

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе университета

_____ Е.В.Фильгина

_____ /уч.
Регистрационный № УД- ____/уч.

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ
В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА**

Учебная программа учреждения высшего образования
по учебной дисциплине для направления специальности
1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность
(тренерская работа по акробатике)»

Минск 2019

Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине составлена на основе образовательного стандарта высшего образования первой ступени ОСВО 1-88 02 01-2013, утвержденного постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 30.08.2013 № 88.

СОСТАВИТЕЛИ:

Т.А.Морозевич-Шилюк, проректор по научной работе учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», профессор кафедры гимнастики учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук, доцент;

Н.Ю.Мацюсь, старший преподаватель кафедры гимнастики учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

Г.Г.Лесив, руководитель комплексной научной группы по гимнастике спортивной, член Президиума Общественной организации «Белорусская ассоциация гимнастики», кандидат педагогических наук;

В.П.Попов, ведущий специалист отдела психофизиологического мониторинга спортсменов и немедикаментозных оздоровительных технологий межкафедральной учебно-научно-исследовательской лаборатории учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук, доцент

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

кафедрой гимнастики учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 15.01.2019 № 8);

советом спортивно-педагогического факультета массовых видов спорта учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 20.03.2019 № 13);

научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от ____ . ____ .2019 № ____)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта» разработана для студентов, обучающихся по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по акробатике)», с учетом требований образовательного стандарта высшего образования первой ступени ОСВО 1-88 02 01-2013, учебного плана вышеуказанного направления специальности, Порядка разработки и утверждения учебных программ и программ практики для реализации содержания образовательных программ высшего образования, утвержденного Министром образования Республики Беларусь 06.04.2015.

Учебная дисциплина «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта» является основной учебной дисциплиной, при изучении которой формируются знания, умения и навыки для работы в качестве тренера в избранном виде спорта. Акробатика, как один из сложно-координационных видов спорта, требует от специалиста широкого спектра знаний в области психологии, педагогики, биомеханики, физиологии и других, что обеспечивает междисциплинарные связи с другими учебными дисциплинами, входящими в программу обучения в университете («Физиология», «Физиология спорта», «Биомеханика», «Педагогика» и др. соответственно).

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ:

Цель учебной дисциплины:

- формирование и развитие социально-профессиональной, практико-ориентированной компетентности, позволяющей сочетать академические, социально-личностные, профессиональные компетенции для решения задач в сфере профессиональной и социальной деятельности;
- формирование профессиональных компетенций для работы в сфере физической культуры и спорта.

Задачи учебной дисциплины:

Специалист должен быть подготовлен к решению следующих профессиональных задач:

- планирование, организация, контроль и коррекция спортивной подготовки;
- проведение и контроль учебно-тренировочных и других занятий с учетом вида спорта, пола, возраста и уровня спортивной подготовленности;
- планирование, организация, контроль и коррекция процесса физического воспитания;
- проведение и контроль занятий по физическому воспитанию с учетом пола, возраста, особенностей физического развития и физической подготовленности;
- обеспечение безопасности занятий по спортивной подготовке и физическому воспитанию;

- дифференциация, индивидуализация спортивной подготовки и физического воспитания;
- организация и проведение спортивного отбора;
- обучение двигательным действиям;
- направленное развитие двигательных способностей;
- нормирование и контроль физической нагрузки;
- выбор и использование средств и методов спортивной подготовки;
- формирование навыков самоконтроля у занимающихся;
- организация и проведение спортивных соревнований, спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий;
- контроль и анализ соревновательной деятельности;
- судейство спортивных соревнований и подготовка судей по виду спорта;
- организация активного отдыха средствами физической культуры и спорта;
- формирование у занимающихся гражданских черт личности, гуманистического мировоззрения, нравственного сознания и нравственного поведения, устойчивого интереса к спортивным и физкультурным занятиям, навыков физического самосовершенствования.

ТРЕБОВАНИЯ К ФОРМИРОВАНИЮ КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ И УРОВНЮ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате изучения учебной дисциплины «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта» формируются следующие компетенции:

академические:

- 1) уметь применять базовые научно-теоретические знания для решения теоретических и практических задач;
- 2) владеть системным и сравнительным анализом;
- 3) владеть исследовательскими навыками;
- 4) уметь работать самостоятельно;
- 5) творчески подходить к решению задач профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта;
- 6) владеть междисциплинарным подходом при решении проблем;
- 7) иметь навыки, связанные с использованием современных информационных технологий;
- 8) обладать навыками устной и письменной коммуникации;
- 9) уметь учиться, повышать свою квалификацию в течение всей жизни;

социально-личностные:

- 1) обладать качествами гражданственности;
- 2) уметь работать в команде;

3) совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень, добиваться нравственного и физического совершенствования своей личности;

4) пользоваться одним из государственных языков Республики Беларусь и иным иностранным языком как средством делового общения;

5) формировать и аргументировать собственные суждения и профессиональную позицию;

6) уметь использовать в практической деятельности основы законодательства и правовых норм;

7) уважительно и бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям, толерантно воспринимать социальные и культурные различия;

8) проявлять инициативу и креативность, в том числе в нестандартных ситуациях;

профессиональные:

1) формировать у занимающихся физическую культуру личности;

2) воспитывать ответственность за результаты учебной деятельности;

3) формировать у занимающихся систему научных знаний, умений, навыков и готовность к их использованию в процессе физического воспитания, спортивной подготовки и самосовершенствования;

4) осуществлять планирование, организацию и контроль образовательного процесса, спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

5) работать с научно-методической литературой, нормативными правовыми актами и другими документами;

6) анализировать и оценивать собранные данные;

7) взаимодействовать со специалистами смежных профилей;

8) вести переговоры с другими заинтересованными участниками;

9) готовить доклады и материалы к презентациям;

10) пользоваться глобальными информационными ресурсами, владеть современными средствами телекоммуникаций;

11) организовывать работу физкультурно-спортивных учреждений;

12) применять на практике современные управленческие технологии;

13) оптимизировать профессиональное взаимодействие в малой группе;

14) анализировать и проектировать образовательный процесс, организационно-управленческую, спортивную, учебную и физкультурно-оздоровительную деятельность;

15) системно представлять предметную область профессиональной деятельности и перспективы ее развития;

16) квалифицированно проводить научные исследования в сфере физической культуры и спорта;

17) использовать знания смежных дисциплин в процессе научных исследований в области физической культуры и спорта;

- 18) использовать в научных исследованиях современные информационные технологии;
- 19) планировать, организовывать, контролировать и корректировать спортивную подготовку;
- 20) осуществлять физическую, техническую, тактическую, психологическую спортивную подготовку;
- 21) контролировать и анализировать соревновательную деятельность;
- 22) организовывать и проводить спортивный отбор;
- 23) судить спортивные соревнования и готовить судей по виду спорта;
- 24) обеспечивать безопасность спортивной подготовки, осуществлять профилактику травматизма, оказывать первую помощь;
- 25) выбирать и использовать эффективные средства восстановления после физических нагрузок и травм;
- 26) осваивать и использовать современные методики спортивной подготовки;
- 27) формировать знания, двигательные умения и навыки;
- 28) формировать и контролировать физическую нагрузку;
- 29) организовывать и проводить спортивные соревнования, спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- 30) обеспечивать безопасность занятий по физическому воспитанию;
- 31) осуществлять пропаганду физической культуры и спорта, здорового образа жизни.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен

знать:

- историю, современное состояние и тенденции развития акробатики;
- основные понятия акробатики;
- обеспечение безопасности жизнедеятельности;
- структуру и функции международных и национальных, государственных и негосударственных органов управления акробатикой;
- правила спортивных соревнований;
- профессиональные компетенции тренера по акробатике;
- основные положения системы спортивной подготовки;
- технику и тактику акробатики;
- содержание видов спортивной подготовки;
- методику физической, технической и тактической подготовки;
- специфику психологической подготовки в акробатике;
- цель, задачи и содержание системы спортивной подготовки акробатов различной квалификации;
- показатели и критерии спортивного отбора;
- систему контроля и отбора в акробатике;
- периодизацию, структуру, планирование и контроль в акробатике;
- соревновательную деятельность акробатики;

– внутренировочные и внесоревновательные факторы в системе спортивной подготовки;

уметь:

– системно представлять предметную область профессиональной деятельности и перспективы ее развития;

– осуществлять профилактику травматизма, оказывать первую помощь;

– обеспечить безопасность жизнедеятельности спортсмена;

– организовать спортивные соревнования;

– судить спортивные соревнования;

– готовить судей по акробатике;

– реализовать профессиональные компетенции тренера в практической деятельности;

– выполнять технические приемы и тактические действия;

– анализировать технику акробатики;

– осуществлять физическую, техническую, тактическую, психологическую подготовку;

– обучать технике и тактике акробатики;

– дифференцировать и индивидуализировать физическую подготовку;

– регулировать психическое состояние спортсмена (команды);

– планировать, проводить, контролировать и корректировать спортивную подготовку акробатов различной квалификации;

– организовать и проводить спортивный отбор;

– контролировать и анализировать соревновательную деятельность;

– использовать внутренировочные и внесоревновательные факторы в системе спортивной подготовки;

– организовать информационное, научно-методическое, учебно-тренировочное обеспечение;

– выбирать и использовать эффективные средства восстановления после физической нагрузки и травм;

– контролировать и поддерживать учебную, трудовую и производственную дисциплину;

– разрабатывать, представлять и согласовывать подготовленные документы и материалы;

– принимать управленческие решения;

– воспитывать патриотизм, чувство долга и ответственность за результаты учебной деятельности;

владеть:

– понятийным аппаратом акробатики;

– методами страховки и оказания помощи;

– методикой и навыками судейства;

– техникой акробатики;

– тактикой акробатики;

– методикой технической и тактической подготовки;

- методиками направленного развития двигательных способностей;
- педагогическими методами психического регулирования состояния спортсмена;
- методикой спортивного отбора;
- методиками планирования учебно-тренировочного процесса;
- методами контроля;
- методами сбора и анализа информации о соревновательной деятельности.

Изучение учебной дисциплины предназначено для студентов дневной формы получения образования и рассчитано на общее количество часов – 1836 часов.

Распределение аудиторного времени (876 часов) для студентов дневной формы получения образования: лекции – 110 часов, практические занятия – 686 часов, семинарские занятия – 80 часов. По учебной дисциплине предусмотрено выполнение курсовой работы (40 часов). Формы текущей аттестации – зачет, дифференцированный зачет, экзамен.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Название раздела, темы	Количество аудиторных часов			
	Всего	Из них		
		лекции	практические занятия	семинарские занятия
1	2	3	4	5
Раздел I. Характеристика акробатики	30	10	16	4
Тема 1. Общая характеристика акробатики	6	2	4	
Тема 2. История возникновения и развития акробатики	4	2		2
Тема 3. Современные тенденции и проблемы развития акробатики	8	2	6	
Тема 4. Обеспечение безопасности спортивной подготовки	8	2	4	2
Тема 5. Система управления видом спорта	4	2	2	
Раздел II. Правила, организация и проведение спортивных соревнований, методика судейства	70	12	52	6
Тема 6. Терминология акробатики	20	4	14	2
Тема 7. Правила спортивных соревнований по акробатике. Методика судейства	20	8	10	2
Тема 8. Методика оценивания трудности, составления тарифных листов	10		8	2
Тема 9. Организация и проведение спортивных соревнований по акробатике	20		20	
Раздел III. Техника выполнения акробатических упражнений	108	22	74	12
Тема 10. Общие основы техники акробатических упражнений	6	4		2
Тема 11. Структура и классификация акробатических упражнений	6	2	2	2
Тема 12. Основы техники балансовых упражнений	22	2	18	2

1	2	3	4	5
Тема 13. Основы техники вольтижных упражнений	22	4	16	2
Тема 14. Основы техники акробатических прыжков	10		10	
Тема 15. Основные направления хореографической подготовки	12	2	10	
Тема 16. Основы техники прыжков на батуте	10	2	8	
Тема 17. Особенности техники упражнений в различных видах акробатики (пары, тройки, четверки)	20	6	10	4
Раздел IV. Современные представления о системе спортивной подготовки в акробатике	48	8	34	6
Тема 18. Цели, задачи, содержание тренировки	12	2	8	2
Тема 19. Объективные условия спортивной деятельности в акробатике	10	2	8	
Тема 20. Управление спортивной подготовкой в акробатике	10		10	
Тема 21. Прогнозирование спортивных результатов и моделирование спортивной деятельности	10	2	6	2
Тема 22. Формы организации занятий акробатикой	6	2	2	2
Раздел V. Методика обучения в акробатике	96	2	86	8
Тема 23. Общие основы методики обучения акробатическим упражнениям	10	2	6	2
Тема 24. Обучение базовым упражнениям	22		20	2
Тема 25. Обучение индивидуальным акробатическим упражнениям	28		26	2
Тема 26. Обучение парно-групповым акробатическим элементам	10		10	
Тема 27. Обучение хореографическим упражнениям	10		10	
Тема 28. Методика проведения учебно-тренировочного занятия	16		14	2

1	2	3	4	5
Раздел VI. Виды спортивной подготовки и их взаимосвязь	96	16	72	8
Тема 29. Техническая подготовка	10	2	6	2
Тема 30. Физическая и функциональная подготовка	26	4	20	2
Тема 31. Психологическая подготовка	8	2	6	
Тема 32. Хореографическая подготовка	8	2	6	
Тема 33. Композиции акробатики. Методика постановки композиции	14	2	10	2
Тема 34. Тактическая подготовка	4		4	
Тема 35. Основы музыкальной грамоты. Музыкальное сопровождение занятий и выступлений	8	2	6	
Тема 36. Развитие артистизма	8	2	4	2
Тема 37. Планирование и организация шоу-программ и показательных выступлений	10		10	
Раздел VII. Спортивный отбор	32	4	22	6
Тема 38. Система спортивного отбора	8	2	4	2
Тема 39. Этапы спортивного отбора	10		8	2
Тема 40. Морфофункциональные особенности детей различного возраста	14	2	10	2
Раздел VIII. Система спортивной подготовки акробатов различной квалификации	136	8	118	10
Тема 41. Методика спортивной подготовки юных акробатов	50	2	44	4
Тема 42. Методика спортивной подготовки акробатов в зависимости от специализации (верхний, нижний) в балансовых упражнениях	24	2	20	2
Тема 43. Методика спортивной подготовки акробатов в зависимости от специализации (верхний, нижний) в вольтижных упражнениях	24		24	
Тема 44. Особенности спортивной подготовки акробатов высокой квалификации	24	2	20	2
Тема 45. Спортивно-прикладная направленность акробатических упражнений	14	2	10	2

