приседание на двух с отягощениями. Прыжки в длину с места, прыжки из приседа., прыжки со сгибанием ног вперед. Сгибание и разгибание рук в упоре. Подтягивание из виса. Разгибание туловища из положения лежа на животе, руки за головой. Сгибание и разгибание туловища из положения лежа на спине. Поднимание ног из виса до касания. Упор углом.	Показ упр. Метод. пособие
11	1.2	<u>9</u>	<u>1</u>	Специальная физическая подготовка. Спичаки из упора стоя ноги врозь согнувшись. Горизонтальные висы спереди и сзади. Упражнения для совершенствования чувства равновесия, умения ориентироваться в пространстве, повышения устойчивости вестибулярного аппарата, точности и координации движений	Показ упр. Метод. пособие
12	1.2	<u>2</u>	<u>1</u>	Участие в соревнованиях	Показ упр. Метод. пособие
	ИТОГО	<u>80</u>	<u>12</u>		
ГИМНАСТИКА Юноши III курс					
1	1.3	5	1	Хореография (упражнения у опоры, на середине, прыжки, повороты, равновесия).	
2	1.3	<u>6</u>	<u>1</u>	Опорный прыжок. Спортивные опорные прыжки квалификационной программы категории «Б».	Показ упр. Метод. пособие
	1.3			Упражнения на параллельных брусьях. Размахивания (в упоре, в упоре наруках),	

3		<u>6</u>	<u>1</u>	перемахи, подъемы, опускания испады, повороты, обороты, стойки, соскоки. Элементы и соединения 2-го–1-го разрядов квалификационной программы категории «Б». Обязательная комбинация. Произвольная комбинация.	Показ упр. Метод. пособие
4	1.3		<u>1</u>	Упражнения на перекладине. Размахивания (в упоре, в висе), подъемы, опускания и спады, повороты, обороты, соскоки. Элементы и соединения 2-го–1-го разрядов квалификационной программы категории «Б». Обязательная комбинация. Произвольная комбинация.	Показ упр. Метод. пособие
5	1.3	<u>10</u>	<u>1</u>	Упражнения на коне с ручками Размахивания в упоре, в упоре сзади, в упоре ноги врозь. Перемахи вперед и назад одноименные из упора и упора ноги врозь. Круги одной из упора одноименные. Соскок перемахом. Соединения из комбинации 2-го–1-го разрядов квалификационной программы категории «Б».	Показ упр. Метод. пособие
6	1.3	<u>2</u>	<u>1</u>	Упражнения на кольцах. Размахивания, подъем силой, опускание вперед, спад назад из упора в вис согнувшись, выкрут, соскок переворотом	Показ упр. Метод. пособие
7	1.3	<u>5</u>	<u>1</u>	Вольные упражнения. Соединения обязательной и произвольной комбинации.	Показ упр. Метод. пособие
8	1.3	<u>8</u>	<u>3</u>	Акробатическая подготовка. Кувырки, стойки, перевороты (медленные и темповые), сальто, шпагаты.	Показ упр. Метод. пособие
9	1.3	<u>9</u>	<u>2</u>	Общая физическая подготовка Лазанье по канату в висе углом. Приседание на двух с отягощениями. Прыжки в длину с места, прыжки из приседа., прыжки со сгибанием ног вперед. Сгибание и разгибание рук в упоре. Подтягивание из виса. Разгибание туловища из положения лежа на животе, руки за головой. Сгибание и разгибание туловища из положения лежа на спине. Поднимание ног из виса до касания. Упор углом.	Показ упр. Метод. пособие
10	1.3	<u>13</u>	<u>2</u>	Специальная физическая подготовка. Спичаки из упора стоя ноги врозь согнувшись. Горизонтальные висы спереди и сзади. Упражнения для совершенствования чувства равновесия, умения ориентироваться в пространстве, повышения устойчивости вестибулярного аппарата, точности и координации движений.	Показ упр. Метод. пособие
11	1.3	<u>8</u>	<u>2</u>	Участие в соревнованиях	
	ИТОГО	<u>80</u>	<u>16</u>		

ГРЕБЛЯ

I курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема практического занятия	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	2.1	20	4	Структура и особенность техники гребли стиля Розенберга.	Показ упражнений
2	2.1	20	4	Структура и особенность техники гребли стиля Гринько.	Показ упражнений
3	2.1	20	4	Структура и особенность техники гребли стиля Адама.	Показ упражнений
4	2.1	20	4	Структура и особенность техники гребли стиля ГДР.	Показ упражнений
ИТОГО		80	16		

II курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема практического занятия	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	2.2	20	3	Равномерная гребля на длинные дистанции.	Показ упражнений
2	2.2	20	3	Переменно-техническая гребля.	Показ упражнений
3	2.2	20	3	Техническая гребля по элементам.	Показ упражнений
4	2.2	20	3	Скоростно-силовая гребля.	Показ упражнений
ИТОГО		80	12		

III курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема практического занятия	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	2.3	20	4	Контрольно-переводные соревнования по гребле.	Показ упражнений
2	2.3	20	4	Учебная практика по обучению гребле и проведению учебно-тренировочного занятия.	Показ упражнений
3	2.3	20	4	Специальные упражнения гребца на суше и на воде.	Показ упражнений
4	2.3	20	4	Методика проведения Подготовительной части УТЗ в группах начальной подготовки.	Показ упражнений
ИТОГО		80	16		

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

I курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема практического занятия	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	3.1	10	2	Техника выполнения общеразвивающих упражнений в различных видах л/а	Показ упражнений

2	3.1	10	2	Техника выполнения специальных и Подготовительных упражнений в различных видах легкой атлетики.	Показ упражнений
3	3.1	10	2	Техника согласованности движений в различных видах легкой атлетики.	
4	3.1	10	2	Методы выполнения тренировочных заданий; равномерный, повторный, переменный, интервальный, круговой.	Показ упражнений
5	3.1	10	2	Игры в процессе овладения и совершенствования навыков.	Показ упражнений
6	3.1	10	2	Игры в процессе овладения и совершенствования навыков.	Показ упражнений
7	3.1	10	2	Контроль ОФП и СФП.	
8	3.1	10	2	Участие в соревнованиях	
	ИТОГО	80	16		

II курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема практического занятия	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	3.2	8	1	Технология совершенствования Технических техники различных видов легкой атлетики.	Показ упражнений
2	3.2	8	1	Методика воспитания скоростных качеств в различных видах легкой атлетики.	Показ упражнений
3	3.2	8	1	Методика развития координационных способностей легкоатлетов на различных этапах подготовки.	
4	3.2	8	1	Методика проведения УТЗ в группах начальной подготовки 1-3 годов обучения.	Показ упражнений
5	3.2	8	1	Методика проведения УТЗ в учебно-тренировочных группах 1-2 годов обучения.	Показ упражнений
6	3.2	8	1	Методика проведения УТЗ в учебно-Тренировочных группах 3 года обучения.	Показ упражнений
7	3.2	8	1	Методика организации контроля и самоконтроля тренировочных нагрузок на различных этапах подготовки.	Показ упражнений
8	3.2	8	1	Организация системы отбора для занятий легкой атлетикой: виды и Методы отбора, процедура проведения.	
9	3.2	8	2	Участие в соревнованиях. Организация и проведение соревнований легкой атлетике: положение о соревнованиях, судейство.	
10	3.2	8	2	Контроль ОФП и СФП	
	ИТОГО	80	12		

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

III курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема практического занятия	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	3.3	10	2	Методика обучения технике легкоатлетических видов в зависимости от этапа многолетней подготовки	Показ упражнений
2	3.3	10	2	Совершенствование техники легкоатлетических видов.	Показ упражнений
3	3.3	10	2	Методика специальной физической подготовки на этапе спортивного совершенствования.	
4	3.3	10	2	Планирование тренировочной нагрузки в зависимости от задач этапа подготовки и результатов текущего контроля.	Показ упражнений
5	3.3	20	4	Контроль ОФП и СФП.	Показ упражнений
6	3.3	20	4	Участие в соревнованиях, подтверждение или выполнение III разряда	Показ упражнений
ИТОГО		80	16		

БАСКЕТБОЛ

I курс

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема занятия	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	4.1	4	0,5	Методика обучения базовым стойкам и перемещениям. Разновидности ходьбы и бега. Функции игроков в зонах.	практикум
2	4.1	4	0,5	Методика развития специальной силы. Методика обучения технике передвижения в защитной стойке, остановки (шагом, прыжком), повороты, прыжки	практикум
3	4.1	4	0,5	Совершенствование техники обучения технике передач мяча с места и в движении. Методика обучения ее разновидностям.	практикум
4	4.1	4	0,5	Методика развития специальной быстроты. Методика обучения технике ведения мяча в баскетболе на месте и в движении. Финты.	практикум
5	4.1	4	1	Совершенствование техники финтов. Методика обучения ее разновидностям.	практикум

6	4.1	4	1	Методика развития специальной ловкости. Методика обучения технике бросков мяча в корзину – техника броска одной рукой, бросок мяча в корзину в движении (с двух шагов и в прыжке).	практикум
7	4.1	4	1	Методика обучения технике штрафного броска.	практикум
8	4.1	4	1	Методика развития прыжковой выносливости. Методика обучения технике выполнения трехочкового броска в корзину.	практикум
9	4.1	4	1	Методика проведения подготовительной части УТЗ в группах НП.	практикум
10	4.1	4	1	Технология дальнейшего обучения технике перемещений – стойки и передвижения в защитной стойке, остановки (шагом, прыжком), повороты, прыжки.	практикум
11	4.1	4	1	Структура изучения техники – начальный этап изучения приема. Технология обучения технике передач мяча.	практикум
12	4.1	4	1	Технология обучения технике ведения мяча в баскетболе. Финты.	практикум
13	4.1	4	1	Технология обучения технике бросков мяча в корзину – техника броска одной рукой, бросок мяча в корзину в движении (с двух шагов и в прыжке). Штрафные броски.	практикум
14	4.1	4	1	Сочетание изученных приемов на этапе начального разучивания и закрепления приема. Усложнение условий выполнения технического приема.	практикум
15	4.1	4	1	Технология обучения технике защиты: накрывание, выбивание, перехват, вырывание мяча.	практикум
16	4.1	6	1	Методика развития скоростно-силовых качеств на начальном этапе подготовки баскетболистов.	практикум
17	4.1	6	1	Методика воспитания гибкости. Применение упражнений стрейчинга в разминке.	практикум
18	4.1	8	1	Методика проведения подготовительной части УТЗ по баскетболу в группах НП, с учащимися СДЮШОР.	практикум
	ИТОГО	80	16		

БАСКЕТБОЛ**II курс**

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема занятия	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	4.2	4	0,5	Технология обучения технике перемещений – стойки и передвижения в защитной стойке, остановки (шагом, прыжком), повороты, прыжки.	практикум
2	4.2	4	0,5	Технология обучения индивидуальным тактическим действиям в нападении. Обучение тактике на начальном этапе подготовки.	практикум
3	4.2	4	0,5	Технология обучения индивидуальным тактическим действиям в защите на начальном этапе подготовки.	практикум
4	4.2	4	0,5	Специальная физическая подготовка на начальном этапе. Подвижные игры как средство физической подготовки.	практикум
5	4.2	4	0,5	Методика развития силовых способностей баскетболистов на начальном этапе подготовки.	практикум
6	4.2	4	0,5	Методика развития выносливости (общей и специальной) на УТЗ по баскетболу в группах НП	практикум
7	4.2	4	0,5	Интегральная подготовка – игровые упражнения 1х1, 2х2, 3х3.	практикум
8	4.2	4	0,5	Методика проведения УТЗ по баскетболу в группах НП, с учащимися СДЮШОР.	практикум
9	4.2	4	0,5	Контроль ОФП и СФП.	практикум
10	4.2	4	0,5	Участие в соревнованиях	практикум
11	4.2	4	0,5	Технология совершенствования технических навыков в сочетании различных приемов и финтов.	практикум
12	4.2	4	0,5	Технология совершенствования индивид. технико-тактических действий в нападении и защите (подвижные игры и игровые упражнения 1х1).	практикум
13	4.2	4	0,5	Методика развития координационных способностей баскетболистов на различных этапах подготовки.	практикум
14	4.2	4	0,5	Технология обучения групповым взаимодействиям в нападении в 2-х: заслоны, отдай мяч и выходи, двойка.	практикум
15	4.2	4	0,5	Технология обучения групповым взаимодействиям в нападении в 3-х: малая восьмерка, треугольник, тройка.	практикум
16	4.2	4	0,5	Технология обучения групповым взаимодействиям в защите: проскальзывание, переключение.	практикум

17	4.2	4	1	Технология совершенствования индивидуальных и групповых взаимодействий в нападении и защите: игровые упражнения 1x1,1x2,2x2.	практикум
18	4.2	4	1	Технология обучения командным взаимодействиям в нападении при организации быстрого прорыва: начло, развертывание и завершение комбинации.	практикум
19	4.2	4	1	Технология обучения командным взаимодействиям при организации позиционного нападения: 1-3-1, 2-3.	практикум
20	4.2	4	1	Участие в соревнованиях. Организация и проведение соревнований: положение о соревнованиях, судейство.	практикум
ИТОГО		80	12		

