

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

1. Содержание управляемой самостоятельной работы студентов определяется номером и темой занятия в соответствии с учебной программой по курсам обучения в форме рефератов и планирующей документации: годовой план-график, месячный рабочий план, недельные микроциклы, конспекты занятий или их частей.

2. Контрольные требования к форме и содержанию заданий предъявляются в соответствии с критериями оценки качества выполненной работы.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

Содержание практических занятий определяется в соответствии с темами учебной программы по курсам обучения.

Освоение теоретических вопросов программы проводится в виде методических занятий в учебных классах. Вопросы методики освоения и совершенствования технико-тактических действий, а также средств и методов физического совершенствования, осуществляется на практических занятиях в зале борьбы. Закрепление приобретенных умений и навыков проходит на занятиях в виде учебной практики. Структура практических занятий идентична традиционным формам учебно-тренировочных занятий по самбо

ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА РЕФЕРАТИВНЫХ РАБОТ

Рефераты составляются и предоставляются студентами в соответствии с графиком контрольных заданий по темам учебной программы дисциплины и требований управляемой самостоятельной работы.

КУРСОВАЯ РАБОТА

Свободный выбор студентами темы работы. Определение актуальности исследуемой темы. Подбор, анализ, обобщение литературных источников и методических материалов. Обобщение традиционных направлений в исследовании основных компонентов данной темы. Осуществление педагогического эксперимента. Опрос и анкетирование ведущих специалистов. Формирование банка данных по исследуемой проблематике. Комплектование и систематизирование данных исследования. Составление и оформление материала работы полностью с последующей защитой проекта и обоснованием результатов и значимости выводов и предложений.

Объем работы не менее 30 листов компьютерного текста с анализом до 30 литературных источников.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ КУРСОВЫХ РАБОТ

1. Оптимизация базовой технико-тактической подготовки самбистов
2. Особенности организации начальной подготовки в самбо
3. Анализ техники, методика освоения и совершенствования бросков разных классификационных групп
4. Способы распределения и последовательности освоения технико-тактических действий самбо
5. Специализирование упражнений и средств других видов спорта для подготовки борцов-самбистов
6. Методы и средства общей и специальной физической подготовки самбистов
7. Тактическая подготовка и тактика участия в соревнованиях по самбо
8. Психологическая подготовка самбистов и способы управления психическими процессами в соревновательной деятельности
9. Анализ технико-тактической подготовленности и соревновательной деятельности членов национальных команд республики разного возраста и пола
10. Морфофункциональные и педагогические особенности отбора для занятий самбо
11. Планирование и контроль подготовки самбистов на разных этапах учебно-тренировочного процесса
12. Методика освоения болевых приемов и повышения результативности применения в соревновательной деятельности
13. Восстановление спортивной работоспособности самбистов в тренировочной и соревновательной деятельности, профилактика травматизма
14. Моделирование соревновательной деятельности и прогнозирование спортивных результатов
15. Формирование индивидуальных технико-тактических комплексов с учетом отличительных морфофункциональных особенностей борцов
16. Технология рационального распределения тренировочной нагрузки по содержанию, объемам и интенсивности при построении микро-, мезо-, макроциклов подготовки к соревнованиям
17. Формы и содержание разминки в системе подготовки самбистов
18. Исследование взаимосвязи кондиционно-координационной и технико-тактической подготовленности борцов по результатам соревновательной деятельности
19. Особенности осуществления и применения захватов в самбо
20. Анализ выступлений самбистов республики на официальных международных соревнованиях текущего года

21. Сравнительный анализ выступлений самбистов разных весовых категорий на официальных международных соревнованиях за период 2009-2012 г.г.
22. Обоснование методики развития оперативного мышления борцов для эффективной реализации динамических ситуаций в схватках
23. Технология регулирования массы тела борца. Методика снижения веса к соревнованиям по самбо
24. Формы и роль комплексного контроля в системе подготовки самбистов
25. Практическое использование технических средств в тренировочном процессе по самбо