1	2	3	4	5
Раздел IX. Общие основы спортивной подготовки акробатов	110	8	94	8
Тема 46. Цели, задачи, содержание, основные средства спортивной подготовки акробатов и методы их применения	36	2	32	2
Тема 47. Контроль спортивной подготовки. Педагогическое тестирование	26	2	22	2
Тема 48. Соревновательный процесс в системе спортивной подготовки акробатов	24	2	20	2
Тема 49. Планирование спортивной подготовки, прогнозирование спортивных результатов и моделирование спортивной деятельности	24	2	20	2
Раздел X. Медико-биологическое, научно-методическое, материально-техническое, информационное, финансовое обеспечение спортивной подготовки	90	8	72	10
Тема 50. Врачебный контроль и медицинское обеспечение в акробатике. Методы и средства профилактики применения допинговых средств	24	2	20	2
Тема 51. Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки	14	2	10	2
Тема 52. Материально-техническое обеспечение спортивной подготовки в акробатике	26	4	20	2
Тема 53. Информационное обеспечение, популяризация и реклама вида спорта	14		12	2
Тема 54. Источники финансирования, составление сметы, поиск спонсоров	12		10	2
Раздел XI. Основы научной деятельности	50	6	42	2
Тема 55. Направления научных исследований в акробатике и смежных видах спорта	20		20	

1	2	3	4	5
Тема 56. Методы научных исследований	14	2	10	2
Тема 57. Методология написания курсовой работы	16	4	12	
Раздел XII. Организация деятельности спортивно-оздоровительных лагерей	10	6	4	
Тема 58. Нормативное правовое обеспечение деятельности спортивно-оздоровительных лагерей	2	2		
Тема 59. Планирующая документация спортивно-оздоровительного лагеря	2	2		
Тема 60. Материально-техническое и санитарно-гигиеническое обеспечение работы спортивно-оздоровительного лагеря	2		2	
Тема 61. Организация идеологической, воспитательной и учебно-тренировочной работы, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в спортивно-оздоровительном лагере	4	2	2	
Итого	876	110	686	80

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

Раздел I. ХАРАКТЕРИСТИКА АКРОБАТИКИ

Тема 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА АКРОБАТИКИ

Акробатика в системе физического воспитания. Акробатика как вид спорта. Официальные спортивные соревнования. Чемпионаты мира и Европы: спортивные результаты, сильнейшие спортсмены мировых и европейских первенств, достижения белорусских спортсменов.

Просмотр видеоматериалов с чемпионатов мира и Европы, Всемирных игр, Европейских игр, Юношеских Олимпийских игр, республиканских спортивных соревнований.

Тема 2. ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И РАЗВИТИЯ АКРОБАТИКИ

История зарождения и развития акробатики. Формирование акробатики как спортивной дисциплины. Участие белорусских спортсменов в чемпионатах мира и Европы, Всемирных и Европейских играх, Юношеских Олимпийских играх.

Тема 3. СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ И ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ АКРОБАТИКИ

Основные проблемы развития акробатики. Научно-методическая литература по акробатике. Задачи, предмет, средства акробатики, методические особенности акробатики. Характеристика видов акробатики. Современные тенденции развития акробатики. Проблемы и перспективы.

Модель специалиста-тренера по акробатике. Профессиональные компетенции тренера по виду спорта. Общая характеристика тренерской работы. Основные качества характера, присущие тренеру по акробатике. Круг знаний и умений тренера. Умение собирать информацию и анализировать, планировать, составлять композиции, записывать фонограммы, организовывать спортивные соревнования и учебно-тренировочные сборы. Показ и обучение. Многогранность деятельности тренера по акробатике.

Виды деятельности тренеров: главный тренер, старший тренер, тренер групп начальной подготовки, тренер учебно-тренировочных групп, тренер групп спортивного совершенствования, тренер групп высшего спортивного мастерства, тренер-хореограф, тренер по общей физической подготовке (ОФП), тренер по специальной физической подготовке (СФП), тренер по акробатике, тренер-менеджер, тренер-психолог, массажист, методист, инструктор, персональный тренер, звукорежиссер. Организационно-методическая работа.

Проведение тренировочных занятий: способы проведения разминки, отработки композиций, задание по СФП и индивидуальной работы. Постановка соревновательных композиций.

Организационно-хозяйственная деятельность: пошив и приобретение соревновательной одежды, запись фонограмм, обустройство мест проведения занятий.

Участие в судействе. Поведение во время спортивных соревнований: присутствие на судейской коллегии, присутствие при опробовании площадки, при разминке, перед выходом спортсменов на помост.

Тема 4. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

Основные причины травматизма на занятиях акробатикой. Методические и организационные требования предотвращения травматизма. Приспособления и оборудование в акробатике. Врачебный и педагогический контроль за состоянием здоровья занимающихся.

Запрещенные элементы.

Оказание первой помощи при травмах.

Помощь и страховка при выполнении элементов. Виды помощи.

Тема 5. СИСТЕМА УПРАВЛЕНИЯ ВИДОМ СПОРТА

Структура и функции международных, национальных, государственных и общественных органов управления акробатикой.

Деятельность Министерства спорта и туризма Республики Беларусь. Структура и функции. Общественные органы управления видом спорта – городские, республиканские и международные федерации и ассоциации. Их состав, цель и задачи. Распределение обязанностей. Виды отчетности и самоуправления.

Определение календаря спортивных соревнований. Положения о республиканских и международных спортивных соревнованиях. Состав главной судейской коллегии (ГСК). Оргкомитет спортивных соревнований.

Планирование и отчет работы федераций, национальных команд, клубов по физической культуре и спорту. Изучение деятельности аналогичных федераций из других стран. Поиск сайтов национальных ассоциаций и федераций по акробатике и гимнастике в сети Интернет. Определение видов деятельности других национальных федераций.

РАЗДЕЛ II. ПРАВИЛА, ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ, МЕТОДИКА СУДЕЙСТВА

Тема 6. ТЕРМИНОЛОГИЯ АКРОБАТИКИ

Определение понятия «терминология акробатики», назначение терминологии. Основные и дополнительные термины. Особенности терминов отдельных групп упражнений. Правила образования терминов для движений и статических положений.

Правила и формы записи упражнений. Особенности терминологии упражнений акробатики. Запись упражнений акробатики.

Терминология упражнений хореографии. Использование французской терминологии при описании упражнений хореографии.

Тема 7. ПРАВИЛА СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ ПО АКРОБАТИКЕ. МЕТОДИКА СУДЕЙСТВА

Виды спортивных соревнований. Программа спортивных соревнований. Документы спортивных соревнований. Организация спортивных соревнований. Проведение спортивных соревнований. Работа судейской коллегии. Методика судейства.

Технический регламент Международной федерации гимнастики (ФИЖ). Общие правила спортивных соревнований ФИЖ.

Общие правила судейства. Размеры площадки. Костюмы для выступлений. Судейство международных и республиканских спортивных соревнований. Дисциплинарные взыскания и дисквалификация. Судейство исполнения. Критерии. Функции судей. Судейство артистизма. Критерии судейства. Функции судей. Судейство трудности соревновательных упражнений. Критерии судейства. Требования к трудности. Таблицы трудности. Функции главного судьи. Сбавки главного судьи. Секретариат. Судейство по видеозаписям с различных спортивных соревнований с последующим разбором и анализом.

Тема 8. МЕТОДИКА ОЦЕНИВАНИЯ ТРУДНОСТИ, СОСТАВЛЕНИЯ ТАРИФНЫХ ЛИСТОВ

Структура и содержание Таблиц трудности. Система условных обозначений, используемых при записи упражнений. Правила составления тарифных листов. Правила оценивания упражнений. Практика записи трудности упражнений по видео, на тренировочных занятиях, на спортивных соревнованиях.

Тема 9. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ ПО АКРОБАТИКЕ

Виды спортивных соревнований. Документы внешнего и внутреннего планирования. Календарь спортивных соревнований. Положение о спортивных соревнованиях, содержание, структура, распространение. Состав главной судейской коллегии (ГСК). Создание организационного комитета (оргкомитет). Составление сметы спортивных соревнований. Определение места проведения спортивных соревнований. Сценарий спортивных соревнований. Подготовительные действия. Участки работы. Деятельность главного судьи, судейской коллегии, секретариата, судьи-информатора, помощников судей, звукорежиссера, вспомогательного состава.

Подготовка зала для проведения спортивных соревнований. Участие в судействе спортивных соревнований. Помощь в проведении республиканских и международных спортивных соревнований по акробатике. Изготовление карточек для судейства. Помощь в организации работы судейской коллегии.

РАЗДЕЛ III. ТЕХНИКА ВЫПОЛНЕНИЯ АКРОБАТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

Тема 10. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕХНИКИ АКРОБАТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

Определение понятия «техника акробатических упражнений». Характеристики техники. Энергообразующий, координационный и выразительный аспекты техники акробатических упражнений.

Характеристика и классификация акробатических упражнений.

Определение понятия «устойчивость тел». Виды и условия статических равновесий тел. Оси и плоскости вращательного движения.

Силы, действующие на спортсменов при выполнении акробатических упражнений. Основные законы механики и их проявление при выполнении акробатических упражнений.

Базовые упражнения.

Определение понятия «структура элементов». Кинематическая, динамическая, ритмическая структура. Подготовительные, основные, завершающие действия в структуре элементов. Фазовый характер элемента.

Анализ видеоматериалов техники выполнения элементов.

Тема 11. СТРУКТУРА И КЛАССИФИКАЦИЯ АКРОБАТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

Определение понятия «классификация акробатических упражнений».

Типы классификаций акробатических упражнений.

Структурный анализ основных групп упражнений (акробатических прыжков, балансовых, вольтижных, индивидуальных).

Тема 12. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ БАЛАНСОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ

Функциональные обязанности партнеров и их взаимодействие в парах и группах при выполнении балансовых упражнений. Основные рабочие положения партнеров при выполнении балансовых упражнений, двигательные действия и навыки сохранения позы акробата. Основы техники балансирования. Условия сохранения и восстановления положения акробата.

Техника балансовых элементов в парах и группах с различным положением нижнего или нижних. Техника балансовых элементов в парах с движением нижнего (сед, сед с поворотом, шпагат, горизонтальное равновесие, кувырок).

Основы техники построения и выполнения базовых пирамид в тройках и четверках.

Тема 13. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ВОЛЬТИЖНЫХ УПРАЖНЕНИЙ

Функциональные обязанности партнеров и их взаимодействие в парах и группах при выполнении вольтижных элементов. Основные рабочие положения партнеров при выполнении вольтижных упражнений, бросков, ловлей и приземлений на различных видах опоры. Основы техники темпа в парах и группах. Основы техники вольтижных упражнений броском,

толчком, подкидным броском. Особенности техники выполнения вольтижных элементов в темпе.

Основы техники ловли после акробатического прыжка.

Тема 14. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ АКРОБАТИЧЕСКИХ ПРЫЖКОВ

Характеристика акробатических прыжков.

Классификация акробатических прыжков.

Действие законов механики при выполнении акробатических прыжков. Особенности взаимодействия с опорой.

Фазы акробатических прыжков.

Основы техники гладких и винтовых акробатических прыжков.

Техника приземления («в доскок»).

Тема 15. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Значение хореографической подготовки на этапах многолетней спортивной подготовки акробатов. Совершенствование общей и специальной двигательной, технической и функциональной подготовки в акробатике средствами хореографии. Содержание хореографических упражнений и особенности их использования в акробатике. Применение хореографических упражнений в разминке.

Основы техники классической хореографии. Позиции ног и рук. Правила постановки корпуса, ног, стоп, рук, кистей, головы. Упражнения у станка. Партерная хореография.

Использование элементов народной и современной хореографии в спортивной подготовке акробатов.

Соответствие хореографической подготовки характеру музыкального сопровождения.

ТЕМА 16. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ПРЫЖКОВ НА БАТУТЕ

Характеристика прыжков на батуте и их классификация.

Общие основы техники прыжков на батуте.

Техника прыжков с вращением вперед, с вращением назад, особенности управления движениями в безопорной фазе.

Правила поведения на сетке. Входы и сходы с батута.

Страховка и помощь при прыжках на батуте.

Выполнение отдельных элементов на сетке батута, на сетке с использованием мата.

Выполнение отдельных элементов в поролоновую яму.

Тема 17. ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИКИ УПРАЖНЕНИЙ В РАЗЛИЧНЫХ ВИДАХ АКРОБАТИКИ (ПАРЫ, ТРОЙКИ, ЧЕТВЕРКИ)

Основные закономерности техники выполнения балансовых элементов в женских, смешанных и мужских парах.

Основные закономерности техники выполнения вольтижных элементов в женских, смешанных и мужских парах.

Основные закономерности техники выполнения балансовых элементов в женских тройках и мужских четверках.

Основные закономерности техники выполнения вольтижных элементов в женских тройках и мужских четверках.

Раздел IV. СОВРЕМЕННЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О СИСТЕМЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В АКРОБАТИКЕ

Тема 18. ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ, СОДЕРЖАНИЕ ТРЕНИРОВКИ

Цели и частные задачи тренировки. Обусловленность задач индивидуальными возможностями и способностями занимающихся. Основные компоненты содержания тренировки в акробатике: овладение двигательными действиями, воспитание двигательных качеств, повышение уровня работоспособности и тренированности, выработка умения двигаться выразительно, артистично, формирование психической готовности и надежности соревновательной деятельности.

Тема 19. ОБЪЕКТИВНЫЕ УСЛОВИЯ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В АКРОБАТИКЕ

Этапы многолетней спортивной подготовки акробатов.

Основные принципы составления и содержание программ многолетней спортивной подготовки.

Спортивное соревнование как итог определенного периода тренировочной деятельности. Виды спортивных соревнований. Присвоение разрядов и званий.

Факторы, определяющие успех в виде спорта.

Объем и интенсивность тренировочной нагрузки. Распределение видов спортивной подготовки с учетом периодизации тренировочного процесса.

Тема 20. УПРАВЛЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКОЙ В АКРОБАТИКЕ

Характеристики звеньев системы управления спортивной подготовкой в акробатике.

Модели спортсменов высокой квалификации. Морфофункциональная модель. Модели физической и технической подготовленности.

Формы спортивной подготовки, принципы тренировки, планирование тренировки.