БАСКЕТБОЛ III курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема занятия	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	4.3	4	0,5	Силовая подготовка баскетболистов групп УТ, с учащимися СДЮШОР.	практикум
2	4.3	4	0,5	Технология совершенствования индивидуальных и групповых взаимодействий в нападении и защите: игровые упражнения 1x1,1x2,2x2.	практикум
3	4.3	4	0,5	Технология обучения командным взаимодействиям в нападении при организации быстрого прорыва: начло, развертывание и завершение комбинации.	практикум
4	4.3	4	0,5	Технология обучения командным взаимодействиям при организации позиционного нападения: 1-3-1, 2-3.	практикум
5	4.3	4	0,5	Организация системы отбора на этапе специализации: комплектование команды, определение игровых амплуа.	практикум
6	4.3	4	0,5	Методика проведения УТЗ по баскетболу в группах УТ, с учащимися СДЮШОР.	практикум
7	4.3	4	1	Методика организации контроля и самоконтроля тренировочных нагрузок на различных этапах подготовки (НП; УТ; СС).	практикум
8	4.3	4	1	Интегральная подготовка – учебные игры.	практикум
9	4.3	4	1	Участие в соревнованиях, подтверждение или выполнение 3-го разряда по баскетболу. Методика судейства.	практикум
10	4.3	4	1	Контроль ТТП и СФП	практикум

11	4.3	4	1	Методика специальной физической подготовки у баскетболистов УТ.	практикум
12	4.3	4	1	Методика проведения УТЗ по баскетболу в группах СС, с учащимися СДЮШОР.	практикум
13	4.3	4	1	Интегральная подготовка. Учебная игра	практикум
14	4.3	4	1	Интегральная подготовка: интегративные упражнения СФП + техника, техника+тактика.	Практикум
15	4.3	4	1	Управление командой в ходе соревнований.	Практикум
16	4.3	4	1	Научно-исследовательская работа: тестирование и анализ результатов	практикум
17	4.3	4	1	Интегральная подготовка. Учебная игра	практикум
18	4.3	6	1	Участие в соревнованиях, технология судейства	практикум
19	4.3	6	1	Планирование тренировочной нагрузки в зависимости от задач этапа подготовки и результатов текущего контроля.	Практикум
	ИТОГО	80	16		

**БОКС
1 курс**

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема занятия	Учебно-наглядные пособия
		о\ф	з\ф		
1	5.1	4	1	Передвижение в стойки. В перед. Назад. В право. В лево.	Показ упр.
2	5.1	4	1	Специальные упражнения в парах. Петнашки руками. Петнашки ногами. Приседания стоя спина к спине. Проваливание партнера с ударом в сторону.	Показ упр.
3	5.1	8	1	Отработка прямых, боковых и ударов снизу на мешке.	Показ упр.
4	5.1	8	1	Одиночные удары. Прямой, боковой и удар снизу, левой и правой рукой.	Показ упр.
5	5.1	8	1	Упражнение со штангой: Выброс штанги в верх. Выброс штанги в перед. Прыжки с грифом.	Показ упр.
6	5.1	8	1	Упражнения на реакцию. Имитация прямых, боковых и ударов снизу. Защита от ударов.	Показ упр.

7	5.1	<u>8</u>	<u>1</u>	Упражнения на выносливость. Работа на мешке. Работа с мячом и бой с тенью. Работа на скакалке.	Показ упр.
8	5.1	<u>2</u>	<u>1</u>	Упражнения на снарядах. Отработка прямых ударов левой и правой рукой. Отработка ударов снизу левой и правой рукой. Отработка боковых ударов левой и правой рукой.	Показ упр.
9	5.1	<u>2</u>	<u>1</u>	Вольные упражнения в парах. Отработка прямых ударов левой и правой рукой. Отработка ударов снизу левой и правой рукой. Отработка боковых ударов левой и правой рукой. Нырки, уклоны, ускользания	Показ упр.
10	5.1	<u>8</u>	<u>1</u>	Тактическая подготовка. Передвижения в парах, имитационное нанесение прямых ударов. Уклоны от прямых ударов. Передвижения в парах, имитационное нанесение боковых ударов. Нырки от боковых ударов.	Показ упр. Показ упр.
11	5.1	<u>4</u>	<u>1</u>	Игры и эстафеты. Подвижные игры с набивным мячом.	Показ упр.
12	5.1	<u>4</u>	<u>1</u>	Общая физическая подготовка Прыжки на скакалке. Прыжки на скамейку, через скамейку, со скамейки с последующим отталкиванием. Сгибание и разгибание рук в упоре. Подтягивание из виса. Разгибание туловища из положения лежа на животе, руки за головой. Сгибание и разгибание туловища лежа на спине. Бой с тенью с гантелями.	Показ упр.
13	5.1	<u>4</u>	<u>1</u>	Специальная физическая подготовка. Работа на мешках с интервалом интенсивных серии из 2-х ударной серии. Работа на мешках с интервалом интенсивных серии из 3-х ударной серии. Работа на мешках с интервалом интенсивных серии из 4-х ударной серии.	Показ упр.
14	5.1	<u>4</u>	<u>3</u>	Соревнования по боксу	
	ИТОГО	<u>80</u>	<u>16</u>		

БОКС
2 курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема занятия	Учебно-наглядные пособия
		о\ф	з\ф		
1	5.2	2	0,5	Мероприятия по технике безопасности.	
2	5.2	<u>8</u>	<u>1</u>	Защитные действия в ближнем бою. Блок. Подставка.Нырки. Уклоны. Ускользания.	Показ упр.
3	5.2	<u>8</u>	<u>1</u>	Специально-подготовительные упражнения боксёра. Упражнения в парах, имитация прямых, боковых и ударов снизу.	Показ упр.
4	5.2	8	<u>1</u>	Специальные упражнения в парах. Отработка 2-х,3-х ударных серий из боковых, прямых и ударов снизу.	Показ упр.
5	5.2	<u>8</u>	<u>1</u>	Финты и обманные действия на дальней дистанций. Передвижение с сменой движения в лево, право, вперед, назад.	Показ упр.
6	5.2	<u>8</u>	<u>1</u>	Комбинаций из двух и трёх ударных серий на снарядах. Резина. Гантели.Мешок.	Показ упр.
7	5.2	<u>8</u>	<u>1</u>	Совершенствование техники специальных упражнений в паре (дальнейшее обучение встречных ударов и ударов по корпусу).	Показ упр.
8	5.2	<u>4</u>	<u>1</u>	Совершенствование техники специальных упражнений в паре (дальнейшее обучение ударов снизу и боковых ударов).	Показ упр.
9	5.2	<u>4</u>	<u>1</u>	Учебно-тренировочный спарринг.	Показ упр.
10	5.2	<u>8</u>	<u>1</u>	Упражнение на скорость. Работа на мешке спурт 15 секунд. Работа на мешке спурт 10 секунд.Работа на мешке спурт 5 секунд	Показ упр. Показ упр.
11	5.2	<u>4</u>	<u>0,5</u>	Общая физическая подготовка.. Круговая тренировка:	Показ упр.
12	5.2	<u>4</u>	<u>1</u>	Специальная физическая подготовка. Собираение набивного мяча. Выбрасывание набивного мяча с последующей 2-х ударной серий.	Показ упр.
13	5.2	<u>6</u>	<u>1</u>	Участие в соревнованиях	Показ упр.
	ИТОГО	<u>80</u>	<u>12</u>		

БОКС
III курс

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема занятия	Учебно-наглядные пособия
		о\ф	з\ф		
1	5.3	6	1	Упражнения на снарядах. Резина. Скакалка. Гантели. Мешок.	
2	5.3	6	1	Отработка выхода из атаки. Выход из атаки с помощью нырка. Выход из атаки с помощью уклона. Выход из атаки с помощью ускользания.	Показ упр.
3	5.3	6	1	Упражнения в паре на чувства дистанций. Передвижение вперед, назад, в право и влево соблюдая дистанцию между партнером. Условный вольный бои с касанием переднего плеча. Условный вольный бои с касанием переднего колена.	Показ упр.
4	5.3	6	1	Упражнения с гантелями и набивным мячом. Прямые удары с гантелями. Боковые удары с гантелями. Удары снизу с гантелями. Выброс набивного мяча с последующей 2-х ударной серии из прямых ударов. Выброс набивного мяча с последующей 3-х ударной серии из прямых ударов.	Показ упр.
5	5.3	6	1	Упражнения в парах на реакцию. Уклоны в право и влево. Нырки вправо и влево. Ускользания вправо и влево. Уход за спину вправо и влево.	Показ упр.
6	5.3	6	1	Упражнения на мешке. Отработка сильных одиночных ударов снизу, прямых и боковых ударов.	Показ упр.
7	5.3	6	1	Вольные упражнения в парах. Отработка 2-х и 4-х ударной серии из прямых, боковых и ударов снизу.	Показ упр.
8	5.3	6	1	Техническая подготовка. Вход в атаку после уклона. Вход в атаку после нырка. Вход в атаку после ускользания. Вход в атаку после обманных действий.	Показ упр.
9	5.3	6	1	Техническая подготовка. Встречные удары через руку. Встречные удары по корпусу. Ответные прямые удары. Ответные боковые удары.	Показ упр.
10	5.3	6	1	Передвижение по рингу. Вперёд, назад, в лево, в право.	Показ упр. Показ упр.

11	5.3	<u>6</u>	<u>1</u>	Общая физическая подготовка Бег с высоким подниманием бедра.Пресс. Отжимание. Потягивание. Брусья.	Показ упр.
12	5.3	<u>8</u>	<u>1</u>	Специальная физическая подготовка. Мешки. Гантели.Резина. Борьба.	Показ упр.
13	5.3	<u>6</u>	<u>4</u>	Участие в соревнованиях	
	ИТОГО	<u>80</u>	<u>16</u>		

БОРЬБА

1 курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема занятия	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	6.1	40	8	Обще-подготовительные упражнения борца	Показ упражнений
2	6.1	40	8	Специально-подготовительные упражнения борца	Показ упражнений
	ИТОГО	80	16		

БОРЬБА 2 курс

1	6.2	40	6	Технико-тактические действия в защите	Показ упражнений
2	6.2	40	6	Технико-тактические действия в нападении	Показ упражнений
	ИТОГО	80	12		

БОРЬБА 3 курс

1	6.3	40	8	Общая физическая подготовка борца. Спарринги.	Показ упражнений
2	6.4	40	8	Специальная физическая подготовка борца. Спарринги.	Показ упражнений

ВОЛЕЙБОЛ

I курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема практического занятия	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	7.1	4	0,5	Методика обучения базовым стойкам и перемещениям. Разновидности ходьбы и бега. Функции игроков в зонах.	Практикум
2	7.1	4	0,5	Методика развития специальной силы. Методика обучения технике передачи двумя руками сверху.	Практикум
3	7.1	4	0,5	Совершенствование техники передачи двумя руками сверху. Методика обучения ее разновидностям.	Практикум

4	7.1	4	0,5	Методика развития специальной быстроты. Методика обучения техникепередачи двумя руками снизу.	Практикум
5	7.1	4	0,5	Совершенствование техники передачи двумя руками снизу. Методика обучения ее разновидностям.	Практикум
6	7.1	4	0,5	Методика развития специальной ловкости. Методика обучения технике подачи мяча и ее разновидностям.	Практикум
7	7.1	2	0,5	Методика обучения технике приема мяча.	Практикум
8	7.1	4	0,5	Методика развития прыжковой выносливости. Методика обучения технике выполнения прямого нападающего удара.	Практикум
9	7.1	2	0,5	Методика проведения подготовительной части УТЗ в группах НП.	Практикум
10	7.1	8	3,5	Участие в соревнованиях.	Практикум
11	7.1	4	0,5	Совершенствование техники прямого нападающего удара. Методика обученияего разновидностям.	Практикум
12	7.1	4	0,5	Методика развития скоростной выносливости. Методика обучения блокированию.	Практикум
13	7.1	4	0,5	Совершенствование техники блокирования. Методика обучения его разновидностям.	Практикум
14	7.1	4	0,5	Методика развития скоростно-силовых качеств. Индивидуальные действия игрока при выполнении передач сверху.	Практикум
15	7.1	4	0,5	Методика развития скоростных способностей. Индивидуальные действия игрока при выполнении передач снизу.	Практикум
16	7.1	4	1	Индивидуальные действия игрока при выполнении подач и приема снизу.	Практикум
17	7.1	4	1	Методика воспитания гибкости. Индивидуальные действия игрока при выполнении нападающих ударов.	Практикум
18	7.1	4	1	СФП. Индивидуальные действия игрока при выполнении блокирования.	Практикум
19	7.1	2	0,5	Интегральная подготовка. Учебная игра.	Практикум
20	7.1	2	0,5	Подвижные игры как средство физической подготовки. Учебная игра.	Практикум
21	7.1	2	0,5	Методика проведения УТЗ в группах НП.	Практикум
22	7.1	2	1	Контроль ОФП и СФП.	Практикум
	ИТОГО	80	16		