Планирующая документация

1. Распределение средств и объемов работы в годовом планировании
2. Рабочий месячный план учебно-тренировочной работы
3. Недельные микроциклы. Содержание, дозировка и анализ нагрузки
4. Планирование и анализ учебно-тренировочного занятия
5. План-конспект. Содержание, последовательность и дозировка заданий
6. Индивидуальное планирование подготовки самбиста
7. Годовой перспективный план подготовки национальных команд республики
8. Тесты для определения уровня физической и технико-тактической подготовленности самбистов

Информационные материалы

1. Историко-хронологические данные развития спортивной борьбы и самбо
2. Учебные и рабочие программы по дисциплинам специальности
3. Лекционный материал по темам учебной программы специальности
4. Сведения по Интернету
5. УМК
6. Видеоматериалы (технические действия самбо, средства физической подготовки, видеозапись международных соревнований).

ДИАГНОСТИКА КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ

Учебным планом по учебной дисциплине направления специальности в качестве формы текущей аттестации студентов предусмотрены: зачет (дифференцированный зачет), экзамен и курсовая работа. Десятибалльная шкала оценки представляет собой систему измерения учебных достижений студента, в которой отметка уровня знаний выражается последовательным рядом чисел (баллов) «1», «2», «3», «4», «5», «6», «7», «8», «9», «10». При оценке знаний студентов отметками в баллах по десятибалльной шкале учитываются критерии оценки результатов учебной деятельности студентов в учреждениях высшего

образования по десятибалльной шкале. Положительными являются отметки не ниже 4 (четыре) баллов. Отметки 1 (один), 2 (два), 3 (три) являются неудовлетворительными.

Результаты текущей аттестации студентов в форме зачета оцениваются отметками «зачтено», «не зачтено». Положительной является отметка «зачтено», отметка «не зачтено» является неудовлетворительной.

Для промежуточной аттестации знаний студентов по учебной дисциплине и диагностики компетенций студентов используются следующие формы:

Диагностика компетенций студентов

Для диагностики компетенций используются следующие формы:

1. Устная форма.
2. Письменная форма.
3. Устно-письменная форма.
4. Техническая форма.

К устной форме диагностики компетенций относятся:

1. Собеседования.
2. Коллоквиумы.
3. Доклады на семинарских занятиях.
4. Доклады на конференциях.
5. Устные зачеты.
6. Устные экзамены.

К письменной форме диагностики компетенций относятся:

1. Тесты.
2. Контрольные опросы.
3. Контрольные работы.
4. Письменные отчеты по аудиторным (домашним) практическим упражнениям.
5. Рефераты.
6. Курсовые работы.
7. Отчеты по научно-исследовательской работе.
8. Публикации статей, докладов.
9. Стандартизированные тесты.

К устно-письменной форме диагностики компетенций относятся:

1. Отчеты по аудиторным практическим упражнениям с их устной защитой.
2. Отчеты по домашним практическим упражнениям с их устной защитой.
3. Курсовые работы с их устной защитой.
4. Зачеты.
5. Экзамены.

К технической форме диагностики компетенций относятся:

1. Электронные тесты.
2. Электронные практикумы.

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТА

Баллы	Показатели оценки
1 (один), не зачтено	Отсутствие приращения знаний и компетенций в рамках образовательного стандарта высшего образования, отказ от ответа, неявка на аттестацию без уважительной причины
2 (два), не зачтено	Фрагментарные знания в рамках образовательного стандарта высшего образования; знания отдельных литературных источников, рекомендованных учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; неумение использовать научную терминологию учебной дисциплины, наличие в ответе грубых, логических ошибок; пассивность на практических, семинарских и лабораторных занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий
3 (три), не зачтено	Недостаточно полный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования; знание части основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование научной терминологии, изложение ответа на вопросы с существенными, логическими ошибками; слабое владение инструментарием учебной дисциплины, некомпетентность в решении стандартных (типовых) задач; неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях изучаемой учебной дисциплины; пассивность на практических, семинарских и лабораторных занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий
4 (четыре), зачтено	Достаточный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование научной терминологии, логическое изложение ответа на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении стандартных (типовых) задач; умение под руководством преподавателя решать стандартные (типовые) задачи; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им оценку; работа под руководством преподавателя на практических, семинарских и лабораторных занятиях, допустимый уровень культуры исполнения заданий
5 (пять), зачтено	Достаточные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование

	<p>научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач; способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им сравнительную оценку; самостоятельная работа на практических, семинарских и лабораторных занятиях, фрагментарное участие в групповых обсуждениях, достаточный уровень культуры исполнения заданий</p>
<p>6 (шесть), зачтено</p>	<p>Достаточно полные и систематизированные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование необходимой научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обобщения и обоснованные выводы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач; способность самостоятельно применять типовые решения в рамках, учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им сравнительную оценку; активная самостоятельная работа на практических, семинарских и лабораторных занятиях, периодическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>
<p>7 (семь), зачтено</p>	<p>Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; свободное владение типовыми решениями в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; самостоятельная работа на практических, семинарских и</p>

	лабораторных занятиях, участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
8 (восемь), зачтено	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения; владение инструментарием учебной дисциплины (методами комплексного анализа, техникой информационных технологий), умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; способность самостоятельно решать сложные проблемы в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; активная самостоятельная работа на практических, семинарских и лабораторных занятиях, систематическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
9 (девять), зачтено	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; полное усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; систематическая, активная самостоятельная работа на практических, семинарских и лабораторных занятиях, творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
10 (десять), зачтено	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине, а также по основным вопросам, выходящим за ее пределы; точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное

	<p>изложение ответа на вопросы; безупречное владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации; полное и глубокое усвоение основной, дополнительной литературы по изучаемой учебной дисциплине; умение свободно ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку, использовать научные достижения других дисциплин; творческая самостоятельная работа на практических, семинарских и лабораторных занятиях, активное творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>
--	--

ВОПРОСЫ ПО КЛАССИФИКАЦИИ ТЕХНИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ

Дать определение понятий:

В общей классификации технических действий спортивной борьбы

1. Стойка
2. Партер
3. Класс
4. Подкласс
5. Группа
6. Общее определение подкласса приемов в классе «стойка»
7. Определение понятия «бросок»
8. Определение понятия «перевод»
9. Определение понятия «сваливание»
10. Определение понятия «переворот»
11. Определение понятия «удержание»
12. Определение понятия «болевого прием»
13. Определение понятия «удушающий прием»
14. Объяснение классификации бросков
15. Объяснение классификации переводов
16. Объяснение классификации сваливаний
17. Объяснение классификации переворотов
18. Объяснение классификации удержаний
19. Объяснение классификации болевых приемов
20. Объяснение классификации удушающих приемов
21. Терминология групп бросков: подножки; зацепы; «обвивы»; подхваты; подсады и броски через голову; подсечки; перевороты; подбивы; двойной подбив «ножницы»; броски выведением из равновесия; броски захватом ног

(ноги); броски через бедро; броски через плечо; броски через плечи («мельница»); броски вращением; броски прогибом, броски седом (в падении, садясь, с колен)

22. Классификация захватов. Разновидности захватов.

23. Способы перемещений и взаиморасположений

24. Сравнительное биомеханическое обоснование приемов с терминологией бросков самбо: преграждающего действия, преграждающе-подбивающего действия, подбивающего действия, преграждающе-перемещающего действия, поднимающе - вращающего действия, подбивающе - вращающего действия, подсекающего действия

25. Стойки и дистанции

26. Обоснование понятия «ответные действия». Разновидности защитных действий. Определение понятия «контрприем».