Микроцикл как организационно-методическая основа тренировочного процесса. Базовый (основной) микроцикл и его разновидности. Задачи, решаемые в рамках основного микроцикла. Структура тренировочного занятия. Разминка, специальная физическая подготовка (СФП), техническая подготовка (ТП), двигательная подготовка (ДП), восстановительные мероприятия. Особенности вариантов основного микроцикла. Модели микроциклов.

Виды и содержание мезоциклов и макроциклов в системе многолетней спортивной подготовки.

Тема 21. ПРОГНОЗИРОВАНИЕ СПОРТИВНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ И МОДЕЛИРОВАНИЕ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Обоснование необходимости прогнозирования и моделирования спортивной подготовки. Прогнозирование спортивных результатов с учетом ряда объективных и субъективных факторов спортивной подготовки. Виды прогнозов.

Условия, необходимые для успешности прогнозирования в акробатике. Формы и направленность прогнозирования в акробатике.

Определение понятия «моделирование». Особенности моделирования в акробатике. Модельные характеристики: морфофункциональные показатели, уровень технической и физической подготовленности, артистизм. Модельные характеристики тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов различного возраста, пола и квалификации.

Тема 22. ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ АКРОБАТИКОЙ

Основные формы организации занятий акробатикой. Урочная форма. Структура урока. Методика проведения частей урока.

Тренировочные формы занятий. Типы занятий и их разновидности. Задачи, средства и методы проведения занятий разных типов.

Подготовительная часть тренировочного занятия. Подбор и дозировка упражнений в зависимости от уровня подготовленности спортсменов, периода спортивной подготовки, задач основной части занятия.

Основная часть тренировочного занятия. Особенности методики проведения отдельных видов упражнений.

Заключительная часть тренировочного занятия. Дыхательная гимнастика, стретчинг.

Соревновательная форма. Особенности организации двух- и трехразовых занятий в день.

Раздел V. МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ В АКРОБАТИКЕ

Тема 23. ОБЩИЕ ОСНОВЫ МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ АКРОБАТИЧЕСКИМ УПРАЖНЕНИЯМ

Основные факторы, определяющие эффективность процесса обучения: подготовленность спортсмена, подготовленность тренера и его умение управлять процессом обучения.

Физиологические и психологические особенности освоения двигательных навыков. Фазы формирования двигательного навыка. Определение понятий: «положительный перенос», «отрицательный перенос», «двигательный навык».

Реализация дидактических принципов обучения в акробатике (по В.Н.Болобану).

Этапы обучения упражнению.

Характеристика программированного обучения.

Основные определяющие факторы процесса обучения: упражнение, учение, тренер, знания, умения, навыки как ступени единого процесса овладения движениями. Методика разучивания элементов отдельных структурных групп. Последовательность разучивания. Подготовительные упражнения. Подводящие упражнения, методические приемы разучивания. Типичные ошибки в процессе освоения упражнений и способы их устранения.

Тема 24. ОБУЧЕНИЕ БАЗОВЫМ УПРАЖНЕНИЯМ

Методика обучения различным видам балансовых упражнений в парах и группах: стойки, равновесия, упоры на различных видах опоры (на двух руках, в одной руке, на плечах, в узкоручке, на голове, на стопе, на коленях, на теле партнера). Наиболее распространенные ошибки и методика их исправления. Использование специальных приспособлений (стоялки, балансовые тренажеры) при обучении.

Методика обучения различным видам вольтижных упражнений в парах и группах: соскоки, ловли (в плечи, в руки, на предплечья, на решетку, «в рыбку», под спину, в ласточку, в стойку на руках), подкидные броски, броски с решетки, с фуса, ловли со сменой партнеров. Наиболее распространенные ошибки и методика их исправления. Использование специальных приспособлений (лонжи, батут в сочетании с поролоновой ямой, трамплины, поролоновые маты и кубы) при обучении.

Формирование навыков страховки и самостраховки.

Тема 25. ОБУЧЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНЫМ АКРОБАТИЧЕСКИМ УПРАЖНЕНИЯМ

Характеристика индивидуальных акробатических упражнений. Методика обучения индивидуальным упражнениям на равновесие, на гибкость, различных видов поворотов, хореографических прыжков, акробатических прыжков в позу, акробатических прыжков с места и с разбега.

Основные ошибки и методы их исправления при обучении индивидуальным акробатическим упражнениям.

Формирование навыков страховки, проводки и использования лонжи при обучении индивидуальным акробатическим упражнениям.

Тема 26. ОБУЧЕНИЕ ПАРНО-ГРУППОВЫМ АКРОБАТИЧЕСКИМ ЭЛЕМЕНТАМ

Последовательность разучивания парно-групповых элементов с учетом особенностей вида акробатики.

Методика обучения построения пирамид. Обучение действиям при неудачном выполнении пирамиды, «полазки» или разрушении пирамиды.

Обучение действиям партнеров для создания вращения при выполнении вольтижных элементов.

Обучение «темпу» и ловле. Формирование навыков страховки партнеров при неудачном исполнении элемента и приземлении.

Тема 27. ОБУЧЕНИЕ ХОРЕОГРАФИЧЕСКИМ УПРАЖНЕНИЯМ

Методика обучения хореографическим упражнениям. Правила и последовательность обучения упражнениям классической хореографии. Положение корпуса, обучение позициям ног и рук. Составление связок. Обучение упражнениям народной и современной хореографии. Развитие музыкальности, пластичности и выразительности движений.

Тема 28. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ

Учебно-тренировочное занятие: его место, значение, структура. Средства, применяемые на учебно-тренировочном занятии. Методика проведения учебно-тренировочного занятия. Требования к педагогу. Создание представлений и разучивание упражнений. Требования к музыкальному сопровождению учебно-тренировочного занятия. Методика подбора музыки и составление фонограмм. Приспособления и оборудование для учебно-тренировочного занятия. Управление нагрузкой в процессе учебно-тренировочного занятия. Врачебно-педагогический контроль при проведении учебно-тренировочного занятия.

РАЗДЕЛ VI. ВИДЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ И ИХ ВЗАИМОСВЯЗЬ

Тема 29. ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Спортивная подготовка акробатов как единый процесс овладения ее видами: технической, физической, психологической, тактической и теоретической. Определение понятий: «спортивная подготовка», «подготовленность», «техническая подготовка», «техническая подготовленность».

Особенности спортивной подготовки в зависимости от вида акробатики, пола, специализации партнеров, квалификации спортсменов, морфофункциональных особенностей.

Навыки синхронного выполнения движений, взаимодействия между партнерами. Формирование согласованности действий партнеров.

Тема 30. ФИЗИЧЕСКАЯ И ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА

Физические качества, определяющие успешность специализации в акробатике. Сила: определение, виды, особенности проявления и развития. Топография силы у занимающихся акробатикой. Силовая выносливость. Скоростно-силовая подготовка, особенности развития. Гибкость, виды, особенности развития. Координационные способности.

Содержание и структура физической подготовки, ее место и значение в системе спортивной подготовки в акробатике.

Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка, задачи, содержание. Сочетание специальной физической подготовки и технической подготовки. Круговой метод и особенности его применения. Функциональная подготовка.

Методика составления комплексов СФП.

Тема 31. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Психолого-педагогическая характеристика акробатики. Психолого-педагогическая характеристика тренера по акробатике. Особенности взаимоотношений тренеров и спортсменов, спортсменов внутри учебно-тренировочной группы, партнеров в парах и группах. Особенности психологической подготовки акробатов. Методы контроля психологической подготовленности и уровня готовности к спортивным соревнованиям. Идеомоторная тренировка в акробатике.

Интеллектуальная подготовка. Специальные требования к уровню интеллектуальных способностей акробата. Формы и методы интеллектуальной подготовки. Воспитание интеллектуальных способностей. Взаимосвязь интеллектуальной подготовки с другими видами спортивной подготовки.

Тема 32. ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Упражнения у опоры. Изучение позиций ног (I – VI). Демиплие в I – VI позициях на 4 счета лицом и боком к опоре; гранд плие во всех позициях. Батман тандю из I и III позиций вперед и в сторону, назад лицом и боком к опоре, крестом на каждый счет; батман тандю жете в сторону, вперед, назад лицом и боком к опоре; батман девелоппе из I и III позиций вперед, в сторону, назад крестом; гранд батман жете из I и III позиций вперед, в сторону, назад крестом.

Упражнения на середине. Изучение позиций рук (подготовительной, I, II и III). Переводы рук из подготовительной позиции в I и обратно, то же в III и во II и обратно. Переводы рук из одной позиции в другую в разных сочетаниях.

Составление и применение обучающих программ для освоения базовых элементов классического танца: позиций рук и ног; разновидностей плие, батман и ронд де жамб.

Элементы классического и народного танцев, адаптированные к гимнастическому стилю исполнения движений. Элементы современного танца.

Средства развития музыкальности, пластичности, выразительности движений.

Тема 33. КОМПОЗИЦИИ АКРОБАТИКИ. МЕТОДИКА ПОСТАНОВКИ КОМПОЗИЦИИ

Требования к постановке композиций акробатики. Длительность, количество элементов сложности, взаимодействия, переходы. Основные требования международных правил к структуре и содержанию композиций.

Подбор музыкального сопровождения. Соответствие движений стилю музыки и избранной темы.

Тактика постановки композиций в зависимости от уровня индивидуальной подготовленности спортсменов.

Учет индивидуальных особенностей при подборе фонограммы, определении элементов сложности и их композиционному распределению.

Закономерности построения композиции (вступление, завязка, развязка, кульминация, медленная основная часть, апофеоз, финал, концовка).

Тема 34. ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Определение понятий: «тактика», «тактическая подготовка». Виды и направления тактической подготовки в акробатике.

Тактика поведения на спортивных соревнованиях. Особенности разминки, проведения опробования.

Постановка композиций как элемент тактической подготовки. Творчество в композиции. Оригинальность связок, элементов, переходов и соединений, поддержек и подъемов, построений и перестроений. Физические взаимодействия. Разнообразие движений. Музыкальное сопровождение и содержание композиции. Единство музыки и стиля исполнения. Согласованность во времени движений и структуры музыкального сопровождения. Тематика композиций. Выбор темы. Соответствие темы избранной музыке и движениям. Последовательность изложения темы в композиции.

Тема 35. ОСНОВЫ МУЗЫКАЛЬНОЙ ГРАМОТЫ. МУЗЫКАЛЬНОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ЗАНЯТИЙ И ВЫСТУПЛЕНИЙ

Значение музыкального сопровождения.

Элементы музыкальной грамоты: длительность звуков, размер, ударения, такт и затакт, ритм, метр, фразировка. Построение музыкального произведения: период, предложение, фраза, мотив.

Стиль в музыке и соответствие стиля движений музыкальному сопровождению.

Проведение упражнений в соответствии со стилем избранной музыки. Музыкальный ритм и смена ритма.

Методика составления фонограммы для упражнений акробатики.

ТЕМА 36. РАЗВИТИЕ АРТИСТИЗМА

Артистизм и его значение в выступлении акробатов. Актерское мастерство и его составляющие. Выразительность движений. Линии и формы. Энергетика движений. Умение концентрировать и удерживать внимание зрительного зала. Мимика и жесты. Взаимодействие партнеров при раскрытии характера музыкального сопровождения.

Тема 37. ПЛАНИРОВАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЯ ШОУ-ПРОГРАММ И ПОКАЗАТЕЛЬНЫХ ВЫСТУПЛЕНИЙ

Значение массовых гимнастических выступлений. Краткий исторический обзор массовых гимнастических выступлений. Содержание массовых гимнастических выступлений и их структура. Методика подготовки и проведения выступления. Музыкальное сопровождение. Программа выступлений и характеристика ее отдельных частей. Художественное оформление. Организация выступления.

Подготовка мест репетиций, организация и проведение репетиций. Проведение выступлений.

Место и значение шоу-программ и показательных выступлений в системе спортивной подготовки акробатов.

Особенности организации показательных выступлений.

Раздел VII. СПОРТИВНЫЙ ОТБОР

Тема 38. СИСТЕМА СПОРТИВНОГО ОТБОРА

Спортивный отбор и ориентация спортсменов в системе многолетней спортивной подготовки. Связь спортивного отбора и ориентации с этапами многолетней спортивной подготовки. Спортивный отбор и ориентация на различных этапах многолетней тренировочной деятельности. Теоретические предпосылки и обоснование спортивного отбора и ориентации. Общая характеристика и прогностическая значимость физического развития и особенностей телосложения акробатов.

Особенности спортивного отбора в группы начальной подготовки по спортивной акробатике. Спортивный отбор для перевода в группы последующего года обучения.

Теоретические и методические основы комплектования пар и групп. Значение психологической совместимости партнеров.

Спортивный отбор в сборные команды. Комплектование команды для участия в спортивных соревнованиях.

Практическое овладение методами тестирования. Диагностика и оценка способностей.

Тема 39. ЭТАПЫ СПОРТИВНОГО ОТБОРА

Этапы спортивного отбора в процессе спортивного совершенствования. Методы антропометрического тестирования.

Методы определения уровня общей физической подготовленности. Тесты и контрольные упражнения, характеризующие уровень общей физической подготовленности.

Методы определения уровня специальной физической подготовленности. Тесты и контрольные упражнения для определения уровня специальной физической подготовленности.

Специальная техническая подготовленность и тестирование уровня специальной технической подготовленности для спортсменов различной квалификации.

Методы самоконтроля во время учебно-тренировочного процесса.
Значение регулярного медицинского контроля.

Тема 40. МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ РАЗЛИЧНОГО ВОЗРАСТА

Антропометрические и физиологические особенности детского организма. Рост и строение тела. Кости и суставы. Кровеносная система и сердце. Дыхательная система. Нервная система. Способности к восприятию, двигательная память. Периоды, наиболее благоприятные для развития различных физических качеств.

Основные требования при составлении комплексов упражнений физической и технической подготовки для акробатов различного возраста.

Раздел VIII. СИСТЕМА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ АКРОБАТОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Тема 41. МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ АКРОБАТОВ

Место и значение акробатики на физкультурных занятиях в учреждениях дошкольного образования. Особенности построения физкультурных занятий и методика преподавания. Использование предметов и приспособлений на физкультурных занятиях в учреждении дошкольного образования. Организация детских утренников и подготовка показательных выступлений. Игры и игровые задания с дошкольниками. Подвижные игры и эстафеты, рекомендуемые для проведения на физкультурных.

Практика в проведении с группой подвижных игр и эстафет с бегом, прыжками, преодолением препятствий, переноской набивных мячей, палок и других предметов, а также партнеров.