ВОЛЕЙБОЛ
II курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема занятия	Учебно- наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	7.2	4	0,5	Методика совершенствования специальной силы. Методика совершенствования технических навыков.	Практикум
2	7.2	2	-	Методика совершенствования технических навыков на точность.	Практикум
3	7.2	4	0,5	Методика совершенствования специальной быстроты. Методика совершенствования индивидуальных технико-тактических действий в нападении.	Практикум
4	7.2	4	0,5	Методика совершенствования специальной ловкости. Методика совершенствования индивидуальных технико-тактических действий в защите.	Практикум
5	7.2	2	0,5	Интегральная подготовка. Учебная игра.	Практикум
6	7.2	4	0,5	Методика обучения групповым взаимодействиям в нападении. Взаимодействия игроков передней линии.	Практикум
7	7.2	4	0,5	Методика совершенствования прыжковой выносливости. Методика обучения групповым взаимодействиям в защите.	Практикум
8	7.2	2	0,5	Интегральная подготовка. Учебная игра.	Практикум
9	7.2	4	0,5	Методика обучения систем игры в нападении со второй передачи через игрока передней линии.	Практикум
10	7.2	2	0,5	Методика проведения подготовительной части УТЗ в группах УТ.	Практикум
11	7.2	8	2	Участие в соревнованиях. Организация и проведение соревнований.	Практикум
12	7.2	4	0,5	Методика обучения систем игры в нападении со второй передачи через выходящего игрока задней линии.	Практикум
13	7.2	2	0,5	Интегральная подготовка. Учебная игра.	Практикум
14	7.2	4	0,5	Методика обучения систем игры в защите при страховке игроком передней линии.	Практикум
15	7.2	4	0,5	Методика обучения систем игры в защите при страховке игроком задней линии.	Практикум
16	7.2	2	0,5	Интегральная подготовка. Учебная игра.	Практикум

17	7.2	4	-	Методика совершенствования скоростной выносливости. Методика обучения выхода на двойной блок.	Практикум
18	7.2	4	0,5	Методика обучения и совершенствования технической подготовки игроков «либеро».	Практикум
19	7.2	2	0,5	Интегральная подготовка. Учебная игра.	Практикум
20	7.2	4	0,5	Методика совершенствования индивидуальных и групповых взаимодействий в нападении.	Практикум
21	7.2	4	0,5	Методика совершенствования индивидуальных и групповых взаимодействий в защите.	Практикум
22	7.2	2	0,5	Интегральная подготовка. Учебная игра.	Практикум
23	7.2	2	0,5	Методика проведения УТЗ в группах УТ.	Практикум
24	7.2	2	1	Контроль ТТП и СФП.	Практикум
	ИТОГО	80	12		

ВОЛЕЙБОЛ III курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема занятия	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	7.3	4	0,5	Методика совершенствования индивидуальных и групповых взаимодействий в нападении.	Практикум
2	7.3	4	0,5	Методика совершенствования индивидуальных и групповых взаимодействий в защите.	Практикум
3	7.3	2	0,5	Интегральная подготовка. Учебная игра.	Практикум
4	7.3	4	0,5	Методика обучения и совершенствования тактическим расстановкам.	Практикум
5	7.3	2	0,5	Интегральная подготовка. Учебная игра.	Практикум
6	7.3	4	0,5	Методика совершенствования командных взаимодействий в нападении через игрока передней линии.	Практикум
7	7.3	4	0,5	Методика совершенствования командных взаимодействий в нападении через игрока задней линии.	Практикум
8	7.3	4	0,5	Методика совершенствования командных взаимодействий в защите при страховке игроков передней линии.	Практикум
9	7.3	2	0,5	Методика проведения подготовительной части УТЗ в группах СС и ВСМ.	Практикум
10	7.3	2	1	Контроль ТТП и СФП.	Практикум

11	7.3	8	2,5	Участие в соревнованиях, подтверждение или выполнение III разряда. Методика судейства.	Практикум
12	7.3	4	0,5	Методика совершенствования командных взаимодействий в защите при страховке игроков задней линии.	Практикум
13	7.3	2	0,5	Интегральная подготовка. Учебная игра.	Практикум
14	7.3	4	0,5	Методика обучения командным взаимодействиям при организации атаки.	Практикум
15	7.3	4	0,5	Методика обучения командным взаимодействиям при организации контратаки.	Практикум
16	7.3	2	0,5	Интегральная подготовка. Учебная игра.	Практикум
17	7.3	4	0,5	Методика обучения командным взаимодействиям в защите против атаки противника.	Практикум
18	7.3	4	0,5	Методика обучения командным взаимодействиям в защите против контратаки противника.	Практикум
19	7.3	2	0,5	Интегральная подготовка. Учебная игра.	Практикум
20	7.3	4	1	Методика обучения и совершенствования тактическим расстановкам.	Практикум
21	7.3	4	1	Интегральная подготовка: интегрированные упражнения СФП+техника; техника+тактика.	Практикум
22	7.3	2	0,5	Методика проведения УТЗ в группах СС и ВСМ.	Практикум
23	7.3	4	1	Научно-исследовательская работа: тестирование и анализ результатов.	Практикум
	ИТОГО	80	16		

ПЛАВАНИЕ

1 курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лабораторного занятия	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	8.1	2	0,5	Техника выполнения общеразвивающих и подготовительных упражнений	УМК
2	8.1	2	0,5	Специальные упражнения пловца	УМК
3	8.1	2	0,5	Статическое плавание. Показатели равновесия тела в воде.	УМК
4	8.1	2	0,5	Динамическое плавание Характеристики движений.	УМК
5	8.1	8	1	Основы техники плавания способом кроль на спине.	УМК

6	8.1	8	1	Основы техники плавания способом брасс.	УМК
7	8.1	6	1	Основы техники плавания способом кроль на груди.	УМК
8	8.1	4	1	Основы техники плавания способом дельфин.	УМК
9	8.1	4	1	Специальная силовая подготовка пловца на суше и в воде	УМК
10	8.1	4	1	Специальные упражнения пловца для профилактики травм	УМК
11	8.1	4	1	Основы техники стартового прыжка и старта из воды. Фазы выполнения.	УМК
12	8.1	4	1	Основы техники выполнения поворота «кувырком» и «маятник». Фазы выполнения поворота.	УМК
13	8.1	8	1	Методика обучения технике спортивных способов плавания	УМК
14	8.1	4	1	Методика обучения технике стартов	УМК
15	8.1	4	1	Методика обучения технике поворотов.	УМК
16	8.1	6	1	Общая и специальная физическая подготовка	УМК
17	8.1	2	1	Игровая и прыжковая подготовка пловца	УМК
18	8.1	6	1	Участие в соревнованиях	УМК
ИТОГО		80	16		

2 курс

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лабораторного занятия	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	8.2	4	0,5	Особенности задач, содержания и методики тренировки на отдельных этапах.	УМК
2	8.2	8		Техника плавания способом кроль на спине.	УМК
3	8.2	8	1	Техника плавания способом брасс.	УМК
4	8.2	8	1	Техника плавания способом кроль на груди.	УМК
5	8.2	8	1	Техника плавания способом дельфин.	УМК
6	8.2	4	1	Техника стартового прыжка и старта из воды. Фазы выполнения.	УМК
7	8.2	4	1	Техника выполнения поворота «кувырком» и «маятник». Фазы выполнения поворота.	УМК
8	8.2	4	0,5	Морфо-функциональные и гидродинамические показатели пловцов	УМК
9	8.2	6	0,5	Анатомические и физиологические особенности движений пловца	УМК
10	8.2	6	1	Методика начального обучения плаванию	УМК
11	8.2	6	1	Методика обучения плаванию людей различного возраста	УМК

12	8.2	4	1	Организация соревнований по плаванию среди детей, школьников и студентов	УМК
13	8.2	6	1	Участие в соревнованиях	УМК
14	8.2	4	0,5	Особенности физической подготовки пловцов	УМК
ИТОГО		80	12		

ПЛАВАНИЕ

3 курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема лабораторного занятия	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	8.3	12	1	Особенности задач, содержания и методики тренировки на отдельных этапах.	УМК
2	8.3	2	1	Контроль соревновательных и тренировочных нагрузок в плавании.	УМК
3	8.3	6	4	Методика обучения технике спортивных способов плавания	УМК
4	8.3	6	1	Методика обучения технике стартов	УМК
5	8.3	6	1	Методика обучения технике поворотов	УМК
6	8.3	4	1	Работоспособность в плавании и средства ее восстановления	УМК
7	8.3	4	2	Организация соревнований по плаванию среди детей, школьников и студентов	УМК
8	8.3	6	1	Особенности многолетней подготовки пловцов.	УМК
9	8.3	10	1	Методика обучения плаванию людей различного возраста	УМК
10	8.3	10	1	Технология физической подготовки пловцов.	УМК
11	8.3	2	1	Врачебный контроль и самоконтроль на занятиях по плаванию. Предупреждение травм.	УМК
12	8.3	4		Контрольно-технические нормативы в плавании	УМК
13	8.3	6	1	Участие в соревнованиях	
ИТОГО		80	16		

ФУТБОЛ

1 курс

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема занятия	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	9.1	4	0,5	Технология обучения перемещения на поле, перемещения с мячом и без мяча.	УМК
2	9.1	4	0,5	Технология обучения технике передач и остановки мяча. Передачи с места и в движении. Остановка мяча подошвой и внутренней частью стопы.	УМК
3	9.1	4	0,5	Технология обучения технике ведения мяча. Финты.	УМК
4	9.1	4	0,5	Технология обучения технике ударов по воротам – удар с места, в движении, в одно касание. Штрафные удары.	УМК

5	9.1	4	0,5	Технология обучения действиям вратаря. Взаимодействие вратаря с полевыми игроками.	УМК
6	9.1	4	0,5	Технология обучения технике защиты: отбор мяча, перехват, силовая борьба.	УМК
7	9.1	4	0,5	Методика развития скоростных способностей: быстроты движений и перемещения на начальном этапе подготовки.	УМК
8	9.1	4	0,5	Методика развития скоростно-силовых качеств на начальном этапе подготовки футболистов.	УМК
9	9.1	4	0,5	Методика развития скоростно-силовой выносливости.	УМК
10	9.1	4	0,5	Методика проведения подготовительной части УТЗ в группах начальной подготовки.	УМК
11	9.1	4	0,5	Участие в соревнованиях	УМК
12	9.1	4	0,5	Технология обучения игре корпусом и головой.	УМК
13	9.1	4	1	Технология обучения индивидуальным тактическим действиям в нападении. Обучение тактике на начальном этапе подготовки.	УМК
14	9.1	4	1	Технология обучения индивидуальным тактическим действиям в защите на начальном этапе подготовки.	УМК
15	9.1	4	1	Специальная физическая подготовка на начальном этапе. Подвижные игры как средство физической подготовки.	УМК
16	9.1	4	1	Методика развития силовых способностей футболистов на начальном этапе подготовки.	УМК
17	9.1	4	1	Методика развития выносливости (общей и специальной) на начальном этапе подготовки футболистов.	УМК
18	9.1	4	1	Методика проведения отбора для занятий футболом на начальном этапе подготовки.	УМК
19	9.1	2	1	Интегральная подготовка – игровые упражнения 1х1, 2х2, 3х3.	УМК
20	9.1	2	1	Методика проведения УТЗ в группах начальной подготовки.	УМК
21	9.1	2	1	Контроль ОФП и СФП.	УМК
22	9.1	2	1	Участие в соревнованиях	
	ИТОГО	80	16		

ФУТБОЛ

II курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема занятия	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	9.2	4	0,5	Технология совершенствования технических навыков в сочетании различных приемов и финтов.	УМК
2	9.2	4	0,5	Технология совершенствования индивид. ТТД в нападении и защите (подвижные игры и игровые упражнения 2x2, 2x3, 3x3).	УМК
3	9.2	4	0,5	Методика развития скоростных способностей на этапе углубленной специализации.	УМК
4	9.2	4	0,5	Методика воспитания скоростно-силовых качеств.	УМК
5	9.2	4	0,5	Методика развития координационных способностей футболистов на различных этапах подготовки.	УМК
6	9.2	4	0,5	Технология обучения групповым взаимодействиям в нападении: забегания, скрест, восьмерка.	УМК
7	9.2	4	0,5	Технология обучения групповым взаимодействиям в нападении при взаимодействии с вратарем.	УМК
8	9.2	4	0,5	Технология обучения групповым взаимодействиям в защите: передача игроков, подстраховка.	УМК
9	9.2	4	0,5	Технология совершенствования индивидуальных и групповых взаимодействий в нападении и защите: игровые упражнения.	УМК
10	9.2	4	0,5	Технология обучения командным взаимодействиям в нападении при организации контратаки: перехват мяча, отрыв и завершающий удар.	УМК
11	9.2	4	0,5	Технология обучения командным взаимодействиям при организации позиционного нападения.	УМК
12	9.2	4	0,5	Участие в соревнованиях. Организация и проведение соревнований: положение о соревнованиях, судейство.	УМК
13	9.2	4	0,5	Скоростно-силовая подготовка футболистов на этапе углубленной специализации.	УМК
14	9.2	4	0,5	Технология совершенствования индивидуальных и групповых взаимодействий в нападении и защите: держание и отбор мяча 1x2, 2x2, 3x2.	УМК