ВОПРОСЫ ПО КЛАССИФИКАЦИИ ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ

1. Назвать разделы тактики
2. Тактические приемы первого раздела тактики
3. Группы тактических действий второго раздела тактики
4. Третий раздел тактики. Основные формы и содержание.
5. Манеры ведения схваток
6. Способы выведений из равновесия
7. Классификация комбинационных действий
8. Дать обоснование тактики подавления
9. Дать обоснование тактики преследования
10. Дать определение тактического приема «угроза»
11. Дать определение тактического приема «вызов»
12. Объяснить понятия «маскировка», «маневрирование»
13. Обосновать методику предварительной разведки
14. Дать определение тактического приема «двойной обман»

1. Возникновение борьбы. Ее распространение и использование как физического упражнения

2. Спортивная борьба в программе древних и современных Олимпийских игр

3. Спортивная борьба в России. Профессиональная и любительская борьба. Роль профессиональных борцов в развитии борьбы в России.

4. Возникновение любительской борьбы в России. Первые чемпионаты по борьбе в России.

5. Выступления русских борцов-любителей на международных чемпионатах и Олимпийских играх до Октябрьской революции.

6. Вступление СССР в Международную федерацию борьбы (ФИЛА). Участие советских борцов в чемпионатах Европы, мира и Олимпийских играх.

7. Физические качества спортсмена и их характеристика.

8. Особенности проявления силы, методы и средства ее развития в борьбе.

9. Средства и методы развития быстроты.

10. Средства и методы развития ловкости.

11. Средства и методы развития выносливости.

12. Средства и методы развития гибкости.

13. Общая и специальная физическая подготовка борцов.

14. Значение быстроты и формы ее проявления в борьбе.

15. Ловкость и основы ее проявления в борьбе.

16. Виды и значение выносливости в спортивной борьбе.

17. Гибкость и ее значение в спортивной борьбе.

18. Восемь основных разделов практического курса борьбы. Назовите и раскройте их содержание.

19. Формирование основ ведения единоборства в форме игровых заданий /касания, блокирующие и атакующие захваты, теснения, дебюты/.

20. Описание техники основных технических действий.

35. Биомеханические основы техники спортивной борьбы.

36. Площадь опоры борца в стойке и партере, ее изменение в пренес се. борьбы.

37. Устойчивость позы борца, как она изменяется и от чего зависит.

38. Характеристика технических действий борца: прием, защита, контр прием.

39. Основные характеристики приема /направление, быстрота и амплитуда/.

40. Техника отдельных видов борьбы.

41. Сохранение равновесия в борьбе, как оно достигается.

42. Раскройте механизм движений при выполнении приема.

43. Элементы, фазы и структура приемов.

44. Назовите пять основных моментов благоприятной динамической ситуации.

45. Силовые, пространственные и временные компоненты техники. Дать характеристику.

46. Взаимосвязь между спортивной техникой и физическим развитием борца.

47. Вариативность и устойчивость технических действий.

48. Сбивающие факторы при выполнении приемов борьбы.

49. Влияние сбивающих факторов на качество выполнения приема.

50. Взаимосвязь тактических и технических действий.

51. Основные принципы объединения приемов в комбинацию.

52. Цели и задачи обучения в процессе занятий борьбой.

53. Основные принципы обучения.

54. Реализация принципа сознательности и активности занимающихся.

55. Пути и способы реализации принципа наглядности.

56. Реализация принципов систематичности, доступности и прочности

57. Закономерности изучения техники.

58. Знания, умения и навыки борца.

59. Изучение простых приемов.

60. Изучение сложных технических действий.

61. Последовательность изучения техники.

62. Методы обучения и методический прием.

63. Словесные методы, формы реализации их в обучении борцов.

64. Методы показа, место и роль в процессе обучения.

65. Реализация метода управления в процессе занятий.

66. Формирование двигательных навыков в борьбе.

67. Влияние имеющихся навыков на освоение техники /положительный и отрицательный перенос/.

68. Структура процесса обучения конкретному приему.

69. Особенности обучения тактике /тактика проведения технических действий, тактика ведения схватки и тактика участия в соревнованиях/

70. Восемь основных разделов практического курса борьбы. Назовите и раскройте их содержание.

71. Формирование основ ведения единоборства в форме игровых заданий /касания, блокирующие и атакующие захваты, теснения, дебюты/.

72. Описание техники основных технических действий