Тематические комплексы утренней зарядки для младшей, средней и старшей групп учреждения дошкольного образования.

Методика преподавания акробатики в учреждении общего среднего образования. Акробатика в режиме дня. Содержание программы по акробатике в начальных, средних и старших классах.

Формирование двигательной функции у детей и подростков в процессе занятий акробатикой.

Типы осанки. Методика воспитания правильной осанки средствами акробатики.

Подготовительная часть урока акробатики: методика проведения строевых упражнений, разновидностей передвижений, комплексов общеразвивающих упражнений, подбор и дозировка упражнений, команды и распоряжения. Методы проведения подготовительной части урока.

Основная часть урока акробатики: особенности организации и методика проведения отдельных видов упражнений и упражнений в парах и группах.

Заключительная часть урока акробатики. Упражнения для восстановления и нормализации психологического состояния, методика их проведения.

Методика проведения акробатической разминки.

Методика обучения упражнений в равновесии. Характеристика упражнений в равновесии. Факторы, влияющие на выполнение упражнений в равновесии.

Методика проведения парных и групповых акробатических упражнений. Разновидности хватов и упоров. Разновидности парных и групповых передвижений. Подбор пирамид для учащихся разного возраста, пола, уровня подготовленности. Парно-групповые упражнения для 2-х, 3-х и 4-х участников. Пирамиды с предметами (стулья, гимнастические палки, флажки, шары, ленты).

Элементы малой акробатики.

Элементы семейной акробатики.

Тема 42. МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ АКРОБАТОВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ (ВЕРХНИЙ, НИЖНИЙ) В БАЛАНСОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ

Содержание СФП акробатов различной специализации в разных видах акробатики на этапах многолетней спортивной подготовки в балансовых упражнениях.

Подготовительные и подводящие упражнения для спортивной подготовки акробатов различной специализации в разных видах акробатики на этапах многолетней спортивной подготовки.

Тема 43. МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ АКРОБАТОВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ (ВЕРХНИЙ, НИЖНИЙ) В ВОЛЬТИЖНЫХ УПРАЖНЕНИЯХ

Содержание СФП акробатов различной специализации в разных видах акробатики на этапах многолетней спортивной подготовки в вольтижных упражнениях.

Подготовительные и подводящие упражнения для спортивной подготовки акробатов различной специализации в разных видах акробатики на этапах многолетней спортивной подготовки.

Тема 44. ОСОБЕННОСТИ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ АКРОБАТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Общая характеристика системы централизованной подготовки акробатов. Руководство и организация централизованной подготовкой.

Планирование спортивной подготовки. Организация учебно-тренировочных сборов (УТС): виды сборов, содержание, особенности методики и организации занятий.

Контроль за выполнением планов в период работы между учебно-тренировочными сборами, на спортивных соревнованиях.

Приоритетные направление в спортивной подготовке акробатов. Определение понятия «интегральная подготовка». Функциональные обязанности акробатов парно-групповых видов.

Анализ выступлений белорусских акробатов на спортивных соревнованиях внутри страны и за рубежом. Уровень подготовленности спортсменов в различных странах.

Тема 45. СПОРТИВНО-ПРИКЛАДНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ АКРОБАТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

Роль акробатической подготовки в различных видах спорта. Акробатическая подготовка в различных видах гимнастики, прыжках в воду, фристайле, сноуборде, легкой атлетике, игровых видах спорта, тяжелой атлетике, различных видах борьбы и других видах спорта. Особенности методики проведения занятий акробатической направленности в зависимости от вида спорта.

Значение и возможности использования акробатической подготовки для представителей различных профессий.

Раздел IX. ОБЩИЕ ОСНОВЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ АКРОБАТОВ

Тема 46. ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ, СОДЕРЖАНИЕ, ОСНОВНЫЕ СРЕДСТВА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ АКРОБАТОВ И МЕТОДЫ ИХ ПРИМЕНЕНИЯ

Цели и задачи спортивной подготовки акробатов на различных этапах многолетней тренировочной деятельности.

Средства и методы спортивной подготовки акробатов.

Содержание спортивной подготовки акробатов на различных этапах многолетней тренировочной деятельности.

Тема 47. КОНТРОЛЬ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ. ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ

Обеспечение контроля за посещаемостью занятий. Допуск к занятиям и к спортивным соревнованиям.

Педагогическое тестирование на различных этапах спортивной подготовки: сроки, организация тестирования. Группа контрольных упражнений. Контроль антропометрических показателей.

Ведение дневников самоконтроля. Контроль в группах начальной подготовки за тренировочной деятельностью детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Спортивная классификация, оформление присвоения спортивных разрядов и званий.

Тема 48. СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС В СИСТЕМЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ АКРОБАТОВ

Анализ соревновательной деятельности в акробатике. Изучение спортивных результатов выступлений. Динамика спортивных результатов. Анализ динамики оценок, полученных чемпионами и финалистами чемпионатов мира и Европы. Сопоставление полученных данных с результатами ранее опубликованных материалов. Анализ соревновательной деятельности текущих республиканских и международных спортивных соревнований. Сопоставления, выводы и прогнозы.

Тема 49. ПЛАНИРОВАНИЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ, ПРОГНОЗИРОВАНИЕ СПОРТИВНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ И МОДЕЛИРОВАНИЕ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Планирование работы. Документация планирования и учета. Перспективное и текущее планирование работы. Планирование нагрузки. План-конспект тренировочного занятия. Положение о спортивных соревнованиях. Составление приказов, смет, официальных писем. Подача заявок для участия в спортивных соревнованиях.

Планирование тренировочного процесса. Внешнее и внутреннее планирование. Внешнее планирование: устав, правила спортивных соревнований, календарь спортивных соревнований, программа спортивного клуба, Положение о спортивных соревнованиях. Внутреннее планирование: годовой план-график, рабочий план, план-конспект занятия, индивидуальное планирование. Другие документы планирования и учета.

Методика составления документов внутреннего планирования. Составление годового и рабочего планов. Составление индивидуальных планов спортивной подготовки на год.

Моделирование спортивной деятельности на различных этапах спортивной подготовки.

Анализ прогнозов. Внесение корректировок в планы спортивной подготовки на основе результатов соревновательной деятельности. Разработка прогнозов на следующий макроцикл.

Раздел X. МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЕ, НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ, МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ, ИНФОРМАЦИОННОЕ, ФИНАНСОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

Тема 50. ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ И МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ В АКРОБАТИКЕ. МЕТОДЫ И СРЕДСТВА ПРОФИЛАКТИКИ ПРИМЕНЕНИЯ ДОПИНГОВЫХ СРЕДСТВ

Педагогические методы восстановления. Аутогенная тренировка. Медико-биологические методы восстановления.

Применение спортсменами сауны, криосауны и различных видов физиопроцедур.

Применение мазей, гелей и кремов. Кинезиотейпирование.

Предпосылки возникновения антидопингового контроля в спорте. Влияние допинговых средств на организм спортсмена. Основные требования Всемирного антидопингового агентства (ВАДА). Правила, организация и процедура проведения допинг-контроля.

Тема 51. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

Медицинское оборудование для комплексного контроля за эффективностью тренировок и восстановления. Материально-техническое обеспечение для проведения учебно-тренировочных сборов. Экипировка команды. Поиск дополнительных источников финансирования

Характеристика оборудования и инвентаря для научных групп. Медицинское оборудование для комплексного контроля и проведения врачебно-педагогических наблюдений (ВПН).

Питание – главный фактор восстановления работоспособности. Питьевой режим. Фармакологические средства профилактики переутомления и восстановления работоспособности (витамины, белковые препараты и спортивные напитки, препараты, влияющие на энергетические процессы).

Организация питания на учебно-тренировочном сборе. Ежедневный рацион питания спортсмена в акробатике. Состав продуктов питания. Белки, жиры, углеводы, минеральные соли, витамины. Пищевые добавки.

Тема 52. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В АКРОБАТИКЕ

Требования, предъявляемые к специализированным спортивным сооружениям для занятий акробатикой. Требования, предъявляемые к коврику для занятий и для проведения спортивных соревнований по спортивной акробатике (требования Международной федерации гимнастики (ФИЖ)).

Тренажеры. Лонжи. Поролоновые ямы, кубы, маты. Акробатическая дорожка. Батуты. Трамплины, гимнастические мостики.

Понятие о материально-техническом обеспечении занятий по акробатике. Оборудование залов: основное и дополнительное.

Опыт работы центров спортивной подготовки акробатов зарубежных стран.

Тема 53. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ, ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ И РЕКЛАМА ВИДА СПОРТА

Использование различных информационных средств для поиска и анализа информации в акробатике. Изучение информации на сайтах Международной федерации гимнастики, Европейского гимнастического союза, Белорусской ассоциации гимнастики. Поиск новых программ, видов и направлений спортивной подготовки. Обсуждение, обмен информацией.

Пропаганда и популяризация акробатики на различных мероприятиях и акциях, в том числе на государственном уровне.

Использование рекламы в соответствии с международными правилами.

Тема 54. ИСТОЧНИКИ ФИНАНСИРОВАНИЯ, СОСТАВЛЕНИЕ СМЕТЫ, ПОИСК СПОНСОРОВ

Основные источники финансирования. Составление сметы с учетом календаря спортивных соревнований и условий проведения спортивных соревнований. Определение приоритетных спортивных соревнований. Поиск дополнительных источников финансирования.

Раздел XI. ОСНОВЫ НАУЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Тема 55. НАПРАВЛЕНИЯ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ В АКРОБАТИКЕ И СМЕЖНЫХ ВИДАХ СПОРТА

Значение научных исследований для достижения высоких спортивных результатов в спорте. Фундаментальные и прикладные исследования. Задачи научных исследований в современных условиях развития спортивной деятельности.

Актуальные проблемы исследования техники упражнений; процесса обучения двигательным действиям; закономерностей тренировочного процесса; особенностей спортивной подготовки акробатов разного пола, возраста и квалификации; процесса становления физических (двигательных) качеств.

Примерная тематика научных исследований и курсовых работ.

Тема 56. МЕТОДЫ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ

Основные методы исследования и возможности их использования в спортивной практике.

Анализ научно-методической литературы. Поиск литературы. Правила библиографического описания источников. Посещение научной библиотеки БГУФК. Ознакомление с работой электронных каталогов, читального зала. Поиск литературы по теме исследования. Реферирование.

Метод наблюдения. Правила организации и проведения педагогических наблюдений. Проведение видеосъемки. Обработка полученных результатов. Анализ техники исполнения элементов на основе результатов видеоматериалов.

Опросные методы (экспертные оценки, интервьюирование, анкетирование, правила составления анкет).

Педагогическое тестирование как основной метод оценки физической и функциональной подготовленности занимающихся. Составление протокола педагогического тестирования. Метод контрольных упражнений.

Педагогический эксперимент. Правила проведения педагогического эксперимента. Виды педагогических экспериментов. Планирование педагогического эксперимента.

Методы оценки уровня технической подготовленности занимающихся.

Анализ тренировочной и соревновательной деятельности.

Морфофункциональные исследования.

Использование современных технологий и аппаратуры при проведении исследований. Методики биомеханического анализа техники упражнений, оценки функционального и психологического состояния спортсменов.

Математико-статистическая обработка полученных данных (средние величины, достоверность различий, корреляционный, регрессионный и факторный анализы). Интерпретация полученных данных. Обоснование выбранных методов статистической обработки полученных данных.

Формулирование выводов по результатам проведенных исследований.

Тема 57. МЕТОДОЛОГИЯ НАПИСАНИЯ КУРСОВОЙ РАБОТЫ

Перспективные направления научных исследований. Тема исследования. Название работы. Цель, задачи, объект и предмет исследования, гипотеза.

Выводы и заключение. Новизна и практическая значимость результатов исследования.

Понятие актуальности исследования. Поиск актуальной темы для проведения собственных исследований. Обоснование актуальности избранной темы исследований.

Понятие цель и задача научного исследования. Формулирование цели и задач исследования. Определение цели и задач собственного исследования. Поиск литературы по теме исследования. Реферирование. Анализ научно-методической литературы. Правила библиографического описания источников.

Планирование и организация научного исследования. Подбор методов и методик исследования.

Правила оформления актов внедрения и патентов. Возможности и виды практического внедрения результатов научного исследования. Разработка практических рекомендаций и методической литературы.

Требования к презентации для защиты результатов проведенных исследований. Подготовка презентации результатов научных исследований с помощью компьютерных технологий (MS Power Point).

Определение понятия «научная дискуссия». Научная дискуссия как публичное обсуждение проблем исследования. Доказательная база научной дискуссии.

Методика построения диалога при обсуждении. Формулирование вопросов. Нормы поведения при ведении научной дискуссии.

Организация и проведение научной дискуссии. Проведение научной дискуссии в группе (на основе результатов исследований студентов).

РАЗДЕЛ XII. ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЛАГЕРЕЙ

Тема 58. НОРМАТИВНОЕ ПРАВОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЛАГЕРЕЙ

Цель и задачи деятельности спортивно-оздоровительных лагерей. Разновидности спортивно-оздоровительных лагерей. Основы организации спортивно-оздоровительных лагерей.

Документы, регламентирующие работу спортивно-оздоровительных лагерей. Закон Республики Беларусь «О физической культуре и спорте». Вопросы организации оздоровления детей. Перечень должностей, связанных с осуществлением педагогической деятельности в сфере физической культуры и спорта. Положение о воспитательно-оздоровительном учреждении образования. Положение о спортивно-оздоровительном лагере. Правила безопасности проведения занятий физической культурой и спортом. Вопросы установления денежных норм расходов на питание для лиц, проходящих спортивную подготовку в спортивно-оздоровительных лагерях. Суточные нормы питания при проведении спортивных мероприятий и для лиц, проходящих спортивную подготовку в спортивно-оздоровительных лагерях.

Положение о педагогическом совете спортивно-оздоровительного лагеря. Инструкции по правилам пожарной безопасности, по мерам обеспечения выполнения санитарно-гигиенических требований, по организации купания занимающихся.

Тема 59. ПЛАНИРУЮЩАЯ ДОКУМЕНТАЦИЯ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ

Планирующая документация в спортивно-оздоровительном лагере. Особенности регулирования труда работников организации физической культуры и спорта. План эвакуации занимающихся. Список инвентаря и оборудования.

Книга приказов по спортивно-оздоровительному лагерю. План работы спортивно-оздоровительного лагеря. График проведения и тематика педагогических советов, методических занятий, рабочих совещаний и др.