15	9.2	4	0,5	Технология обучения командным взаимодействиям в позиционном нападении.	УМК
16	9.2	4	0,5	Технология обучения командным взаимодействиям при организации позиционной защиты: персональная и зонная защита.	УМК
17	9.2	4	1	Организация системы отбора на этапе углубленной специализации: комплектование команды, определение игровых амплуа.	УМК
18	9.2	4	1	Методика проведения УТЗ в учебно-тренировочных группах 1-3 годов обучения.	УМК
19	9.2	4	1	Методика организации контроля и самоконтроля тренировочных нагрузок на различных этапах подготовки.	УМК
20	9.2	4	1	Интегральная подготовка – учебные игры.	УМК
Итого	80	12			

ФУТБОЛ III курс

№п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема занятия	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	9.3	4	0,5	Технология обучения и совершенствования индивидуальных действий в защите.	Показ упражнений
2	9.3	4	0,5	Технология обучения и совершенствования зонной системы защиты (2+2, 1+2+1, 3+1).	Показ упражнений
3	9.3	4	0,5	Технология обучения и совершенствования групповых взаимодействий в нападении: забегания, скрест, сброс мяча под удар.	УМК
4	9.3	4	0,5	Технология обучения и совершенствования групповых взаимодействий в защите: подстраховка, групповой отбор мяча.	УМК
5	9.3	4	0,5	Технология совершенствования индивидуальных и групповых взаимодействий в нападении и защите: квадрат 4x1, 4x2 в одно и два касание.	УМК
6	9.3	4	0,5	Методика специальной физической подготовки на этапе спортивного совершенствования.	УМК
7	9.3	4	0,5	Интегральная подготовка: интегрированные упражнения СФП+техника; техника + тактика.	УМК
8	9.3	4	1	Участие в соревнованиях, подтверждение или выполнение III разряда. Механика судейства.	УМК

9	9.3	4	0,5	Планирование тренировочной нагрузки в зависимости от задач этапа подготовки и результатов текущего контроля.	УМК
10	9.3	4	1	Технология совершенствования индивидуальных и групповых взаимодействий в нападении и защите: игровые упражнения.	УМК
11	9.3	4	1	Технология обучения командным взаимодействиям в нападении при организации быстрой атаки: игра со «столбом».	УМК
12	9.3	4	1	Технология обучения командным взаимодействиям при организации позиционного нападения: выход из обороны, восьмерка, переход середины площадки через фланги и середину.	УМК
13	9.3	4	1	Методика специальной физической подготовки на этапе спортивного совершенствования.	УМК
14	9.3	4	1	Методика проведения УТЗ в группах УТ 4-5 года обучения, спортивного совершенствования и ВСМ.	УМК
15	9.3	4	1	Интегральная подготовка: учебные игры.	УМК
16	9.3	4	1	Управление командой в ходе учебно-тренировочного процесса и соревнований.	УМК
17	9.3	4	1	Методика психологической подготовки игроков.	УМК
18	9.3	4	1	Контроль ТТП и СФП.	УМК
19	9.3	4	1	Участие в соревнованиях, подтверждение или выполнение III разряда. Механика судейства.	УМК
20	9.3	4	1	Планирование тренировочной нагрузки в зависимости от задач этапа подготовки и результатов текущего контроля	УМК
ИТОГО		80	16		

ГАНДБОЛ

I курс

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема занятия	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1.	10.1	5	1	Обучение технике перемещений – в защите и в нападении, остановки шагом, прыжком. Изменение направления по сигналу Финты без мяча.	УМК
2.	10.1	5	1	Обучение технике ловли и передачи мяча с места, с разбега Ловля мяча двумя руками после отскока от пола; Передача двумя руками от груди, из-за	УМК

				головой. Передача одной рукой сверху с отскоком от пола и без отскока. Передачи мяча одной рукой сбоку, снизу. Передача мяча одной рукой сверху, снизу, сбоку прямая, навесная, с отскоком. Скрытые передачи.	
3.	10.1	5	1	Обучение технике ведения мяча в гандболе (одноударное и многоударное). Ведение мяча по прямой и с изменением направления; Ведение мяча с изменением скорости. Ведение мяча с переводами перед собой, за спиной, между ногами. Ведение мяча с поворотами.	УМК
4.	10.1	5	1	Методика развития скоростных качеств: быстроты реакции, перемещения на начальном этапе подготовки. Специально-подготовительные упражнения для развития быстроты (старты, ускорения по зрительному сигналу).	УМК
5.	10.1	5	1	Обучения технике бросков мяча по воротам – в опоре и в прыжке. Обучение технике штрафного семиметрового броска, бросок мяча одной рукой с опорного положения с места, в движении, с ближней дистанции, со средней дистанции, с дальней дистанции. Бросок мяча одной рукой в прыжке.	УМК
6.	10.1	5	1	Методика развития скоростно-силовых способностей. Специальные упражнения для развития «взрывной силы».	УМК
7.	10.1	5	1	Обучение технике защиты. Выход на игрока, блокирование (подвижное и неподвижное). Действия защитника против игрока с мячом в позиции центрального, полусреднего нападающего. Действия защитника против игрока с мячом в позиции крайнего, линейного нападающего.	УМК
8.	10.1	5	1	Методика развития ловкости игровым методом. Специальные упражнения для развития координационных способностей.	УМК
9.	10.1	5	1	Обучение технике игры вратаря – приемы защиты ворот. Стойка вратаря. Перемещения в воротах и вратарской зоне. Задержание мяча вратарем различными способами..	УМК
10.	10.1	5	1	Обучение индивидуальным	УМК

				тактическим действиям в нападении. Индивидуальные технико-тактические действия в нападении при броске мяча с опорного положения и методика начального обучения, при броске мяча в прыжке при финтах и методика начального обучения.	
11.	10.1	5	1	Развитие скоростной выносливости в игровых упражнениях 2Х2, 3Х3.	УМК
12.	10.1	5	1	Обучение индивидуальным тактическим действиям в защите. Действия защитника против игрока с мячом в позиции центрального, полусреднего нападающего. Действия защитника против игрока с мячом в позиции крайнего, линейного нападающего.	УМК
13.	10.1	5	1	Методика развития силовых способностей в гандболе методом круговой тренировки.	УМК
14.	10.1	5	1	Проведение подготовительной части учебно-тренировочного занятия по гандболу в ДЮСШ.	УМК
15.	10.1	5	1	Контроль ОФП и СФП. Содержание и методика проведения контрольных испытаний по физической подготовленности гандболистов: Содержание и методика проведения контрольных испытаний по технической подготовленности гандболистов.	УМК
16.	10.1	5	1	СФП. Учебная игра 3х3, 5х5, 7х7. Практика судейства.	УМК
ИТОГО		80	16		

ГАНДБОЛ II курс

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема занятия	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1.	10.2	6	1	Совершенствование техники ведения мяча на максимальной скорости. Совершенствование бросков мяча в ворота. Индивидуальные тактические действия в защите, противодействующие броску мяча в ворота.	УМК
2.	10.2	6	1	Упражнения для развития специальной силы мышц рук и подвижности суставов. Совершенствование ведения мяча. Обманные действия - финты. Учебная игра 3х3, 5х5, 7х7	УМК
3.	10.2	6	1	Командные действия в нападении. Совершенствование передачи, ловли мяча в движении. Совершенствование бросков	УМК

				мяча с сопротивлением защитников.	
4.	10.2	6	1	Упражнения для развития специальной силы мышц ног. Групповые взаимодействия в нападении. Быстрый переход в нападение. Отрыв и полуотрыв.	УМК
5.	10.2	6	1	Обучение технике штрафного семиметрового броска. Обучение обманным действиям (финтам) в нападении с мячом и без мяча.	УМК
6.	10.2	6	1	Упражнения для развития прыгучести. Обучение броскам с линии и с крайних позиций в падении.	УМК
7.	10.2	6	1	Обучение технике ведения мяча в гандболе (одноударное и многоударное). Ведение мяча по прямой и с изменением направления; Ведение мяча с изменением скорости. Ведение мяча с переводами перед собой, за спиной, между ногами. Ведение мяча с поворотами.	УМК
8.	10.2	6	1	Упражнения для развития специальной гибкости. Передача мяча в движении с сопротивлением. Быстрый прорыв двух игроков. Игра в защите в численном меньшинстве.	УМК
9.	10.2	6	1	Упражнения для развития скоростной выносливости гандболистов. Командные взаимодействия игроков при позиционном нападении. Подбор мяча, отскочившего от вратаря, ворот.	УМК
10.	10.2	6	1	Подвижные игры с мячом, подготовительные к гандболу. Организация быстрого прорыва после подбора мяча при броске, при пробитии 7ми-метрового штрафного броска. Позиционное нападение 4:2.	УМК
11.	10.2	6	1	Методика проведения учебно-тренировочного занятия в группах начальной подготовки.	УМК
12.	10.2	7	1	Командные действия в защите. Упражнения с предметами для развития гибкости, силы, прыгучести. Взаимодействия игроков при позиционном нападении. Личная система защиты	УМК
13.	10.2	7	1	Упражнения для развития специальной ловкости гандболиста. Передачи и ловля на максимальной скорости. Зонная система защиты 6:0.	УМК
ИТОГО		80	12		

ГАНДБОЛ
III курс

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов		Тема занятия	Учебно-наглядные пособия
		о/ф	з/ф		
1	10.3	6	2	Упражнения для совершенствования технических приемов игры в нападении на максимальной скорости: ведение, передачи, броски. Зонная система защиты 5:1. Взаимодействие защитников в численном большинстве против быстрого прорыва.	УМК
2	10.3	6	1	Выполнение противодействий в ситуациях 2х2; 3х3; 4х4 на ограниченном участке площадки или по всей площадке без атаки ворот.	УМК
3	10.3	6	1	Овладение мячом после выполнения 9-ти, 7-ми метровых бросков и при введении мяча с углового: методы и средства обучения и совершенствования. Действия игроков при перехватах мяча и введения мяча в игру из-за пределов площадки (основные взаимодействия).	УМК
4	10.3	6	1	Методика обучение взаимодействиям с одним линейным игроком: начальная расстановка, основные перемещения и действия игроков, передачи мяча, варианты продолжения и завершения взаимодействий	УМК
5	10.3	6	1	Интегральная подготовка. Учебные игры с нападением против зонной защиты в различной расстановке	УМК
6	10.3	6	1	Контроль ТТП и СФП.	УМК
7	10.3	6	1	Методика проведения учебно-тренировочного занятия в группах УТ-1	УМК
8	10.3	6	1	Командные действия в защите. Упражнения для развития гибкости, силы, прыгучести. Взаимодействия игроков при позиционном нападении. Личная система защиты.	УМК
9	10.3	6	1	Упражнения для совершенствования технических приемов игры в нападении на максимальной скорости: ведение, передачи, броски. Зонная система защиты 5:1. Взаимодействие защитников в численном меньшинстве против быстрого прорыва.	УМК

10	10.3	6	1	Многократное применение личной защиты с переключением и без переключения в условиях активного игрового противоборства на заранее ограниченной площади.	УМК
11	10.3	5	1	Методика обучения зонной игре в защите в расстановке 6:0. Обучение игроков осуществлять защитные действия без выхода, со смещением в сторону мяча. Обучение блокированию; обучение игроков игре с выходом, подстраховке выходящего защитника.	УМК
12	10.3	5	2	Методика обучения зонной игре в защите в расстановке 5:1. Обучение игроков действовать на месте выходящего защитника. Взаимодействие выходящего игрока и защитников на линии.	УМК
13	10.3	5	1	Методика обучения зонной игре в защите в расстановке 4:2. Обучение игроков действовать на месте двух выходящих защитников. Взаимодействие выходящих игроков и защитников на линии.	УМК
14	10.3	5	1	Методика обучения зонной игре в защите в расстановке 3:3. Обучение игроков действовать на двух линиях по три игрока в каждой позиции перед защитником.	УМК
ИТОГО		80	16		

**Самостоятельная работа студента
ГИМНАСТИКА
1 курс**

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
1.1	Составить распорядок учебного дня, недели	12	10
1.1	Составить комплекс ритмической гимнастики	12	10
1.1	Подготовка к участию в соревнованиях по ОФП и СФП	12	10
1.1	Подготовка к участию в квалификационных соревнованиях: составление комбинаций на отдельных видах многоборья (бревно, вольные упражнения, брус), подбор музыкального сопровождения для вольных упражнений	12	10
1.1	Подготовка к участию в судействе соревнований	12	10
1.1	Самостоятельное выполнение комплексов ОФП и утренней гимнастики	22	10
1.1	Самостоятельное выполнение комплексов СФП	14	14