Протоколы проведения производственных совещаний, педагогических советов спортивно-оздоровительного лагеря. Список детей с указанием домашнего адреса и телефонов ближайших родственников. График работы сотрудников спортивно-оздоровительного лагеря. График дежурства детей на объектах спортивно-оздоровительного лагеря.

Тема 60. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РАБОТЫ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ

Материально-техническое обеспечение работы спортивно-оздоровительного лагеря. Примерный перечень спортивного инвентаря и

оборудования для стационарных оздоровительных лагерей. Финансирование спортивно-оздоровительных лагерей.

Санитарно-гигиеническое обеспечение работы спортивно-оздоровительного лагеря. Санитарные нормы и правила. Требования к оздоровительным мероприятиям для детей. Организация питания в условиях спортивно-оздоровительных лагерей. Требования к безопасности занимающихся во время пребывания в лесу, у водоемов, на территории спортивного городка, при самостоятельных занятиях.

Тема 61. ОРГАНИЗАЦИЯ ИДЕОЛОГИЧЕСКОЙ, ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ И УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОЙ РАБОТЫ, ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ И СПОРТИВНО-МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ

Организация и формы идеологической и воспитательной работы, культурно-досуговых и спортивно-массовых мероприятий в спортивно-оздоровительном лагере. Содержание планов идеологической, воспитательной и спортивно-массовой работы спортивно-оздоровительного лагеря.

Общие основы периодизации годичной спортивной подготовки в избранном виде спорта. Организация и содержание общей и специальной физической подготовки в соответствии со спецификой вида спорта в условиях спортивно-оздоровительного лагеря. Количество, продолжительность и место проведения учебно-тренировочных занятий. Направленность, объем и интенсивность тренировочных нагрузок. Восстановительные мероприятия.

Подбор общеразвивающих упражнений для проведения подготовительной части учебно-тренировочного занятия. Методика составления комплексов общеразвивающих упражнений для подготовительной части учебно-тренировочного занятия. Форма записи общеразвивающих упражнений. Содержание организационно-методических указаний.

Формирование знаний основных правил безопасности и обеспечения жизнедеятельности в спортивно-оздоровительных лагерях. Формирование навыков организации учебно-тренировочных занятий в соответствии со спецификой акробатики в условиях спортивно-оздоровительных лагерей. Ознакомление с содержанием общей и специальной физической подготовки в соответствии со спецификой акробатики в условиях спортивно-оздоровительных лагерей.

Организация и проведение подготовительной части учебно-тренировочного занятия.

Организация проведения спортивных соревнований с занимающимися в спортивно-оздоровительном лагере.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
(дневная форма получения образования, 1-й курс)

Номер раздела, темы, занятия	Название раздела, темы, перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов			Количество часов УСР	Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.)	Литература	Формы контроля знаний
		Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия				
1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Раздел I. Характеристика акробатики	6	10	2	-			
1.1.1	Тема 1. Общая характеристика акробатики. Акробатика как вид спорта. Акробатика в системе физического воспитания	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[1, 15, 25, 62]	
1.1.2-1.1.3	Тема 1. Общая характеристика акробатики. Официальные спортивные соревнования. Просмотр видеоматериалов с официальных спортивных соревнований		4			<i>Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований</i>	[1, 15, 17, 25, 49, 63]	
1.2.4-1.2.5	Тема 2. История возникновения и развития акробатики. История возникновения и развития акробатики. Формирование акробатики как спортивной дисциплины	2		2		<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[1, 15, 25, 46]	<i>Индивидуальный опрос. Контрольная работа</i>
1.3.6	Тема 3. Современные тенденции и проблемы развития акробатики. Модель специалиста-тренера по акробатике	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[15, 18, 44, 52, 56]	<i>Эссе</i>
1.3.7	Тема 3. Современные тенденции и проблемы развития акробатики. Виды деятельности тренеров		2			<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[15, 18, 44, 52, 56]	

1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.3.8-1.3.9	Тема 3.Современные тенденции и проблемы развития акробатики. Основные проблемы развития акробатики. Современные тенденции развития акробатики. Проблемы и перспективы		4			<i>Учебно-методический комплекс</i>	[14, 15, 52, 53, 63]	
	Раздел II. Правила, организация и проведение спортивных соревнований, методика судейства	4	12	2	6			
2.6.10	Тема 6.Терминология акробатики. Определение понятия «терминология акробатики», назначение терминологии. Правила образования терминов	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[2, 5, 10, 23, 24, 25, 29]	
2.6.11-2.6.	Тема 6.Терминология акробатики. Особенности терминов отдельных групп упражнений		4		2		[2, 5, 10, 23, 24, 25, 29]	<i>Фронтальный опрос Реферат</i>
2.6.13-2.6.14	Тема 6.Терминология акробатики. Правила и формы записи упражнений. Особенности терминологии упражнений акробатики. Запись упражнений акробатики		4		2		[2, 5, 10, 17, 23, 24, 25, 29, 49, 63]	<i>Контрольная работа</i>
2.6.15	Тема 6.Терминология акробатики. Терминология упражнений хореографии	2			2	<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[23, 29]	<i>Реферат</i>
2.6.16	Тема 6.Терминология акробатики. Терминология акробатики			2			[2, 5, 10, 17, 23, 24, 25, 29, 49, 63]	<i>Контрольная работа</i>
2.9.17-2.9.	Тема 9. Организация и проведение спортивных соревнований по акробатике. Подготовка зала для проведения спортивных соревнований. Помощь в проведении спортивных соревнований по акробатике		4			<i>Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований</i>	[1, 8, 11, 20]	
	Раздел III. Техника выполнения упражнений акробатики	2	–	–	–			

1	2	3	4	5	6	7	8	9
3.11.19	Тема 11. Структура и классификация акробатических упражнений. Классификация акробатических упражнений	2				Учебно-методический комплекс. Презентация	[1, 8, 10, 12, 14, 25]	
	Раздел I. Характеристика акробатики	2	4	2	–			
1.4.20	Тема 4. Обеспечение безопасности спортивной подготовки.	2				Учебно-методический комплекс. Презентация	[1, 2, 3, 5, 7, 11, 21, 25]	
1.4.21-1.4.22	Тема 4. Обеспечение безопасности спортивной подготовки. Помощь и страховка при выполнении элементов		4				[1, 2, 3, 5, 7, 11, 21, 25]	
1.4.23	Тема 4. Обеспечение безопасности спортивной подготовки. Оказание первой помощи при травмах			2			[1, 2, 3, 5, 7, 11, 21, 25, 48, 62]	Практическое задание. Фронтальный опрос
	Раздел III. Техника выполнения акробатических упражнений	10	24	6	2			
3.10.24	Тема 10. Общие основы техники акробатических упражнений. Техника акробатических упражнений. Характеристики техники	2				Учебно-методический комплекс. Презентация	[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	
3.10.25	Тема 10. Общие основы техники акробатических упражнений. Определение понятия «устойчивость тел». Виды и условия статических равновесий тел. Оси и плоскости вращательного движения	2				Учебно-методический комплекс. Презентация	[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	
3.10.26	Тема 10. Общие основы техники акробатических упражнений.			2			[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	Фронтальный опрос Тест
3.12.27	Тема 12. Основы техники балансовых упражнений. Основы техники балансирования. Условия сохранения и восстановления положения акробата	2				Учебно-методический комплекс. Презентация	[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	

1	2	3	4	5	6	7	8	9
3.12.28	Тема 12. Основы техники балансовых упражнений. Основные рабочие положения партнеров при выполнении балансовых упражнений, двигательные действия и навыки сохранения позы акробата		2			<i>Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований</i>	[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	<i>Практическое задание</i>
3.12.29	Тема 12. Основы техники балансовых упражнений. Функциональные обязанности партнеров и их взаимодействие в парах и группах при выполнении балансовых элементов		2				[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	<i>Практическое задание</i>
3.12.30- 3.12.31	Тема 12. Основы техники балансовых упражнений. Основы техники построения и выполнения базовых пирамид в тройках и четверках		4			<i>Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований</i>	[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	<i>Практическое задание</i>
3.12.32	Тема 12. Основы техники балансовых упражнений. Основы техники балансовых упражнений			2			[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	<i>Фронтальный опрос</i>
3.13.33	Тема 13. Основы техники вольтижных упражнений. Основы техники темпа в парах и группах. Основы техники ловли после акробатического прыжка	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	
3.13.34	Тема 13. Основы техники вольтижных упражнений. Функциональные обязанности партнеров и их взаимодействие в парах и группах при выполнении вольтижных элементов		2		2		[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	<i>Практическое задание. Индивидуальный опрос</i>
3.13.35- 3.13.37	Тема 13. Основы техники вольтижных упражнений. Основные рабочие положения партнеров при выполнении вольтижных упражнений, бросков, ловлей и приземлений на различных видах опоры		4	2		<i>Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований</i>	[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	<i>Практическое задание. Индивидуальный опрос</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
3.14.38	Тема 14. Основы техники акробатических прыжков. Действие законов механики при выполнении акробатических прыжков. Особенности взаимодействия с опорой. Фазы акробатических прыжков		2				[2, 3, 7, 12, 20, 21, 25, 26, 31, 34-43, 55, 57]	<i>Практическое задание</i>
3.14.39-3.14.40	Тема 14. Основы техники акробатических прыжков. Основы техники гладких и винтовых акробатических прыжков		4				[2, 3, 7, 12, 20, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	<i>Практическое задание</i>
3.16.41	Тема 16. Основы техники прыжков на батуте. Характеристика прыжков на батуте и их классификация. Общие основы техники прыжков на батуте	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[2, 3, 7, 8, 12, 20, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	
3.16.42	Тема 16. Основы техники прыжков на батуте. Правила поведения на сетке. Входы и сходы с батута		2				[2, 3, 7, 8, 12, 20, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	<i>Практическое задание</i>
3.16.43	Тема 16. Основы техники прыжков на батуте. Страховка и помощь при прыжках на батуте		2				[2, 3, 7, 8, 12, 20, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	<i>Практическое задание</i>
	Раздел VI. Виды спортивной подготовки и их взаимосвязь	6	16	2	2			
6.30.44-6.30.45	Тема 30. Физическая и функциональная подготовка. Физические качества, определяющие успешность специализации в акробатике.	2		2		<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[2-4, 7-9, 12, 14, 16, 19-21, 25, 28]	<i>Фронтальный опрос</i>
6.30.46-6.30.47	Тема 30. Физическая и функциональная подготовка. Сила: определение, виды, особенности проявления и развития. Топография силы у занимающихся акробатикой. Силовая выносливость. Скоростно-силовая подготовка, особенности развития		4				[2-4, 7-9, 12, 14, 16, 19-21, 25, 28]	<i>Практическое задание</i>
6.30.48-6.30.49	Тема 30. Физическая и функциональная подготовка. Гибкость, виды, особенности развития		2				[2-4, 7-9, 12, 14, 16, 19-21, 25, 28]	<i>Практическое задание</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
6.30.50-6.30.51	Тема 30. Физическая и функциональная подготовка. Координационные способности		4				[2-4, 7-9, 12, 14, 16, 19-21, 25, 28]	<i>Практическое задание</i>
6.30.52	Тема 30. Физическая и функциональная подготовка. Содержание и структура физической подготовки, ее место и значение в системе спортивной подготовки в акробатике. Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка, задачи, содержание. Функциональная подготовка	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[2-4, 7-9, 12, 14, 16, 19-21, 25, 28]	
6.30.53-6.30.54	Тема 30. Физическая и функциональная подготовка. Сочетание специальной физической подготовки и технической подготовки. Методика составления комплексов СФП		4				[2-4, 7-9, 12, 14, 16, 19-21, 25, 28]	
6.30.55	Тема 30. Физическая и функциональная подготовка. Круговой метод и особенности его применения		2		2		[2-4, 7-9, 12, 14, 16, 19-21, 25, 28]	<i>Практическое задание. Фронтальный опрос</i>
6.30.56	Тема 35. Основы музыкальной грамоты, музыкальное сопровождение занятий и выступлений. Значение музыкального сопровождения. Элементы музыкальной грамоты	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[5, 6, 14, 23, 29, 47]	
	Раздел III. Техника выполнения акробатических упражнений	2	8	-	-			
3.15.57	Тема 15. Основные направления хореографической подготовки. Значение хореографической подготовки на этапах многолетней спортивной подготовки акробатов	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[5, 6, 14, 23, 29, 47]	
3.15.58	Тема 15. Основные направления хореографической подготовки. Основы техники классической хореографии		2				[5, 6, 14, 23, 29, 47]	<i>Практическое задание</i>
3.15.59-3.15.60	Тема 15. Основные направления хореографической подготовки. Упражнения у станка. Партерная хореография		4				[5, 6, 14, 23, 29, 47]	<i>Практическое задание</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
3.15.61	Тема 15. Основные направления хореографической подготовки. Содержание хореографических упражнений и особенности их использования в акробатике		2			<i>Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований</i>	[5, 6, 14, 23, 29, 47]	<i>Практическое задание</i>
	Раздел X. Медико-биологическое, научно-методическое, материально-техническое, информационное, финансовое обеспечение спортивной подготовки	2	20	2	–			
10.52.62	Тема 52. Материально-техническое обеспечение спортивной подготовки в акробатике. Требования, предъявляемые к специализированным спортивным сооружениям для занятий акробатикой	2		2		<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[1, 2, 3, 5, 7, 11, 21, 25, 48, 62]	<i>Фронтальный опрос</i>
10.52.63-10.52.64	Тема 52. Материально-техническое обеспечение спортивной подготовки в акробатике. Понятие о материально-техническом обеспечении занятий по акробатике. Оборудование залов: основное и дополнительное		4				[1, 2, 3, 5, 7, 11, 21, 25, 48, 62]	<i>Фронтальный опрос. Практическое задание</i>
10.52.65-10.52.68	Тема 52. Материально-техническое обеспечение спортивной подготовки в акробатике. Тренажеры. Лонжи. Поролоновые ямы, кубы, маты		8				[1, 2, 3, 5, 7, 11, 21, 25, 48, 62]	<i>Практическое задание</i>
10.52.69	Тема 52. Материально-техническое обеспечение спортивной подготовки в акробатике. Требования, предъявляемые к ковро для занятий и для проведения спортивных соревнований по спортивной акробатике (требования Международной федерации гимнастики (ФИЖ))		2				[1, 2, 3, 5, 7, 11, 21, 25, 48, 62]	
10.52.70-10.52.72	Тема 52. Материально-техническое обеспечение спортивной подготовки в акробатике. Батуты. Акробатическая дорожка. Трамплины, гимнастические мостики		6				[1, 2, 3, 5, 7, 11, 21, 25, 48, 62]	<i>Практическое задание</i>
	Итого: 154 часа	34	94	16	10			

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
(дневная форма получения образования, 2-й курс)

Номер раздела, темы, занятия	Название раздела, темы, перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов			Количество часов УСР	Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.)	Литература	Формы контроля знаний
		Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия				
1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Раздел II. Правила, организация и проведение спортивных соревнований, методика судейства	8	16	2	-			
2.7.1-2.7.3	Тема 7. Правила спортивных соревнований по акробатике. Методика судейства. Виды спортивных соревнований. Программа спортивных соревнований. Документы спортивных соревнований. Организация спортивных соревнований. Проведение спортивных соревнований. Работа судейской коллегии. Методика судейства. Функции главного судьи. Сбавки главного судьи. Секретариат	2	4			Учебно-методический комплекс. Презентация Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований	[15, 17, 49-51, 63]	Практическое задание
2.7.4-2.7.6	Тема 7. Правила спортивных соревнований по акробатике. Методика судейства. Общие правила судейства. Размеры площадки. Костюмы для выступлений. Судейство международных и республиканских спортивных соревнований. Дисциплинарные взыскания и дисквалификация	2	4			Учебно-методический комплекс. Презентация Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований	[15, 17, 49-51, 63]	Индивидуальный опрос. Практическое задание

1	2	3	4	5	6	7	8	9
2.7.7- 2.7.8	Тема 7. Правила спортивных соревнований по акробатике. Методика судейства. Судейство исполнения. Критерии. Функции судей. Судейство артистизма. Критерии судейства. Функции судей	2	2			<i>Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований</i>	[15, 17, 49-51, 63]	<i>Практическое задание</i>
2.7.9- 2.7.10	Тема 7. Правила спортивных соревнований по акробатике. Методика судейства. Судейство трудности соревновательных упражнений. Критерии судейства. Требования к трудности. Таблицы трудности. Судейство по видеозаписям с различных спортивных соревнований с последующим разбором и анализом.	2		2		<i>Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований</i>	[15, 17, 49-51, 63]	<i>Практическое задание. Фронтальный опрос</i>
2.9.11- 2.9.13	Тема 9. Организация и проведение спортивных соревнований по акробатике. Состав главной судейской коллегии (ГСК). Создание организационного комитета (оргкомитет). Виды спортивных соревнований		6			<i>Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований</i>	[15, 17, 49-51, 62, 63]	<i>Практическое задание. Фронтальный опрос</i>
	Раздел VI. Виды спортивной подготовки и их взаимосвязь	2	4	2	–			
6.29.14- 6.29.15	Тема 29. Определение понятий: «спортивная подготовка», «подготовленность», «техническая подготовка», «техническая подготовленность». Спортивная подготовка акробатов как единый процесс овладения ее видами: технической, физической, психологической, тактической и теоретической	2	2			<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[1, 9, 14, 16, 18-21, 27, 28, 30, 31, 53, 54]	<i>Практическое задание</i>
6.29.16- 6.29.17	Тема 29. Особенности спортивной подготовки в зависимости от вида акробатики, пола, специализации партнеров, квалификации спортсменов, морфофункциональных особенностей		2	2			[1, 9, 14, 16, 18-21, 27, 28, 30, 31, 53, 54]	<i>Практическое задание. Фронтальный опрос</i>
	Раздел III. Техника выполнения акробатических упражнений	2	28	2	–			
3.11.18- 3.11.19	Тема 11. Структура и классификация акробатических упражнений. Структурный анализ основных групп упражнений		2	2			[1, 8, 10, 12, 14, 25]	<i>Фронтальный опрос</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
3.12.20-3.12.22	Тема 12. Основы техники балансовых упражнений. Техника балансовых элементов в парах и группах с различным положением нижнего или нижних		6				[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	<i>Практическое задание</i>
3.12.23-3.12.24	Тема 12. Основы техники балансовых упражнений. Основы техники построения и выполнения базовых пирамид в тройках и четверках		4				[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	<i>Практическое задание.</i>
3.13.25	Тема 13. Основы техники вольтижных упражнений. Основы техники темпа в парах и группах. Функциональные обязанности партнеров и их взаимодействие.	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	
3.13.26-3.13.29	Тема 13. Основы техники вольтижных упражнений. Основы техники вольтижных упражнений броском, толчком, подкидным броском. Особенности техники выполнения вольтижных элементов в темпе. Техника ловли.		8				[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	<i>Практическое задание</i>
3.14.30-3.14.31	Тема 14. Основы техники акробатических прыжков. Основы техники гладких и винтовых акробатических прыжков		4				[2, 3, 7, 8, 12, 20, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	<i>Практическое задание</i>
3.16.32-3.16.33	Тема 16. Основы техники прыжков на батуте. Техника прыжков с вращением вперед, с вращением назад, особенности управления движениями в безопорной фазе. Выполнение отдельных элементов на сетке, в поролоновую яму		4				[2, 3, 7, 8, 12, 20, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	<i>Практическое задание</i>
	Раздел V. Методика обучения в акробатике	2	62	6		–		
5.23.34-5.23.35	Тема 23. Общие основы методики обучения акробатическим упражнениям. Основные факторы, определяющие эффективность процесса обучения	2		2		<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[2, 11, 12, 14, 15, 21, 35, 36, 40, 41, 55]	<i>Индивидуальный опрос</i>
5.23.36-5.23.37	Тема 23. Общие основы методики обучения акробатическим упражнениям. Реализация дидактических принципов обучения в акробатике (по В.Н.Болобану)		4				[2, 11, 12, 14, 15, 21, 35, 36, 40, 41, 55]	<i>Практическое задание</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
5.23.38	Тема 23. Общие основы методики обучения акробатическим упражнениям. Этапы обучения упражнению		2				[2, 11, 12, 14, 15, 21, 35, 36, 40, 41, 55]	<i>Практическое задание</i>
5.24.39-5.24.42	Тема 24. Обучение базовым упражнениям. Методика обучения различным видам балансовых упражнений в парах и группах: стойки, равновесия, упоры на различных видах опоры (на двух руках, в одной руке, на плечах, в узкоручке, на голове, на стопе, на коленях, на теле партнера). Наиболее распространенные ошибки и методика их исправления		8				[2, 11, 12, 14, 15, 21, 35, 36, 40, 41, 55]	<i>Практическое задание</i>
5.24.43-5.24.46	Тема 24. Обучение базовым упражнениям. Методика обучения различным видам вольтижных упражнений в парах и группах: соскоки, ловли (в плечи, в руки, на предплечья, на решетку, «в рыбку», под спину, в ласточку, в стойку на руках), подкидные броски, броски с решетки, с фуса, ловли со сменой партнеров. Наиболее распространенные ошибки и методика их исправления.		8				[2, 11, 12, 14, 15, 21, 35, 36, 40, 41, 55]	<i>Практическое задание</i>
5.24.47-5.24.48	Тема 24. Обучение базовым упражнениям. Использование специальных приспособлений (лонжи, батут в сочетании с поролоновой ямой, трамплины, поролоновые маты и кубы) при обучении. Формирование навыков страховки и самостраховки		4				[2, 11, 12, 14, 15, 21, 35, 36, 40, 41, 55]	<i>Практическое задание</i>
5.24.49	Тема 24. Обучение базовым упражнениям. Использование специальных приспособлений при обучении			2			[2, 11, 12, 14, 15, 21, 35, 36, 40, 41, 55]	<i>Практическое задание. Фронтальный опрос</i>
5.25.50-5.25.56	Тема 25. Обучение индивидуальным акробатическим упражнениям. Методика обучения индивидуальным упражнениям на равновесие, на гибкость, различных видов поворотов, хореографических прыжков, акробатических прыжков в позу, акробатических прыжков с места и с разбега		14				[2, 11, 12, 14, 15, 21, 35, 36, 40, 41, 55]	<i>Практическое задание</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
5.25.57-5.25.62	Тема 25. Формирование навыков страховки, проводки и использования лонжи при обучении индивидуальным акробатическим упражнениям		12				[2, 11, 12, 14, 15, 21, 35, 36, 40, 41, 55]	<i>Практическое задание</i>
5.25.63	Тема 25. Характеристика индивидуальных акробатических упражнений. Основные ошибки и методы их исправления			2			[2, 11, 12, 14, 15, 21, 35, 36, 40, 41, 55]	<i>Практическое задание. Фронтальный опрос</i>
5.26.64	Тема 26. Обучение парно-групповым акробатическим элементам. Последовательность разучивания парно-групповых элементов с учетом особенностей вида акробатики		2				[2, 11, 12, 14, 15, 21, 35, 36, 40, 41, 55]	<i>Практическое задание</i>
5.26.65-5.26.66	Тема 26. Обучение парно-групповым акробатическим элементам. Методика обучения построения пирамид. Обучение действиям при неудачном выполнении пирамиды, «полазки» или разрушении пирамиды		4				[2, 11, 12, 14, 15, 21, 35, 36, 40, 41, 55]	<i>Практическое задание</i>
5.26.67-5.26.68	Тема 26. Обучение парно-групповым акробатическим элементам. Обучение действиям партнеров для создания вращения при выполнении вольтижных элементов. Обучение «темпу» и ловле. Формирование навыков страховки партнеров при неудачном исполнении элемента и приземлении		4				[2, 11, 12, 14, 15, 21, 35, 36, 40, 41, 55]	<i>Практическое задание</i>
	Раздел VI. Виды спортивной подготовки и их взаимосвязь	2	4	–	–			
6.32.69-6.32.70	Тема 32. Хореографическая подготовка. Упражнения у опоры. Упражнения на середине	2	2			<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[23, 29, 47]	<i>Практическое задание</i>
6.32.71	Тема 32. Хореографическая подготовка. Элементы классического, историко-бытового и народного танцев, адаптированные к гимнастическому стилю исполнения движений. Элементы современного танца		2				[23, 29, 47]	<i>Практическое задание</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Раздел III. Техника выполнения акробатических упражнений	–	2	–	–			
3.15.72	Тема 15. Основные направления хореографической подготовки. Использование элементов народной и современной хореографии в спортивной подготовке акробатов. Соответствие хореографической подготовки характеру музыкального сопровождения		2				[23, 29, 47]	<i>Практическое задание</i>
	Раздел V. Методика обучения в акробатике	–	4	–	–			
5.27.73-5.27.74	Тема 27. Обучение хореографическим упражнениям. Методика обучения хореографическим упражнениям. Правила и последовательность обучения упражнениям классической хореографии. Положение корпуса, обучение позициям ног и рук		4				[23, 29, 47]	<i>Практическое задание</i>
	Раздел XII. Организация деятельности спортивно-оздоровительных лагерей	6	4	–	–			
12.58.7 5	Тема 58. Нормативное правовое обеспечение деятельности спортивно-оздоровительных лагерей	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>		
12.59.7 6	Тема 59. Планирующая документация спортивно-оздоровительного лагеря	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>		
12.60.7 7	Тема 60. Материально-техническое и санитарно-гигиеническое обеспечение работы спортивно-оздоровительного лагеря		2					
12.61.7 812.61. 79	Тема 61. Организация идеологической, воспитательной и учебно-тренировочной работы, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в спортивно-оздоровительном лагере	2	2			<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>		
Итого: 158 часов		22	124	12	–			

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
(дневная форма получения образования, 3-й курс)

Номер раздела, темы, занятия	Название раздела, темы, перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов			Количество часов УСР	Материальное обеспечение занятия (наглядные методические пособия и др.)	Литература	Формы контроля знаний
		Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия				
1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Раздел IV. Современные представления о системе спортивной подготовки в акробатике	2	-	2	-			
4.22.1	Тема 22. Формы организации занятий акробатикой. Основные формы занятий акробатикой. Тренировочные формы занятий. Типы занятий и их разновидности. Задачи, средства и методы проведения занятий разных типов. Подготовительная часть тренировочного занятия. Основная часть тренировочного занятия. Заключительная часть тренировочного занятия. Соревновательная форма	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[3, 14, 16, 25, 27, 62]	
4.22.2	Тема 22. Формы организации занятий акробатикой. Задачи, средства и методы проведения занятий разных типов			2			[3, 14, 16, 25, 27, 62]	<i>Индивидуальный опрос</i>
	Раздел III. Техника выполнения упражнений спортивной акробатики	6	10	4	-			

1	2	3	4	5	6	7	8	9
3.17.3- 3.17.4	Тема 17. Особенности техники упражнений в различных видах акробатики (пары, тройки, четверки). Основные закономерности техники выполнения балансовых элементов в парах и группах	2	2			Учебно-методический комплекс. Презентация	[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	Практическое задание
3.17.5	Тема 17. Особенности техники упражнений в различных видах акробатики (пары, тройки, четверки). Основные закономерности техники выполнения балансовых элементов в женских, смешанных и мужских парах		2				[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	Практическое задание
3.17.6	Тема 17. Особенности техники упражнений в различных видах акробатики (пары, тройки, четверки). Основные закономерности техники выполнения балансовых элементов в женских тройках и мужских четверках		2				[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	Практическое задание
3.17.7- 3.17.8	Тема 17. Особенности техники упражнений в различных видах акробатики (пары, тройки, четверки). Основные закономерности техники выполнения вольтижных элементов в парах и группах	2		2		Учебно-методический комплекс. Презентация	[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	Практическое задание. Фронтальный опрос
3.17.9	Тема 17. Особенности техники упражнений в различных видах акробатики (пары, тройки, четверки). Основные закономерности техники выполнения вольтижных элементов в женских, смешанных и мужских парах		2				[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	
3.17.10	Тема 17. Особенности техники упражнений в различных видах акробатики (пары, тройки, четверки). Основные закономерности техники выполнения вольтижных элементов в женских тройках и мужских четверках		2				[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	
3.17.11- 3.17.12	Тема 17. Особенности техники упражнений в различных видах акробатики (пары, тройки, четверки)	2		2		Учебно-методический комплекс. Презентация	[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	Практическое задание. Фронтальный опрос