1.1	Разработать комплекс упражнений ОФП и СФП для этапа начальной (для этапа специализированной) подготовки	14	14
ИТОГО		110	88

2 курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
1.2	Характеристика упражнений на отдельных видах многоборья	8	28
1.2	Правила соревнований и основы судейства	8	28
1.2	Основы технической подготовки в гимнастике.	8	28
1.2	Составление комбинации на бревне (на брусьях).	8	28
1.2	Составление комбинации на вольных упражнениях, подбор музыкального сопровождения	8	28
1.2	Самостоятельное выполнение комплексов ОФП и утренней гимнастики	8	28
1.2	Самостоятельное выполнение комплексов СФП	8	28
ИТОГО		56	196

3 курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
1.3	Составление комбинации на вольных упражнениях, подбор музыкального сопровождения для младших курсов	12	18
1.3	Составление комбинации на бревне (на брусьях)	12	18
1.3	Физическая подготовка в гимнастике	12	18
1.3	Периодизация спортивной тренировки.	12	18
1.3	Спортивная тренировка в гимнастике как многолетний процесс	12	18
1.3	Спортивный отбор и способы диагностики способностей занимающихся.	12	18
1.3	Самостоятельное выполнение комплексов ОФП и утренней гимнастики	38	19
ИТОГО		110	127

ГРЕБЛЯ

I курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
2.1	Подводящие и специальные упражнения для обучения технике гребли на начальном этапе подготовки.	10	8
2.1	Специальные упражнения и методы обучения гребли на начальном этапе подготовки.	10	8
2.1	Средства и методы воспитания скоростно-силовых качеств гребцов на начальном этапе подготовки.	10	8

2.1	Средства и методы воспитания скоростных качеств гребцов на начальном этапе подготовки.	10	8
2.1	Средства и методы воспитания гибкости гребцов на начальном этапе подготовки.	10	8
2.1	Особенности планирования учебно-тренировочного занятия в группах НП по гребле.	10	8
2.1	Развитие физических качеств и выполнение специальных упражнений гребца.	10	8
2.1	Распределение программного материала в годичном цикле на начальном этапе подготовки гребцов.	10	8
2.1	Средства и методы проведения начального, текущего и итогового контроля в группах НП.	10	8
2.1	Восстановление работоспособности и уровня физической подготовленности при помощи традиционных средств	10	8
2.1	Повышение функциональных возможностей занимающихся вспомогательными средствами и методами родственных видов спорта.	10	8
ИТОГО		110	88

II курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость(в часах)	
		о/ф	з/ф
2.2	Выход советских гребцов на международную арену.	5	20
2.2	Современное состояние гребного спорта в Приднестровье. Правила плавания на гребных судах по внутренним судоходным путям.	5	20
2.2	Возникновение спортивной гребли в Англии. Первые официальные соревнования гребцов- профессионалов (перевозчиков) и гребцов-любителей.	5	20
2.2	Гребные суда, их классификация и характеристика.	5	20
2.2	Силы, действующие на гребца в академической гребле в покое и при выполнении гребка. Влияние сил инерции на скорость лодки, возникающих от взаимоперемещения масс гребца и лодки.	5	20
2.2	Изменения скорости лодки в процессе одного цикла гребка под действием силы инерции массы гребца в академической гребле. Колебания скорости лодки за один цикл гребка.	5	20
2.2	Особенности техники выполнения гребка в распашных и парных лодках. Баланс, руление в академической гребле.	5	20
2.2	Схема движений гребца в гребле на байдарке. Фазово-структурное содержание цикла гребка и его временные характеристики.	5	18
2.2	Биомеханические основы техники гребли на байдарке.	5	20

2.2	Динамика усилия на лопасти весла во время гребка и внутрицикловая скорость.	5	18
2.2	Особенности командной гребли. «Школа и стиль» в технике гребли. Техника старта (вид гребли на выбор).	6	20
ИТОГО		56	196

III курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость(в часах)	
		о/ф	з/ф
2.3	Цели, задачи, средства и методы углубленного разучивания структуры движений и совершенствования техники в академической гребле, гребле на байдарках и каноэ.	10	22
2.3	Фазы формирования двигательного навыка и взаимосвязь с этапами обучения.	10	22
2.3	Средства и методы, сокращающие время увеличения усилия на лопасть весла при «захвате» в академической гребле.	10	22
2.3	Особенности методики обучения технике гребли в уключинных и безуключинных судах.	10	22
2.3	Эволюция методики обучения и совершенствования техники в уключинных судах, байдарке и каноэ.	10	22
2.3	Формы организации процесса обучения в гребном или парусном спорте.	12	22
2.3	Характеристика анатомо-физиологических и психологических особенностей юных гребцов. Влияние занятий гребным спортом на физическое развитие юных спортсменов.	12	22
2.3	Особенности тренировки женщин и девушек в гребном спорте. Планирование тренировочного процесса, подбор средств развития силы, выносливости, быстроты, особенности методики обучения.	12	22
2.3	Анализ эффективности учебно-тренировочного процесса. Правильная организация учебно-тренировочного процесса, выбор средств и методов, методических рекомендаций.	12	22
2.3	Использование соревновательного метода для мобилизации физических и психических сил спортсменов, технического мастерства, способности к решению тактических задач.	12	29
ИТОГО		110	227

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

I курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
3.1	Подводящие упражнения для обучения технике легкой атлетике на начальном этапе подготовки.	12	10
3.1	Специальные упражнения и методы обучения технике легкой атлетике на начальном этапе подготовки.	12	10

3.1	Средства и методы воспитания скоростно-силовых качеств легкоатлетов на начальном этапе подготовки.	12	10
3.1	Средства и методы воспитания координационных способностей легкоатлетов на начальном этапе подготовки.	12	10
3.1	Средства и методы воспитания гибкости и ловкости легкоатлетов на начальном этапе подготовки.	12	10
3.1	Особенности планирования учебно-тренировочного занятия в группах НП по легкой атлетике	22	10
3.1	Содержание программного материала в группах начальной подготовки по легкой атлетике для ДЮСШ	14	14
3.1	История возникновения и развития легкой атлетике в России, Молдове, ПМР.	14	14
ИТОГО		110	88

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

2 курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
3.2	Правила видов легкой атлетике	6	20
3.2	Изучение методик обучения технике легкой атлетике	6	20
3.2	Изучение методики судейства легкой атлетике	6	20
3.2	Изучение средств и методов воспитания скоростных и скоростно-силовых качеств легкоатлетов в учебно-тренировочных группах	6	20
3.2	Изучение средств и методов воспитания силы и выносливости легкоатлетов в учебно-тренировочных группах	6	20
3.2	Анализ техники. Подводящие и специальные упражнения для обучения технике легкой атлетике в учебно-тренировочных группах	6	20
3.2	Посещение тренировочных занятий спортсменов различной квалификации	6	20
3.2	Распределение программного материала в годичном цикле в учебно-тренировочных группах	6	20
3.2	Средства и методы проведения начального, текущего и итогового контроля в группах УТ.	2	16
3.2	Методика судейства соревнований, обязанности судей.	6	20
ИТОГО		56	196

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

3 курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
3.3	Изучение рекомендуемой литературы по планированию подготовки легкоатлетов	18	22
3.3	Изучение тенденций развития современной легкой атлетике	18	22

3.3	Разработка конспектов УТЗ по заданию преподавателя	18	24
3.3	Оформление курсовой работы и доклада	20	25
3.3	Специальные упражнения и методы обучения технике легкой атлетике на этапах многолетней подготовки	18	22
3.3	Подготовка к выполнению заданий по самостоятельному проведению упражнений для обучения техническим элементам в легкой атлетике	18	22
ИТОГО		110	127

БАСКЕТБОЛ I курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
4.1	История баскетбола: начало и становление баскетбола как вида спорта. Эволюция правил игры. ДЗ, ИДЛ	8	8
4.1	Анализ техники. Подводящие и специальные упражнения для обучения технике баскетбола на начальном этапе Демонстрация приемов и упражнений. ДЗ, ИДЛ	10	10
4.1	Характеристика тактических действий. Специальные упражнения и методы обучения тактике баскетбола в группах НП, с учащимися СДЮШОР ДЗ, ИДЛ	18	18
4.1	Методические приемы обучения и совершенствования групповым технико-тактическим действиям. ДЗ, ИДЛ	10	10
4.1	Принципы и методы организации и проведения УТЗ. Средства и методы развития физических качеств учащихся-баскетболистов в группах НП, с учащимися СДЮШОР. ДЗ, ИДЛ	12	10
4.1	Особенности планирования учебно-тренировочного занятия в в группах НП, с учащимися СДЮШОР. ДЗ, ИДЛ	12	10
4.1	Интегрированные упражнения в подготовке баскетболистов групп НП, с учащимися СДЮШОР. ДЗ, ИДЛ	10	10
4.1	Составление планов-конспектов подготовительной части УТЗ для групп начальной (НП) СДЮШОР. ДЗ, ИДЛ	20	12
ИТОГО		110	88

БАСКЕТБОЛ II курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
4.2	Содержание программного материала в группах УТ и СС с учащимися СДЮШОР. ДЗ, ИДЛ	10	25
4.2	Средства и методы проведения отбора для УТЗ в группах НП, с учащимися СДЮШОР. ДЗ, ИДЛ	5	25
4.2	Принципы и методы проведения занятий по физической подготовке в связи с техникой и тактикой занятия. ДЗ, ИДЛ	8	25
4.2	Виды, средства и методы контроля в многолетнем процессе подготовке баскетболистов групп УТ, с учащимися СДЮШОР. ДЗ, ИДЛ	5	25
4.2	Стратегия и тактика баскетбола. Технология обучения и совершенствования тактики игры. ДЗ, ИДЛ	4	20

4.2	Специфические особенности методики проведения занятий по физической, технической и тактической подготовке на различных этапах подготовки. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	4	26
4.2	Виды, средства и методы контроля в многолетнем процессе подготовке баскетболистов групп УТ, с учащимися СДЮШОР. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	5	30
	Составление планов-конспектов УТЗ для подготовки баскетболистов групп УТ. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	5	20
ИТОГО		56	196

БАСКЕТБОЛ III курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
4.3	Психологическая подготовка в баскетболе. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	14	30
4.2	Формирование основных составляющих профессионализма тренера-преподавателя по баскетболу. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	20	30
4.2	Управление процессом подготовки баскетболистов, взаимосвязь тренировочных и соревновательных нагрузок в баскетболе. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	10	20
4.2	Методика составления планов-конспектов УТЗ в группах СС. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	20	20
4.2	Организация и проведение соревнований с классами различного уровня в баскетболе. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	20	50
4.2	Контроль соревновательных нагрузок в баскетболе. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	10	40
4.2	Научно-исследовательская работа студентов: работа с литературой, участие в конференциях. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	16	37
ИТОГО		110	127

БОКС

1 курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
5.1	История развития бокса. Древний период, зарождение бокса в Англии; бокс в СССР, современный этап развития бокса в ПМР	12	10
5.1	Составить режим питания дня и недели	12	10
5.1	Классификация и терминология в боксе: требования к классификации; терминология и ее значение	12	10
5.1	Специальные упражнения для совершенствования техники ударов	12	10
5.1	Подготовка к участию в судействе соревнований. Правила соревнований, правила поведения в ринге.	12	10
5.1	Самостоятельное выполнение комплексов ОФП (Приложение 1)	22	10
5.1	Самостоятельное выполнение комплексов СФП (Приложение 2)	14	14

5.1	Разработать комплекс упражнений ОФП и СФП для этапа начальной подготовки. (Приложения 1, 2)	14	14
ИТОГО		110	88

БОКС 2 курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
5.2	Характеристика передвижений в ринге	8	28
5.2	Правила соревнований и основы судейства	8	28
5.2	Основы технической подготовки в боксе	8	28
5.2	Разновидности защит в боксе	8	28
5.2	Основы тактической подготовки в боксе	8	28
5.2	Самостоятельное выполнение комплексов ОФП (Приложение 1)	8	28
5.2	Самостоятельное выполнение комплексов СФП (Приложение 2)	8	28
ИТОГО		56	196

БОКС 3 курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
5.3	Спортивный отбор и способы диагностирования способностей занимающихся.	12	16
5.3	Составление комбинации на лапах.	12	16
5.3	Финты и обманные действия в ринге перед атакой.	12	16
5.3	Самостоятельное выполнение комплексов ОФП и СФП (Приложение 1,2)	12	16
5.3	Физическая подготовка в боксе.	12	16
5.3	Периодизация спортивной тренировки	22	16
5.3	Спортивная тренировка в боксе как многолетний процесс	14	16
5.3	Спортивный отбор и способы диагностирования способностей занимающихся	14	15
ИТОГО		110	127

БОРЬБА 1 курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
6.1	СИТ: Особенности подготовки девушек в борьбе	55	44
6.1	СИТ: Психологическая подготовка борца	55	44
ИТОГО		110	88