1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Раздел III. Техника выполнения акробатических упражнений	–	2	–	–			
4.29.13	Тема 29. Техническая подготовка. Навыки синхронного выполнения движений, взаимодействия между партнерами. Формирование согласованности действий		2			<i>Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований</i>	[2, 3, 7, 12, 21, 25, 26, 34-43, 55, 57]	
	Раздел V. Методика обучения в акробатике	–	16	2	–			
5.28.14-5.28.15	Тема 28. Методика проведения учебно-тренировочного занятия. Учебно-тренировочное занятие: его место, значение, структура. Средства, применяемые на учебно-тренировочном занятии		2	2			[2, 11, 12, 14, 15, 21, 35, 36, 40, 41, 55]	<i>Фронтальный опрос</i>
5.28.16	Тема 28. Методика проведения учебно-тренировочного занятия. Требования к педагогу		2	.			[2, 11, 12, 14, 15, 21, 35, 36, 40, 41, 55]	
5.28.17	Тема 28. Методика проведения учебно-тренировочного занятия. Создание представлений и разучивание упражнений.		2				[2, 11, 12, 14, 15, 21, 35, 36, 40, 41, 55]	<i>Практическое задание</i>
5.28.18-5.28.19	Тема 28. Методика проведения учебно-тренировочного занятия. Управление нагрузкой в процессе учебно-тренировочного занятия. Врачебно-педагогический контроль при проведении учебно-тренировочного занятия		4				[2, 11, 12, 14, 15, 21, 35, 36, 40, 41, 55]	<i>Практическое задание</i>
5.28.20	Тема 28. Методика проведения учебно-тренировочного занятия. Приспособления и оборудование для проведения учебно-тренировочного занятия		2				[2, 11, 12, 14, 15, 21, 35, 36, 40, 41, 55]	
5.28.21	Тема 28. Методика проведения учебно-тренировочного занятия Требования к музыкальному сопровождению учебно-тренировочного занятия. Методика подбора музыки и составление фонограмм		2				[2, 11, 12, 14, 15, 21, 35, 36, 40, 41, 55]	<i>Практическое задание</i>
5.28.22	Тема 35. Основы музыкальной грамоты. Музыкальное сопровождение занятий и выступлений. Проведение упражнений в соответствии со стилем избранной музыки		2				[23, 29, 47]	<i>Практическое задание</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Раздел IV. Современные представления о системе спортивной подготовки в акробатике	2	–	–	–			
4.19.23	Тема 19. Объективные условия спортивной деятельности в акробатике. Этапы многолетней спортивной подготовки акробатов	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[9, 15, 16, 19, 22, 27, 28, 33, 60, 62]	
	Раздел VII. Спортивный отбор	4	12	4	6			
7.38.24- 7.38.25	Тема 38. Система спортивного отбора. Отбор и спортивная ориентация спортсменов системе многолетней спортивной подготовки. Теоретические предпосылки и обоснование спортивной ориентации и отбора	2		2		<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[9, 15, 16, 19, 22, 27, 28, 33, 42, 45, 52, 58, 60, 62]	<i>Индивидуальный опрос</i>
7.38.26	Тема 38. Система спортивного отбора. Отбор в сборные команды. Комплектование команды для участия в спортивных соревнованиях. Особенности отбора в группы начальной подготовки по спортивной акробатике. Отбор для перевода в группы последующего года обучения		2				[9, 15, 16, 19, 22, 27, 28, 33, 42, 45, 52, 58, 60, 62]	<i>Практическое задание</i>
7.38.27	Тема 38. Система спортивного отбора. Практическое овладение методами тестирования. Диагностика и оценка способностей		2				[9, 15, 16, 19, 22, 27, 28, 33, 42, 45, 52, 58, 60, 62]	<i>Практическое задание</i>
7.39.28	Тема 39. Этапы отбора. Этапы отбора в процессе спортивного совершенствования. Методы антропометрического тестирования. Методы определения уровня общей физической подготовленности (ОФП). Тесты и контрольные упражнения, характеризующие уровень ОФП		2				[9, 15, 16, 19, 22, 27, 28, 33, 42, 45, 52, 58, 60, 62]	<i>Практическое задание</i>
7.39.29	Тема 39. Этапы отбора. Методы самоконтроля во время учебно-тренировочного процесса		2					

1	2	3	4	5	6	7	8	9
7.40.30-7.40.31	Тема 40. Морфофункциональные особенности детей различного возраста. Антропометрические и физиологические особенности детского организма	2		2		Учебно-методический комплекс. Презентация	[3, 14, 16, 27, 48]	Индивидуальный опрос
7.40.32	Тема 40. Морфофункциональные особенности детей различного возраста. Основные требования при составлении комплексов упражнений физической подготовки для акробатов различного возраста		2		4		[3, 14, 16, 27, 48]	Индивидуальный опрос
7.40.33	Тема 40. Морфофункциональные особенности детей различного возраста. Основные требования при составлении комплексов упражнений технической подготовки для акробатов различного возраста		2		2		[3, 14, 16, 27, 48]	Индивидуальный опрос
	Раздел IV. Современные представления о системе спортивной подготовки в акробатике	–	2	–	–			
4.22.34	Тема 22. Формы организации занятий акробатикой. Урочная форма. Структура урока. Методика проведения частей урока		2				[3, 14, 16, 27]	Практическое задание
	Раздел VIII. Система спортивной подготовки акробатов различной квалификации	2	2	–	–			
8.45.35-8.45.36	Тема 45. Спортивно прикладная направленность акробатических упражнений. Роль акробатической подготовки в различных видах спорта. Значение и возможности использования акробатической подготовки для представителей различных профессий	2	2			Учебно-методический комплекс. Презентация	[5, 6, 11, 24, 25]	Практическое задание
	Раздел XI. Основы научной деятельности	6	36	2	6			
9.55.37-9.55.38	Тема 55. Направления научных исследований в акробатике и смежных видах спорта. Значение научных исследований для достижения высоких спортивных результатов		4				[1, 7, 13]	Практическое задание

1	2	3	4	5	6	7	8	9
9.55.39-9.55.40	Тема 55. Направления научных исследований в акробатике и смежных видах спорта. Фундаментальные и прикладные исследования. Задачи научных исследований в современных условиях развития спортивной деятельности. Примерная тематика курсовых работ		4					<i>Практическое задание</i>
9.55.41-9.55.44	Тема 55. Направления научных исследований в акробатике и смежных видах спорта. Актуальные проблемы исследования техники упражнений; процесса обучения двигательным действиям; закономерностей тренировочного процесса; особенностей спортивной подготовки акробатов разного пола, возраста и квалификации; процесса становления физических (двигательных) качеств		8		4			<i>Практическое задание</i> <i>Тест</i>
9.56.45	Тема 56. Методы научных исследований. Основные методы исследования и возможности их использования в спортивной практике	2				<i>Учебно-методический комплекс.</i> <i>Презентация</i>		
9.56.46	Тема 56. Методы научных исследований. Анализ научно-методической литературы. Поиск литературы по теме исследования. Реферирование. Посещение специализированной библиотеки. Ознакомление с работой электронных каталогов, читального зала. Правила библиографического описания источников		2					<i>Практическое задание</i>
9.56.47	Тема 56. Методы научных исследований. Метод наблюдения. Опросные методы. Тестирование как основной метод оценки физической и функциональной подготовленности занимающихся. Составление протокола тестирования. Метод контрольных упражнений		2					<i>Практическое задание</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
9.56.48	Тема 56. Методы научных исследований. Педагогический эксперимент. Инструментальные методы исследования. Использование компьютеров при проведении исследований. Математико-статистическая обработка полученных данных. Интерпретация полученных данных		2					<i>Практическое задание</i>
	Тема 56. Методы научных исследований. Анализ тренировочной и соревновательной деятельности. Формулирование выводов по результатам проведенных исследований				2			<i>Отчет</i>
9.56.49	Тема 56. Методы научных исследований. Методы оценки уровня технической подготовленности занимающихся		2					<i>Практическое задание</i>
9.56.50	Тема 56. Методы научных исследований. Использование современных технологий и оборудования для проведения научных исследований			2				<i>Индивидуальный опрос</i>
9.57.51	Тема 57. Методология написания курсовой работы. Понятие актуальности исследования. Поиск актуальной темы для проведения собственных исследований. Обоснование актуальности избранной темы исследований	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>		
9.57.52	Тема 57. Методология написания курсовой работы. Планирование и организация научного исследования. Подбор методов и методик исследования	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>		
9.57.53	Тема 57. Методология написания курсовой работы. Понятие цель и задача научного исследования. Объект и предмет исследования, гипотеза. Выводы и заключение. Новизна и практическая значимость результатов		2					<i>Практическое задание</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
9.57.54-9.57.55	Тема 57. Методология написания курсовой работы. Определение понятия «дискуссия». Научная дискуссия как публичное обсуждение проблем исследования. Доказательная база научной дискуссии. Методика построения диалога при обсуждении. Формулирование вопросов. Нормы поведения при ведении дискуссии		4					<i>Индивидуальный опрос</i>
9.57.56	Тема 57. Методология написания курсовой работы. Организация и проведение научной дискуссии. Проведение научной дискуссии в группе		2					<i>Практическое задание</i>
9.57.57	Тема 57. Методология написания курсовой работы. Требования к презентации для защиты результатов проведенных исследований. Подготовка презентации результатов научных исследований с помощью компьютерных технологий (MS Power Point)		2					<i>Практическое задание</i>
9.57.58	Тема 57. Методология написания курсовой работы. Правила оформления актов внедрения и патентов. Возможности и виды практического внедрения результатов научного исследования. Разработка практических рекомендаций и методической литературы		2					<i>Практическое задание</i>
	Раздел II. Правила, организация и проведение спортивных соревнований, методика судейства	–	4	2	8			
2.9.59	Тема 9. Организация и проведение спортивных соревнований по акробатике. Виды спортивных соревнований. Документы внешнего и внутреннего планирования. Календарь спортивных соревнований. Положение о спортивных соревнованиях, содержание, структура, распространение		2		2		[15, 17, 49-51, 63]	<i>Практическое задание</i>
	Тема 9. Организация и проведение спортивных соревнований по акробатике. Сценарий спортивных соревнований				2		[15, 17, 49-51, 63]	<i>Практическое задание</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
2.8.60	Тема 8. Методика оценивания трудности, составления тарифных листов. Система условных обозначений, используемых при записи упражнений. Правила составления тарифных листов. Правила оценивания упражнений		2			<i>Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований</i>	[15, 17, 49-51, 63]	
2.8.61	Тема 8. Методика оценивания трудности, составления тарифных листов. Структура и содержание Таблиц трудности			2		<i>Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований</i>	[15, 17, 49-51, 63]	<i>Индивидуальный опрос</i>
	Тема 8. Методика оценивания трудности, составления тарифных листов. Практика записи сложности упражнений по видео, на тренировочных занятиях, на спортивных соревнованиях				4	<i>Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований</i>	[15, 17, 49-51, 63]	<i>Практическое задание</i>
	Раздел IV. Современные представления о системе спортивной подготовки в акробатике	2	8	2	–			
4.18.62-4.18.63	Тема 18. Цели, задачи, содержание тренировки. Цели и частные задачи тренировки. Основные компоненты содержания тренировки в акробатике	2		2		<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[1, 15, 19, 28, 54]	<i>Индивидуальный опрос</i>
4.18.64-4.18.65	Тема 18. Цели, задачи, содержание тренировки. Обусловленность задач индивидуальными возможностями и способностями занимающихся		4				[1, 15, 19, 28, 54]	
4.18.66-4.18.67	Тема 18. Цели, задачи, содержание тренировки. Основные компоненты содержания тренировки в акробатике		4				[1, 15, 19, 28, 54]	<i>Тест</i>
	Раздел IX. Общие основы спортивной спортивной подготовки акробатов	2	8	–	–			
9.46.68	Тема 46. Цели, задачи, содержание, основные средства спортивной подготовки акробатов и методы их применения. Цели и задачи спортивной подготовки акробатов на различных этапах многолетней тренировочной деятельности	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[1, 15, 19, 28, 54]	