БОРЬБА 2 курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
6.2	СИТ: Восстановительные средства борца	22	98
6.2	СИТ: Организация и проведение соревнований по борьбе	23	98
ИТОГО		56	196

БОРЬБА 3 курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость(в часах)	
		о/ф	з/ф
6.3	ДЗ: Участие в соревнованиях в качестве спортсмена или судьи	55	62
6.3	СИТ: Основные документы тренера	55	65
ИТОГО		110	127

ВОЛЕЙБОЛ

I курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
7.1	Принципы подбора и проведения общеразвивающих и специальных упражнений по физической подготовке. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	24	24
7.1	Методические приемы обучения и совершенствования технических приемов. Демонстрация приемов и упражнений. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	22	22
7.1	Принципы и методы организации и проведения тренировочных игр: учебных, контрольных, товарищеских. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	9	10
7.1	Интегрированные упражнения в подготовке учащихся в спортивных школах. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	9	10
7.1	Методические приемы обучения и совершенствования индивидуальным тактическим действиям. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	20	10
7.1	Методические приемы обучения и совершенствования групповым тактическим действиям. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	26	12
ИТОГО		110	88

ВОЛЕЙБОЛ II курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
7.2	Методические приемы обучения и совершенствования групповым тактическим действиям. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	10	25
7.2	Методические приемы обучения и совершенствования командным тактическим действиям. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	10	25
7.2	Способы и средства развития физических качеств волейболистов на различных этапах подготовки. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	8	50

7.2	Принципы и методы проведения занятий по физической подготовке в связи с техникой и тактикой занятия. ДЗ, ИДЛ	4	48
7.2	Специфические особенности методики проведения занятий по физической, технической и тактической подготовке на различных этапах подготовки. ДЗ, ИДЛ	14	48
ИТОГО		56	196

ВОЛЕЙБОЛ III курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
7.3	Действующие правила игры. ДЗ, ИДЛ	34	40
7.3	Организация и проведение соревнований различного уровня. ДЗ, ИДЛ	30	60
7.3	Ведение документации соревнований. ДЗ, ИДЛ	20	35
7.3	Формирование основных составляющих профессионализма тренера-преподавателя по волейболу. ДЗ, ИДЛ	10	40
7.3	Научно-исследовательская работа студентов: работа с литературой, участие в конференциях. ДЗ, ИДЛ	16	47
ИТОГО		110	127

ПЛАВАНИЕ

I курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
8.1	Особенности развития плавания как учебной, спортивной и педагогической дисциплины	8	10
8.1	Структура и содержание курса специализации: Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование (ПФСС)	8	10
8.1	Основы техники движений спортивными способами плавания (кроль на груди, кроль на спине, баттерфляй, брасс), техника стартов и поворотов	8	10
8.1	Плавание в типовой школьной программе, ДЮСШ, СДЮШОР	8	10
8.1	Состояние важнейших вегетативных функций при плавании (дыхательная и сердечно-сосудистая системы, энергетический метаболизм, обменные процессы)	8	10
8.1	Методика обучения плаванию людей различного возраста	8	10
8.1	Спортивная ориентация и отбор в плавании (методика и организация)	8	4
8.1	Методика обучения технике спортивных способов плавания, стартов, поворотов.	20	12

8.1	Физическая подготовка: общая и специальная, технология физической подготовки, особенности физической подготовки пловцов.	8	8
8.1	Научно-исследовательская работа студентов.	26	4
ИТОГО		110	88

ПЛАВАНИЕ II курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
8.2	Особенности развития плавания как учебной, спортивной и педагогической дисциплины	6	20
8.2	Структура и содержание курса специализации: Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование (ПФСС)	6	20
8.2	Основы техники движений спортивными способами плавания (кроль на груди, кроль на спине, баттерфляй, брасс), техника стартов и поворотов	6	40
8.2	Плавание в типовой школьной программе, ДЮСШ, СДЮШОР	6	20
8.2	Состояние важнейших вегетативных функций при плавании (дыхательная и сердечно-сосудистая системы, энергетический метаболизм, обменные процессы)	6	20
8.2	Спортивная ориентация и отбор в плавании (методика и организация)	6	20
8.2	Методика обучения технике спортивных способов плавания, стартов, поворотов.	6	30
8.2	Физическая подготовка: общая и специальная, технология физической подготовки, особенности физической подготовки пловцов.	4	20
8.2	Научно-исследовательская работа студентов.	10	6
ИТОГО		56	196

ПЛАВАНИЕ III курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
8.3	Основы техники движений спортивными способами плавания (кроль на груди, кроль на спине, баттерфляй, брасс), техника стартов и поворотов	26	30
8.3	Плавание в типовой школьной программе, ДЮСШ, СДЮШОР	26	20
8.3	Методика обучения плаванию людей различного возраста	30	27
8.3	Методика обучения технике спортивных способов плавания, стартов, поворотов.	10	20
8.3	Физическая подготовка: общая и специальная, технология физической подготовки, особенности физической подготовки пловцов.	10	20
8.3	Научно-исследовательская работа студентов.	8	10
ИТОГО		110	127

ФУТБОЛ

I курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
9.1	История футбола, футзала. Развитие правил игры	4	4
9.1	Характеристика тактических действий. Специальные упражнения и методы обучения тактике футбола на начальном этапе подготовки.	4	4
9.1	Особенности планирования учебно-тренировочного занятия в группах НП по футболу.	4	4
9.1	Средства и методы проведения отбора для занятий футболом.	4	4
9.1	Методика проведения КТН в группах начальной подготовки.	4	4
9.1	Составление планов-конспектов подготовительной части для групп НП.	4	4
9.1	Интегрированные упражнения в подготовке футболистов группах начальной подготовки.	4	4
9.1	Правила игры. Ведение протокола игры. Хронометраж игры	4	4
9.1	Анализ техники. Подводящие и специальные упражнения для обучения технике футбола на начальном этапе подготовки.	4	4
9.1	Средства и методы развития физических качеств на начальном этапе подготовки.	4	4
9.1	История футбола. Развитие правил игры	4	4
9.1	Особенности планирования учебно-тренировочного занятия в группах НП по футболу.	4	4
9.1	Средства и методы проведения отбора для занятий футболом.	6	4
9.1	Методика проведения КТН в группах начальной подготовки.	8	4
9.1	Составление планов-конспектов подготовительной части для групп НП.	8	4
9.1	Правила игры. Ведение протокола игры. Хронометраж игры	8	4
9.1	Интегрированные упражнения в подготовке футболистов группах начальной подготовки.	8	6
9.1	Анализ техники. Подводящие и специальные упражнения для обучения технике футбола на начальном этапе подготовки.	8	6
9.1	Средства и методы развития физических качеств на начальном этапе подготовки.	8	6
9.1	Характеристика тактических действий. Специальные упражнения и методы обучения тактике футбола на начальном этапе подготовки.	8	6
ИТОГО		110	88

ФУТБОЛ
II курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость(в часах)	
		о/ф	з/ф
9.2	Содержание программного материала в группах углубленной специализации по футболу для ДЮСШ.	3	10
9.2	Распределение программного материала в годичном цикле групп начальной и углубленной специализации.	3	10
9.2	Составление планов-конспектов УТЗ для групп УТ 1-5 года обучения.	3	10
9.2	Средства и методы проведения отбора для определения игрового амплуа.	3	10
9.2	Составление планов-конспектов УТЗ для групп УТ 1-5 года обучения.	3	10
9.2	Интегрированные упражнения в подготовке футболистов в группах начальной и углубленной специализации.	3	10
9.2	Виды, средства и методы контроля в многолетнем процессе подготовки футболистов.	3	10
9.2	Игра вратаря и ее влияние на технику и тактику игры.	3	10
9.2	Средства и методы развития физических качеств футболистов на этапе начальной и углубленной специализации.	3	10
9.2	Содержание программного материала в группах углубленной специализации по футболу для ДЮСШ.	3	10
9.2	Распределение программного материала в годичном цикле групп начальной и углубленной специализации.	3	12
9.2	Составление планов-конспектов УТЗ для групп УТ 1-5 года обучения.	3	12
9.2	Средства и методы проведения отбора для определения игрового амплуа.	3	12
9.2	Интегрированные упражнения в подготовке футболистов в группах начальной и углубленной специализации.	3	12
9.2	Виды, средства и методы контроля в многолетнем процессе подготовки футболистов.	3	12
9.2	Игра вратаря и ее влияние на технику и тактику игры.	3	12
9.2	Средства и методы развития физических качеств футболистов на этапе начальной и углубленной специализации.	3	12
9.2	Средства и методы развития физических качеств футболистов на этапе начальной и углубленной специализации.	5	12
ИТОГО		56	196

ФУТБОЛ
III курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость(в часах)	
		о/ф	з/ф
9.3	Стратегия и тактика футбола. Технология обучения и совершенствования тактики игры.	8	10
9.3	Физическая подготовка: общая и специальная, технология физической подготовки, особенности физической подготовки футболистов.	8	10
9.3	Особенности задач, содержания и методик тренировки на этапе спортивного совершенствования в футболе	8	10
9.3	Тренировочные нагрузки футболе на соревновательном этапе.	8	10
9.3	Контроль соревновательных нагрузок в футболе.	8	10
9.3	Организация и проведение соревнований различного уровня в мини-футболе, футболе.	8	10
9.3	Психологическая подготовка футболистов.	8	10
9.3	Управление процессом подготовки футболистов.	8	10
9.3	Научно-исследовательская работа студентов: работа с литературой, участие в конференциях.	8	10
9.3	Составление планов-конспектов УТЗ для групп спортивного совершенствования.	8	10
9.3	Особенности специальной тренировки футболистов	10	10
9.3	Организация и проведение соревнований на этапе СС.	10	10
9.3	Составление планов-конспектов УТЗ для групп СС.	10	7
ИТОГО		110	127

ГАНДБОЛ
I курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
10.1	Организация и проведение соревнований различного уровня. Положение о соревнованиях. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	22	17
10.1	История возникновения и развития гандбола зарождение игры в конце XIXв. этапы развития гандбола, эволюция правил игры, изменение инвентаря и оборудования. <i>СИТ</i>	22	17
10.1	Подводящие и специальные упражнения для обучения техники гандбола на начальном этапе подготовки. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	22	18
10.1	Средства и методы физической подготовки в гандболе. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	22	18
10.1	Составление планов-конспектов УТЗ для секционных занятий в школе. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	22	18
ИТОГО		110	88

ГАНДБОЛ

II курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
10.2	Методические приемы обучения и совершенствования групповых и командных тактических действий. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	11	35
10.2	Средства и методы проведения начального, текущего и итогового контроля ОФП и СФП. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	11	30
10.2	Средства и методы проведения контроля технико-тактической подготовленности гандболиста. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	11	35
10.2	Особенности планирования учебно-тренировочного занятия по гандболу в ДЮСШ <i>ДЗ, ИДЛ</i>	11	40
10.2	Виды соревнований. Планирование соревнований в ДЮСШ. Системы розыгрыша. Документы для проведения соревнований. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	12	56
ИТОГО		56	196

ГАНДБОЛ

III курс

Раздел дисциплины	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)	
		о/ф	з/ф
10.3	Методика судейства игр, обязанности судей. Жестикуляция судей. Ведение протокола игры. <i>СИТ</i>	14	16
10.3	Посещение учебно-тренировочных занятий и игр команд различной квалификации <i>ДЗ, ИДЛ</i>	14	16
10.3	Научно-исследовательская работа: работа с литературой, участие в конференциях. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	14	16
10.3	Психологическая подготовка в гандболе. Средства, методы. <i>ДЗ, ИДЛ</i>	14	16
10.3	Составление планов-конспектов УТЗ для групп начальной подготовки <i>ДЗ, ИДЛ</i>	14	16
10.3	Подготовка к защите курсовой работы <i>ДЗ, ИДЛ</i>	14	16
10.3	Анализ профилактики травматизма в гандболе. СИТ	13	16
10.3	Изучение тенденций развития современного гандбола. СИТ	13	15
ИТОГО		110	127

5.Примерная тематика курсовых работ.

ГИМНАСТИКА

1. Особенности развития силы (гибкости, координационных способностей, выносливости, прыгучести, чувства равновесия и др. (по выбору студента)) у спортсменов, занимающихся спортивными видами гимнастики (с учетом специализации студента).

2. Построение занятий в группах начальной подготовки по спортивной гимнастике (художественной гимнастике, спортивной акробатике, спортивной аэробике, чирлидингу и др.)

3. Особенности физического развития школьников, занимающихся различными видами гимнастики.

4. Методика начальной подготовки юных гимнастов (юных акробатов и т. д.) в условиях

спортивной секции общеобразовательной школы (на примере конкретной школы).

5. Воспитание ответственности (воли, трудолюбия, памяти, внимания, когнитивных способностей и др.) младших школьников на занятиях по художественной гимнастике (спортивной гимнастике, спортивной акробатике и других спортивных видах гимнастики).

6. Воспитание ведущих физических качеств в спортивной подготовке гимнастов (акробатов).

7. Совершенствование двигательных действий юных гимнастов посредством подвижных игр.

8. Анализ критериев отбора юных спортсменов, специализирующихся в разных видах гимнастики.

9. Средства восстановления и повышения работоспособности гимнастов (акробатов).

10. Влияние занятий спортивными видами гимнастики на физическое и психическое развитие занимающихся.

11. Тренажеры в системе средств подготовки гимнастов (акробатов).

12. Сравнительный анализ различных методик обучения гимнастическим упражнениям на разных этапах спортивной подготовки.

13. Методика отбора гимнастов (акробатов) в процессе многолетней подготовки.

14. Оптимизация тренировочного процесса у детей 8-11 лет, занимающихся гимнастикой (акробатикой).

15. Педагогическое сопровождение процесса сохранения здоровья в учебно-тренировочном процессе гимнастов (акробатов).

16. Круговая тренировка как средство повышения специальной выносливости гимнастов (акробатов).

17. Основное содержание и методика подготовки юных гимнастов (акробатов) на этапе начальной подготовки (учебно-тренировочном этапе, этапе спортивного совершенствования, этапе высшего спортивного мастерства) (по выбору студентов).

18. Основные физические качества гимнастов (акробатов). Их приобретение и совершенствование в процессе многолетней подготовки.

19. Характеристика показателей скоростно-силовой подготовки гимнастов (акробатов) 12-13 лет и её значение в освоении техники соревновательных упражнений.

20. Особенности воспитания силовых способностей у юношей (девушек) 10-12 (14-16, 16-18) лет, занимающихся спортивной гимнастикой (акробатикой).

21. Эффект и влияние парной бани в процессе сгонки веса и восстановления работоспособностей (гимнастов, акробатов и т.п.)

22. Меры предупреждения травм с учётом специфики отдельных видов гимнастического многоборья.

23. Характеристика методических приемов обучения гимнастическим упражнениям.

24. Методика технической подготовки в спортивной гимнастике (акробатике) с учетом возраста, пола и уровня спортивного мастерства занимающихся.

25. Педагогические средства повышения работоспособности гимнастов (акробатов).

26. Психологические средства повышения работоспособности гимнастов (акробатов).

27. Тренировочные средства повышения работоспособности в спортивной гимнастике (спортивной акробатике) в подготовительном (соревновательном, переходном) периоде тренировки.

28. Внетренировочные средства повышения работоспособности гимнастов (акробатов).

29. Характеристика тренировочных и соревновательных нагрузок в спортивной гимнастике (спортивной акробатике).

ГРЕБЛЯ

1. Влияние занятий греблей на юношеский организм.

2. Методические особенности обучения двигательному навыку в гребле

3. История развития гребли в Приднестровье

4. Методические особенности развитие физических качеств в гребле

5. Построение годового цикла тренировочных занятий в гребле
6. Принципы обучения в гребле
7. Методы и средства обучения в гребле.
8. Игровой и соревновательный методы в гребле.
9. Основы отбора и прогнозирования в гребле.
10. Методика построения тренировочного процесса в гребле с лицами пожилого возраста.
11. Методика развития координационных способностей в гребном спорте.
12. Особенности планирования в гребном спорте.
13. Методика развития скоростно-силовых качеств детей 14-15 лет, занимающихся греблей.
14. Методика применения технических средств обучения в гребле.
15. Методика воспитания выносливости в гребном спорте.
16. Методика воспитания силы детей 14-15 лет занимающихся гребным спортом.

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

1. Особенности развития силы (гибкости, координационных способностей, выносливости, прыгучести, чувства равновесия и др. (по выбору студента)) у спортсменов, занимающихся легкой атлетикой (с учетом специализации студента).
2. Построение занятий в группах начальной подготовки по легкой атлетике.
3. Особенности физического развития школьников, занимающихся различными видами легкой атлетики.
4. Методика начальной подготовки юных легкоатлетов в условиях спортивной секции общеобразовательной школы (на примере конкретной школы).
5. Воспитание ответственности (воли, трудолюбия, памяти, внимания, когнитивных способностей и др.) младших школьников на занятиях по легкой атлетике.
6. Воспитание ведущих физических качеств в спортивной подготовке легкоатлетов.
7. Совершенствование двигательных действий юных легкоатлетов посредством подвижных игр.
8. Анализ критериев отбора юных спортсменов, специализирующихся в разных видах легкой атлетики.
9. Средства восстановления и повышения работоспособности легкоатлетов.
10. Влияние занятий легкой атлетики на физическое и психическое развитие занимающихся.
11. Методика отбора легкоатлетов в процессе многолетней подготовки.
12. Основное содержание и методика подготовки юных легкоатлетов на этапе начальной подготовки (учебно-тренировочном этапе, этапе спортивного совершенствования, этапе высшего спортивного мастерства) (по выбору студентов).
13. Характеристика тренировочных и соревновательных нагрузок в легкой атлетике.

БОКС

1. Физическое развитие школьников, занимающихся боксом.
2. Использование физиологических критериев для управления подготовкой боксёров.
3. Воспитание ответственности на занятиях по боксу.
4. Воспитание ведущих физических качеств в боксе.
5. Совершенствование двигательных действий юных боксёров посредством подвижных игр.
6. Анализ критериев отбора юных спортсменов в секцию бокса.
7. Влияние занятий боксом на физическое и психическое развитие человека.
8. Исследование методики отбора и тестирования боксёров на этапе начальной подготовки.
9. Специальные упражнения для развития нокаутирующего удара в боксе.
10. Использование подвижных игр с элементами единоборств на занятиях боксом
11. Исследование технической подготовки юных боксёров на основе учета соревновательной деятельности.

12. Развитие скоростно-силовых качеств у боксёров.
13. Круговая тренировка как средство повышения специальной выносливостибоксёров.
14. Развитие основных физических качеств боксёровв процессе многолетней спортивной подготовки.
15. Особенности воспитания силовых способностей (координационных, выносливости, ловкости и других двигательных способностей) у юношей (у девушек)10-12 (12-14; 14-16, 16-18) лет, занимающихся боксом.
16. Содержания спортивной тренировки боксёров на отдельных этапах спортивной подготовки (на этапе начальной подготовки, учебно-тренировочном этапе, этапе спортивного совершенствования, этапе высшего спортивного мастерства).
17. Взаимосвязь скоростно-силовой и технической подготовки боксеров разноговозраста (10-12, 12-13, 14-16 и т. д. лет).
18. Влияние скоростно-силовой подготовленности юного (квалифицированного, высококвалифицированного) боксера на освоение техники соревновательныхупражнений
19. Средства и методы восстановления и повышения работоспособности юного (квалифицированного, высококвалифицированного) боксера
20. Психологическая подготовка боксера
21. Содержание и организация занятий боксом в различные периоды спортивной тренировки
22. Особенности методики тактической подготовки в боксе на разных этапах спортивной тренировки
23. Методика применения парной бани в процессе стонки веса и восстановления работоспособности боксёров.

БОРЬБА

1. Физическое развитие школьников, занимающихся различными видами борьбы
2. Использование физиологических критериев для управления подготовкой высококвалифицированных борцов
3. Воспитание ответственности младших школьников на занятиях по борьбе
4. Воспитание ведущих физических качеств в спортивной подготовке борцов
5. Совершенствование двигательных действий юных борцов посредствомподвижных игр
6. Анализ критериев отбора юных спортсменов, специализирующихся в разныхвидах борьбы
7. Влияние занятий спортивными единоборствами на физическое и психическое развитие
8. Исследование методики отбора и тестирования борцов на этапе начальной подготовки (в многолетней подготовке)
9. Оптимизация тренировочного процесса у детей 8-11 лет занимающихся борьбой
10. Использование подвижных игр с элементами единоборств на уроках физическойкультуры для воспитания физических качеств младших (средних, старших) школьников.
11. исследование технической подготовки юных борцов на основе учета соревновательной деятельности
12. Педагогические и организационные особенности процесса отбора в дзюдо (вид борьбы по выбору студента)
13. Круговая тренировка как средство повышения специальной выносливостиборцов
14. Основное содержание и методика подготовки юных борцов на этапе начальной подготовки (этап начальной специализации)
15. Основные физические качества борцов. Их приобретение и совершенствование в процессе многолетней подготовки.
16. Анализ техники бросков прогибом (или по выбору студента) в Греко-римской борьбе (вид борьбы по выбору студента)
17. Дзюдо (самбо, вольная или Греко-римская борьба) как фактор, оптимизирующий физическое воспитание подростков 13-15 лет
18. Характеристика показателей скоростно-силовой подготовки борцов 12-13 лет и её значение в

освоении техники соревновательных упражнений

19. Особенности технической и тактической подготовки женщин, занимающихся дзюдо (самбо, вольной борьбой)

20. Особенности воспитания силовых способностей у юношей 16-18 лет, занимающихся спортивной борьбой.

21. Эффект и влияние парной бани в процессе сгонки веса и восстановления работоспособностей борцов

22. Исследование содержания спортивной тренировки борцов на этапе высшего спортивного мастерства

23. Реализация индивидуальных возможностей борцов Греко-римского стиля (вид борьбы по выбору студентов) с учетом биомеханических и тактико-технических особенностей

24. Методические особенности специализированных подвижных игр в греко-римской борьбе (вид борьбы по выбору студента)

БАСКЕТБОЛ

1. Эволюция правил игры и тенденции развития баскетбола.

2. Особенности планирования тренировочного процесса в учебно-тренировочных группах ДЮСШ.

3. Система отбора и прогнозирование спортивных результатов на различных этапах тренировочного процесса в спортивных играх.

4. Использование круговой тренировки в периодизации круглогодичной подготовки по баскетболу.

5. Роль тренера и управление командой в соревновательный период в баскетболе.

6. Развитие мирового баскетбола с периода создания международной организации ФИБА по настоящее время.

7. Методика развития скоростно-силовых качеств баскетболистов.

8. Эффективность применения игрового метода на уроках физкультуры в общеобразовательных школах.

9. Основы методики обучения и тренировки спортивных игр (например баскетбола).

10. Методика обучения атакующим действиям в спортивных играх.

11. Особенности выбора тактических систем защиты при игре в спортивных играх.

12. Обоснование силовой подготовки баскетболистов в условиях ВУЗа.

13. Пути повышения эффективности и особенности проведения тренировочного процесса по спортивным играм.

2. Диагностика способностей к игровой деятельности в спортивных играх.

1. Применение нестандартного оборудования для эффективности

3. обучения технике игры.

1. Особенности развития двигательных качеств у высокорослых баскетболистов.

2. Контроль уровня технико-тактических действий юных баскетболистов.

3. Методика контроля уровня технико-тактической подготовки юных баскетболистов на различных этапах подготовки.

4. Система отбора на различных этапах учебно-тренировочного процесса по спортивным играм.

5. Влияние изменения правил соревнований на тактику игры в спортивных играх.

6. Психолого-педагогическая характеристика тренера в баскетболе.

7. Характеристика средств и методов обучения и воспитания в баскетболе в аспекте эффективности их применения в практической деятельности тренера.

8. Восстановительные средства и методы и их применение в тренировке баскетболистов.

ВОЛЕЙБОЛ

1. Методика обучения нападающему удару в волейболе.

2. Интегральная подготовка волейболистов (возраст, пол, период подготовки).

3. Взаимосвязь физической и технической подготовки в волейболе.

4. Психологическое изучение команды и роль лидера.
5. Методы обучения игре в волейбол.
6. Развитие выносливости в волейболе.
7. Влияние спортивно-оздоровительных лагерей на ОФП иСФПволейболистов.
8. Развитие целевой точности в волейболе.
9. Отбор в волейболе.
10. Взаимосвязь ОФП в волейболе с другими видами подготовки.
11. Этапы подготовки волейболистов.
12. Соревнования и соревновательная подготовка волейболистов.
13. Методика, методы обучения приемам мяча сверху.
14. Методика, методы обучения приемам мяча снизу.
15. Методика, методы обучения блокированию.
16. Методика, методы обучения подаче мяча.
17. Обучение тактике игры в волейболе (этапы обучения).
18. Взаимосвязь индивидуальных и групповых тактическихдействий.
19. Тренировка как компонент системы подготовкиволейболистов.
20. Принципы тренировки волейболистов.
21. Общефизическая подготовка волейболистов.
22. Специальная физическая подготовка волейболистов.
23. Тренажеры и их значение в системе подготовкиволейболистов.
24. Тренировочная нагрузка и ее значение.
25. Планирование в системе подготовки волейболистов.
26. Особенности подготовки волейболистов различной квалификации.
27. Особенности обучения игре в волейбол девочек.
28. Особенности обучения игре в волейбол мальчиков.
29. Наглядный метод и его значение в процессе обучения волейболу.
30. Самоконтроль во время тренировочного процесса.
31. Технические средства обучения в процессе подготовки волейболистов.
32. Дифференцированный подход в организации тренировочного процесса по волейболу учащихся (различного школьного возраста).
33. Взаимосвязь индивидуальных и групповых тактическихдействий в волейболе.
34. Обучение двигательным действиям и развитие физических качеств на основе интегрального подхода у детей, занимающихся в секции волейбола.

ПЛАВАНИЕ

1. История развития плавания
2. Биомеханика плавания
3. Физическая подготовка в плавании
4. Психологическая подготовка в плавании
5. Управление, прогнозирование и отбор в плавании
6. Медико-биологические аспекты в плавании
7. Тренировка в плавании различных возрастных групп
8. Обучение плаванию людей разного возраста
9. Оздоровительное плавание
10. Гидрореабилитация, паралимпийское плавание

ГАНДБОЛ

1. Исследование средств и методов специальной физической подготовки у гандболистов различного возраста.
2. Влияние свойств темперамента на эффективность игры в гандбол.
3. Особенности проведения занятий по технической подготовке с гандболистами 10-13 лет.

4. Применение игрового метода в воспитании физических качеств гандболистов.
 5. Исследование индивидуальных технико-тактических действий гандболиста.
 6. Пляжный гандбол – зарождение и перспективы развития игры.
 7. Восстановительные мероприятия в процессе тренировочной и соревновательной деятельности гандболиста.
 8. Совершенствование командных действий в защите и нападении.
 9. Периодизация учебно-тренировочного процесса в гандболе.
- Эволюция правил игры в гандболе и ее влияние

ФУТБОЛ

1. Характеристика этапов спортивной подготовки: цели и задачи, физиологические особенности спортсменов на различных этапах подготовки.
2. Правила игры в футболе.
3. Отбор в футболе. Прогнозирование спортивных результатов в футболе.
4. Основы тактической подготовки: цель, задачи, этапы, понятие и классификация средств в футболе.
5. Классификация тактики в футболе.
6. Характеристика индивидуальных тактических действий в нападении и защите в футболе.
7. Характеристика групповых взаимодействий в нападении в футболе.
8. Характеристика групповых взаимодействий в защите в футболе.
9. Характеристика командных действий в нападении в футболе.
10. Характеристика командных действий в защите в футболе.
11. Методика подбора и составления комплекса подводящих и специальных упражнений при обучении тактике игры в футболе.
12. Характеристика и структура соревновательной деятельности, и факторы, обуславливающие ее эффективность в футболе.
13. Модельные характеристики соревновательной деятельности в футболе.
14. Спортивная стратегия и разведка в футболе.
15. Анализ современной тактики в футболе: тактические задачи (общие и специальные).
16. Последовательность обучения тактике, характеристика средств и методов обучения тактике в футболе.
17. Методика обучения индивидуальным тактическим действиям в нападении в футболе.
18. Методика обучения индивидуальным тактическим действиям в защите в футболе.
19. Методика обучения групповым тактическим действиям в нападении в футболе.
20. Методика обучения групповым тактическим действиям в защите в футболе.
21. Методика обучения командным тактическим действиям в нападении в футболе.
22. Методика обучения командным тактическим действиям в защите в футболе.
23. Характеристика средств и методов общей физической подготовки в футзал/футболе в футболе.
24. Характеристика средств и методов специальной физической подготовки в футболе.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1. Обеспеченность обучающихся учебниками, учебными пособиями

№ п/п	Наименование учебника, учебного пособия	Автор	Год издания	Кол-во экземпляров	Электрон. версия	Место размещения электронной версии
Основная литература						
1	Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование: учебно-методическое пособие. – Воронеж: ФГБОУ ВО «ВГИФК» – 239 с.	сост. Т.С. Гришина	2019		есть	https://www.vgifk.ru/sites/default/files/docs/grishina_t.s._posobie_pedagogicheskoe_fizkulturno-sportivnoe_sovershenstvovanie_grishina_t.s.pdf
2	Основы теории и методики спортивной тренировки: учеб. пособие. – Минск: РИПО. – 250 с.	Дисько Е.Н.	2018		есть	https://uormozyr.gguor.by/wp-content/uploads/2023/02/82520_27df2f7745d74a5c534dff2d78c1fcc.pdf
Дополнительная литература						
1	Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по боксу. Уч.-метод. пос-е. – Тирасполь, Изд-во Приднестр. ун-та. – 68 с.	А.В. Рышкан, А.А. Диденко, Е.Я. Евсеева	2017	10	есть	http://sport.spsu.ru/images/kafedri/GiSE/Posobiya/Metodiceskoe%20posobie%20po%20boks.pdf
2	Гимнастика: учебник. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Корус. – 312 с. (бакалавриат)	В.М. Баршай, В.Н. Курьсь, И.Б. Павлов	2013	2	есть	http://sport.spsu.ru/images/kafedri/GiSE/Posobiya/VM%20Barsaj%20VNI%20Kurys%20IB%20
3	Типовая программа спортивной подготовки по виду спорта «Спортивная борьба», дисциплина «Греко-римская борьба» для групп НП. – М.: Издательство «СПОРТ». – 171 с.	А.С. Кузнецов, Б.А. Подливаев	2020		есть	https://old.fcpsr.ru/downloads/tpsp/TPSP-GRBWrest-ENP.pdf
4	Теория и методика спортивных игр: учебник для студ. высш. учеб. заведений. – М.: «Академия». – 464 с.	Ю.Д. Железняк, Д.И. Нестеровский, В.А. Иванов и др.	2013	1	есть	https://academia-moscow.ru/ftp_share/books/fragments/fragment_21690.pdf
5	Обучение игре в гандбол: учеб. пособие. – Электрон. текст. дан. (1,3 Мб). – Барнаул: ФГБОУ ВО «Алтайский ГУ»	сост.: Т.В. Дылкина и др.	2019		есть	http://elibrary.asu.ru/xmlui/bitstream/handle/asu/6553/book.pdf?sequence=1&isAllowed=y

6	Баскетбол: основы обучения техническим приемам игры в нападении: учеб.-метод. пособие. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та. – 40с.	сост. Д. П. Адейеми, О. Н. Сулейманова	2014		есть	https://elar.urfu.ru/bitstream/10995/28679/1/978-5-7996-1175-0_2014.pdf
7	Теория и методика обучения игре в футбол студентов неспециализированных ВУЗов: учебно-методическое пособие. – Волгоград: Изд-во ВолгГМУ. – 117 с.	В.Б. Мандриков, И.А. Ушакова, В.В. Ушаков	2017		есть	https://www.volgmed.ru/uploads/files/2018-2/80820-teoriya_i_metodika_obucheniya_igre_v_futbol_studentsov_nespecializirovannyh_vysshih_uchebnyh_zavedenij.pdf
8	Методические основы обучения техническим приемам в волейболе: учебно-методическое пособие. Нижневартовск: изд-во НВГУ, 85 с.	Пашенко А.Ю. Красникова О.С.	2021		есть	https://nvsu.ru/ru/Intellekt/2316/2206_Posobie_Pashhenko_A.YU._Krasnikova_O.S._Metod_osnovy_obucheniya_tekhnicheskim_priemam_v_volleybole_red.pdf
9	Легкая атлетика: Учеб. Для ин-тов физ. Культ. – 4-е изд. Перераб. и доп. – М.: Альянс,	Озолин Н.Г., Воронкин В.И., Примяков Ю.Н.	2017 г.		есть	http://lib.sibsport.ru/www/libsport.nsf/0/38356bd838e736994725831a0011bf1c/\$FILE/%D0%9E%D0%B7%D0%BE%D0%BB%D0%B8%D0%BD_1.pdf
10	Основы туризма. – М.	Писаревский Е.Л.	2014 г		есть	http://elib.fa.ru/ebook/basics_of_tourism.pdf/download/basics_of_tourism.pdf
11	Методика обучения технике спортивных способов плавания: учебно-методическое пособие – Тирасполь, ПГУ.	Коростиленко Е.П.	2020 г.		есть	http://sport.spsu.ru/images/kafedri/LAVVSiT/Methodichki/METODIKA%20OBUCENIA%20TEHNIKE.pdf
12	Теория и методика плавания: учебник для студентов учреждений ВПО. – М.: Академия.	Булгакова Н.Ж., Попов О.И., Распопова Е.А.	2014 г.		есть	http://polyathlon-russia.com/wp-content/uploads/2016/11/N_Zh_Bulgakova_Pozn_akovtes_-_Plavanie_Perv.pdf

13	Соревнования по борьбе: организация, проведение, судейство. Учебно-методическое пособие для студентов специальности «Физическая культура» высших учебных заведений	А.П. Шеметов, О.И. Самолук	2011	10	есть	КафедраГиСЕ
Итого по дисциплине: 7 % печатных изданий, 100 % – электронных						

6.2. Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

Программное обеспечение: не предусмотрено в данной учебной программе.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

Гимнастика: lesgaft.spb.ru; google.ru; rusgymnastics.ru и др.;

Бокс и борьба: <http://www.kislovodsk-sport.ru/index.php/2013-01-27-09-16-49/sportivnaya-rabota/pr-sport-boks>; <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/1999n1/p36-38.htm>; http://rusboxing.ru/?page_id=7888; <https://mipt.ru/education/chair/sport/sections/boxing/papers/romanenko/glava04.php>; http://www.tischenko.ru/articles/box_articles/physical_training.html и другие.

Футзал www.fbrm.md/

Волейбол <https://fvrn.md/ru/page/obshchaia-informatsiia/>

Футбол www.fbrm.md/

Баскетбол www.basket.ru/

Легкая атлетика https://athletics.neocities.org/literature/Legkay_atletika

Гребля www.rowingsport.spb.ru 2. www.rowing.com.ru 3.

www.rowingrussia.narod.ru

Плавание <https://swimmingmoldova.com/>

Туризм: <http://www.minsport.gov.ru/>; <http://www.o-sport.ru>; <http://www.magma-team.ru>; <http://spo.1september.ru>; <http://www.audit-it.ru>; <http://www.dissercat.com>; <http://www.minsport.gov.ru/press-centre/news/2148/sp>.

6.3. Методические указания и материалы по видам занятий

По дисциплине имеются тексты лекций, поурочные планы лабораторных занятий, классификационные программы 3, 2, 1 разрядов, единая спортивная классификация ПМР, программа спортивной подготовки для ДЮСШ и СДЮШОР, правила соревнований и др. материалы. Также разработан фонд оценочных средств, включающий вопросы к зачетам и экзаменам, задания для самостоятельного изучения.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Для занятий по отдельным видам спорта используются различные спортивные базы:

Для занятий спортивной гимнастикой – спортивный гимнастический зал, оснащенный гимнастическим инвентарем и оборудованием; аудитория.

Для занятий боксом и борьбой – спортивный зал СДЮШОР борьбы и бокса г. Тирасполь, оснащенный инвентарем и оборудованием; аудитория с доской, наличие мультимедийного проектора.

Для занятий волейболом – спортивный зал,

Для занятий футболом, волейболом, баскетболом, гандболом используется зал

для спортивных игр (корп. 3 ПГУ (12х24м), волейбольные стойки, антенны, волейбольные, баскетбольные, гандбольные мячи, набивные мячи, фишки, магнитная доска, мячи для большого тенниса), спортивные площадки на республиканском стадионе, спортивный инвентарь и оборудование, аудитории.

Для занятий греблей – база МОУ ДО ТСДЮШОР гребли и стрельбы. Необходимый инвентарь: гребной тренажер «Concept 2» с программным обеспечением (2 шт.); программное обеспечение фирмы «Concept 2»; видеокамера Panasonic; видеопроектор; Ноутбук; GPS- навигаторы «Garmin» Forerunner 310XT водонепроницаемые; спортивные лодки, вёсла, банки (сиденья), вертлюги; спасательные жилеты, инвентарь тренажёрного зала.

Для занятий легкой атлетикой – легкоатлетический манеж СДЮШОР-2 им. В.Б Долгина, оснащенный беговыми дорожками, прыжковыми ямами и сектором для метания, легкоатлетическим инвентарем (малые мячи, копья, гранаты, диски, ядра, рулетка)

Для занятий плаванием – база МОУ ДО СДЮОП плавания, аудитория.

8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

Для успешного изучения дисциплины необходимо пользоваться рекомендованными учебниками и учебно-методическими пособиями, активно применять методические указания и материалы по видам занятий, своевременно выполнять все задания для самостоятельной работы, консультироваться с преподавателями по вопросам разработки отдельных документов планирования, быть активным в процессе аудиторных занятий, стараться понимать и запоминать их содержание.

8. Технологическая карта дисциплины

Курс 1,2,3, группа ФК21ДР62ФС2, ФК21ВР62ФС2. семестр 1-6

Преподаватели-лекторы: Романюк Т.В., Диденко А.А., Шеметов А.П., Гамалицкая Г.М., Капсомун Н.Г., Коростиленко Е.П., Мамков О.М., Черниченко И.П., Мякина М.А., Утин В.В., Богач А.В.

Преподаватели, ведущие практические занятия: Романюк Т.В., Диденко А.А., Шеметов А.П., Гамалицкая Г.М., Капсомун Н.Г., Коростиленко Е.П., Мамков О.М., Черниченко И.П., Мякина М.А., Утин В.В., Богач А.В.

Кафедра гимнастики и спортивных единоборств; Кафедра спортивных игр; Кафедра легкой атлетики, водных видов спорта и туризма.

БРС не введена