1	2	3	4	5	6	7	8	9
9.46.69-9.46.70	Тема 46. Цели, задачи, содержание, основные средства спортивной подготовки акробатов и методы их применения. Средства и методы спортивной подготовки акробатов на этапе начальной подготовки		4				[1, 3, 14-16, 19, 28, 43]	<i>Практическое задание</i>
9.46.71-9.46.72	Тема 46. Цели, задачи, содержание, основные средства спортивной подготовки акробатов и методы их применения. Содержание спортивной подготовки акробатов на этапе начальной подготовки		4				[1, 3, 14-16, 19, 28, 43]	<i>Практическое задание</i>
	Раздел VIII. Система спортивной подготовки акробатов различной квалификации	2	40	4	4			
8.41.73	Тема 41. Методика спортивной подготовки юных акробатов. Место и значение акробатики на физкультурных занятиях в учреждениях дошкольного образования. Особенности построения физкультурных занятий и методика преподавания	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[1, 3, 14-16, 19, 28]	
	Тема 41. Методика спортивной подготовки юных акробатов. Использование предметов и приспособлений на физкультурных занятиях в учреждении дошкольного образования. Организация детских утренников и подготовка показательных выступлений. Игры и игровые задания с дошкольниками. Подвижные игры и эстафеты на физкультурных занятиях				2		[1, 3, 14-16, 19, 28]	<i>Реферат</i>
8.41.74	Тема 41. Методика спортивной подготовки юных акробатов. Учебная практика в проведении с группой подвижных игр и эстафет с бегом, прыжками, преодолением препятствий, переноской набивных мячей, палок и других предметов, а также партнеров		2				[1, 3, 14-16, 19, 28]	<i>Практическое задание</i>
	Тема 41. Методика спортивной подготовки юных акробатов. Тематические комплексы утренней зарядки для младшей, средней и старшей групп учреждения дошкольного образования				2		[1, 3, 14-16, 19, 28]	<i>Реферат</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
8.41.75- 8.41.76	Тема 41. Методика спортивной подготовки юных акробатов. Методика преподавания акробатики в учреждении общего среднего образования. Акробатика в режиме дня. Содержание программы по акробатике в начальных, средних и старших классах		2	2			[1, 3, 14-16, 19, 28]	<i>Фронтальный опрос. Практическое задание</i>
8.41.77	Тема 41. Методика спортивной подготовки юных акробатов. Формирование двигательной функции у детей и подростков в процессе занятий акробатикой		2				[1, 3, 14-16, 19, 28]	<i>Практическое задание</i>
8.41.78- 8.41.79	Тема 41. Методика спортивной подготовки юных акробатов. Типы осанки. Методика воспитания правильной осанки средствами акробатики		4				[1, 3, 14-16, 19, 28]	<i>Практическое задание</i>
8.41.80- 8.41.81	Тема 41. Методика спортивной подготовки юных акробатов. Подготовительная часть урока акробатики: методика проведения строевых упражнений, разновидностей передвижений, комплексов общеразвивающих упражнений, подбор и дозировка упражнений, команды и распоряжения. Методы проведения подготовительной части урока		4				[1, 3, 14-16, 19, 28]	<i>Практическое задание</i>
8.41.82- 8.41.83	Тема 41. Методика спортивной подготовки юных акробатов. Основная часть урока акробатики: особенности организации и методика проведения отдельных видов упражнений и упражнений в парах и группах		4				[1, 3, 14-16, 19, 28]	<i>Практическое задание</i>
8.41.84	Тема 41. Методика спортивной подготовки юных акробатов. Заключительная часть урока акробатики. Упражнения для восстановления и нормализации психологического состояния, методика их проведения		2				[1, 3, 14-16, 19, 28]	<i>Практическое задание</i>
8.41.85- 8.41.87	Тема 41. Методика спортивной подготовки юных акробатов. Методика проведения акробатической разминки		6				[1, 3, 14-16, 19, 28]	<i>Практическое задание</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
8.41.88-8.41.89	Тема 41. Методика спортивной подготовки юных акробатов. Методика обучения упражнений в равновесии. Характеристика упражнений в равновесии. Факторы, влияющие на выполнение упражнений в равновесии		4				[1, 3, 14-16, 19, 28]	<i>Практическое задание</i>
8.41.90-8.41.93	Тема 41. Методика спортивной подготовки юных акробатов. Методика проведения парных и групповых акробатических упражнений. Разновидности хватов и упоров. Разновидности парных и групповых передвижений. Подбор пирамид для учащихся разного возраста, пола, уровня подготовленности. Парно-групповые упражнения для 2-х, 3-х и 4-х участников. Пирамиды с предметами (стулья, гимнастические палки, флажки, шары, ленты)		8				[1, 3, 14-16, 19, 28]	<i>Практическое задание</i>
8.41.94	Тема 41. Методика спортивной подготовки юных акробатов. Элементы малой акробатики. Элементы семейной акробатики		2				[1, 3, 14-16, 19, 28]	
8.41.95	Тема 41. Методика спортивной подготовки юных акробатов			2			[1, 3, 14-16, 19, 28]	<i>Фронтальный опрос</i>
	Раздел VI. Виды спортивной подготовки и их взаимосвязь	–	2	–	–			
6.30.96	Тема 30. Физическая и функциональная подготовка. Методика составления комплексов СФП для юных акробатов		2				[1, 3, 4, 14-16, 19, 25, 27]	<i>Практическое задание</i>
	Раздел IX. Общие основы спортивной подготовки акробатов	–	12	–	–			
9.46.97-9.46.99	Тема 46. Цели, задачи, содержание, основные средства спортивной подготовки акробатов и методы их применения. Средства и методы спортивной подготовки акробатов на различных этапах многолетней спортивной подготовки		6				[1, 15, 19, 28, 54]	<i>Практическое задание</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
9.46.100- 9.46.102	Тема 46. Цели, задачи, содержание, основные средства спортивной подготовки акробатов и методы их применения. Содержание спортивной подготовки акробатов на различных этапах многолетней спортивной подготовки		6				[1, 15, 19, 28, 54]	<i>Практическое задание</i>
	Раздел VIII. Система спортивной подготовки акробатов различной квалификации	2	14	2	–			
8.42.103- 8.42.104	Тема 42. Методика спортивной подготовки акробатов в зависимости от специализации (верхний, нижний) в балансовых упражнениях. Содержание СФП акробатов различной специализации в разных видах акробатики на этапах многолетней спортивной подготовки в балансовых упражнениях	2		2		<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[1, 4, 25, 55]	<i>Практическое задание. Фронтальный опрос</i>
8.42.105- 8.42.106	Тема 42. Методика спортивной подготовки акробатов в зависимости от специализации (верхний, нижний) в балансовых упражнениях. Подготовительные и подводящие упражнения для спортивной подготовки акробатов различной специализации в разных видах акробатики на этапе начальной подготовки, предварительной и специализированной базовой подготовки		4				[1, 4, 25, 55]	<i>Практическое задание</i>
8.43.107	Тема 43. Методика спортивной подготовки акробатов в зависимости от специализации (верхний, нижний) в вольтижных упражнениях. Содержание СФП акробатов различной специализации в разных видах акробатики на этапах многолетней спортивной подготовки в вольтижных упражнениях		2				[1, 4, 25, 55]	<i>Практическое задание</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
8.43.108- 8.43.111	Тема 43. Методика спортивной подготовки акробатов в зависимости от специализации (верхний, нижний) в вольтижных упражнениях. Подготовительные и подводящие упражнения для спортивной подготовки акробатов различной специализации в разных видах акробатики на этапе начальной подготовки, предварительной и специализированной базовой подготовки		8				[1, 4, 25, 55]	<i>Практическое задание</i>
Итого: 246 часов		30	168	24	24			

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
(дневная форма получения образования, 4-й курс)

Номер раздела, темы, занятия	Название раздела, темы, перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов			Количество часов УСП	Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.)	Литература	Формы Контроля знаний
		Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия				
1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Раздел IX. Общие основы спортивной подготовки акробатов	-	12	2	-			
9.46.1-9.46.7	Тема 46. Цели, задачи, содержание, основные средства спортивной подготовки акробатов и методы их применения. Содержание спортивной подготовки акробатов на различных этапах многолетней тренировочной деятельности		12	2			[1, 15, 19, 28, 54]	<i>Практическое задание. Фронтальный опрос</i>
	Раздел IV. Современные представления о системе спортивной подготовки в акробатике	-	6	-	2			
4.19.8	Тема 19. Объективные условия спортивной деятельности в акробатике. Основные принципы составления и содержание программ многолетней спортивной подготовки		2				[9, 19, 22, 28, 33]	<i>Практическое задание</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
4.19.9- 4.19.10	Тема 19. Объективные условия спортивной деятельности в акробатике. Факторы, определяющие успех в виде спорта. Объем и интенсивность тренировочной нагрузки. Распределение видов спортивной подготовки с учетом периодизации тренировочного процесса		4				[9, 19, 22, 28, 33]	<i>Практическое задание</i>
	Тема 19. Объективные условия спортивной деятельности в акробатике. Спортивное соревнование как итог определенного периода тренировочной деятельности.				2		[9, 19, 22, 28, 33]	<i>Отчет</i>
	Раздел IX. Общие основы спортивной подготовки акробатов	2	2	–	–			
9.49.11	Тема 49. Планирование спортивной подготовки, прогнозирование спортивных результатов и моделирование спортивной деятельности. Планирование работы. Документация планирования и учета. Перспективное и текущее планирование работы. Планирование нагрузки	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[9, 19, 22, 28, 33]	
9.49.12	Тема 49. Планирование спортивной подготовки, прогнозирование спортивных результатов и моделирование спортивной деятельности. Планирование тренировочного процесса. Внешнее и внутреннее планирование. Другие документы планирования и учета		2				[9, 19, 22, 28, 33]	<i>Практическое задание</i>
	Раздел IV. Современные представления о системе спортивной подготовки в акробатике	–	4	–	–			

1	2	3	4	5	6	7	8	9
4.20.13	Тема 20. Управление спортивной подготовкой в акробатике. Виды и содержание мезоциклов в системе многолетней спортивной подготовки		2				[9, 14, 19, 22, 28, 33]	
4.20.14	Тема 20. Управление спортивной подготовкой в акробатике. Виды и содержание макроциклов в системе многолетней спортивной подготовки		2				[9, 14, 19, 22, 28, 33]	
	Раздел IX. Общие основы спортивной подготовки акробатов	–	4	–	2			
9.49.15-9.49.16	Тема 49. Планирование спортивной подготовки, прогнозирование спортивных результатов и моделирование спортивной деятельности. Методика составления документов внутреннего планирования. Составление годового и рабочего планов. Составление индивидуальных планов спортивной подготовки на год		4		2		[9, 19, 22, 28, 33]	<i>Практическое задание</i>
	Раздел IV. Современные представления о системе спортивной подготовки в акробатике	2	12	2	–			

1	2	3	4	5	6	7	8	9
4.20.17- 4.20.18	Тема 20. Управление спортивной подготовкой в акробатике. Формы спортивной подготовки, принципы тренировки, планирование тренировки. Микроцикл как организационно-методическая основа тренировочного процесса. Базовый (основной) микроцикл и его разновидности. Задачи, решаемые в рамках основного микроцикла. Структура тренировочного занятия. Разминка, специальная физическая подготовка (СФП), техническая подготовка (ТП), двигательная подготовка (ДП), восстановительные мероприятия. Особенности вариантов основного микроцикла		4				[9, 14, 19, 22, 28, 33]	<i>Практическое задание Тест</i>
4.21.19- 4.21.20	Тема 21. Прогнозирование спортивных результатов и моделирование спортивной деятельности. Определение понятия «моделирование». Особенности моделирования в акробатике	2		2		<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[9, 14, 19, 22, 28, 33]	<i>Практическое задание. Индивидуальный опрос</i>
4.21.21- 4.21.22	Тема 21. Прогнозирование спортивных результатов и моделирование спортивной деятельности. Модельные характеристики: морфофункциональные показатели, уровень технической и физической подготовленности, артистизм. Модельные характеристики тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов различного возраста, пола и квалификации		4			<i>Учебно-методический комплекс.</i>	[9, 14, 19, 22, 28, 33]	<i>Практическое задание</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
4.20.23	Тема 20. Управление спортивной подготовкой в акробатике. Модели спортсменов высокой квалификации. Морфофункциональная модель. Модели физической и технической подготовленности. Модели микроциклов		2				[9, 14, 19, 22, 28, 33]	<i>Практическое задание</i>
4.21.24	Тема 21. Прогнозирование спортивных результатов и моделирование спортивной деятельности. Обоснование необходимости прогнозирования и моделирования спортивной подготовки. Прогнозирование спортивных результатов с учетом ряда объективных и субъективных факторов спортивной подготовки. Виды прогнозов. Условия, необходимые для успешности прогнозирования в акробатике. Формы и направленность прогнозирования в акробатике		2				[9, 14, 19, 22, 28, 33]	<i>Практическое задание</i>
	Раздел IX. Общие основы спортивной подготовки акробатов	–	10	2	2			
9.49.25-9.49.28	Тема 49. Планирование спортивной подготовки, прогнозирование спортивных результатов и моделирование спортивной деятельности на различных этапах спортивной подготовки. Анализ прогнозов. Внесение коррективов в планы спортивной подготовки на основе результатов соревновательной деятельности. Разработка прогнозов на следующий макроцикл		8		2	<i>Учебно-методический комплекс.</i>	[9, 14, 19, 22, 28, 33]	<i>Практическое задание</i> <i>Отчет</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
9.49.29	Тема 49. Планирование спортивной подготовки, прогнозирование спортивных результатов и моделирование спортивной деятельности. Составление приказов, смет, официальных писем. Подача заявок для участия в спортивных соревнованиях. Положение о спортивных соревнованиях		2				[9, 14, 19, 22, 28, 33]	
9.49.30	Тема 49. Планирование спортивной подготовки, прогнозирование спортивных результатов и моделирование спортивной деятельности			2			[9, 14, 19, 22, 28, 33]	<i>Фронтальный опрос</i>
	Раздел II. Правила, организация и проведение спортивных соревнований, методика судейства	–	4	–	–			
2.9.31-2.9.32	Тема 9. Организация и проведение спортивных соревнований по акробатике. Состав главной судейской коллегии (ГСК). Создание организационного комитета (оргкомитет). Составление сметы спортивных соревнований. Участки работы. Деятельность главного судьи, судейской коллегии, секретариата, диктора, помощников судей, звукорежиссера, вспомогательного состава		4			<i>Учебно-методический комплекс</i>		<i>Практическое задание</i>
	Раздел VII. Спортивный отбор	–	4	2	–			
7.39.33-7.39.34	Тема 39. Этапы отбора. Специальная техническая подготовленность (СТП) и тестирование уровня СТП для спортсменов различного уровня подготовленности.		4			<i>Учебно-методический комплекс</i>	[1, 9, 14, 16, 19, 22, 28, 33, 42]	<i>Практическое задание</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
7.39.35	Тема 39. Этапы отбора. Методы самоконтроля во время учебно-тренировочного процесса. Значение регулярного медицинского контроля			2			[1, 9, 14, 16, 19, 22, 28, 33, 42]	<i>Фронтальный опрос</i>
	Раздел IX. Общие основы спортивной подготовки акробатов	2	16	2	6			
9.47.36-9.47.37	Тема 47. Контроль спортивной подготовки. Педагогическое тестирование. Обеспечение контроля за посещаемостью занятий. Тестирование на различных этапах спортивной подготовки: сроки, организация тестирования	2		2		<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[9, 14, 19, 22, 28, 33]	<i>Контрольная работа</i>
9.47.38-9.47.40	Тема 47. Контроль спортивной подготовки. Педагогическое тестирование. Группа контрольных упражнений		6		4		[9, 14, 19, 22, 28, 33]	<i>Практическое задание</i>
9.47.41-9.47.42	Тема 47. Контроль спортивной подготовки. Педагогическое тестирование. Контроль антропометрических показателей		4		2		[9, 14, 19, 20, 22, 28, 33, 48]	<i>Практическое задание</i>
9.47.43-9.47.44	Тема 47. Контроль спортивной подготовки. Педагогическое тестирование. Спортивная классификация, оформление присвоения спортивных разрядов и званий		4				[9, 14, 19, 22, 28, 33, 60, 62]	
9.47.45	Тема 47. Контроль спортивной подготовки. Педагогическое тестирование. Ведение дневников. Допуск к занятиям и к спортивным соревнованиям		2					<i>Отчет</i>
	Раздел VIII. Система спортивной подготовки акробатов различной квалификации	2	50	4	8			

1	2	3	4	5	6	7	8	9
8.42.46- 8.42.53	Тема 42. Методика спортивной подготовки акробатов в зависимости от специализации (верхний, нижний) в балансовых упражнениях. Подготовительные и подводящие упражнения для спортивной подготовки акробатов различной специализации в разных видах акробатики на этапе подготовки к высшим достижениям, максимальной реализации индивидуальных возможностей		16				[1, 2, 3, 14, 15, 22, 25, 35-41, 43, 55]	<i>Практическое задание</i>
8.43.54- 8.43.60	Тема 43. Методика спортивной подготовки акробатов в зависимости от специализации (верхний, нижний) в вольтижных упражнениях. Подготовительные и подводящие упражнения для спортивной подготовки акробатов различной специализации в разных видах акробатики на этапе подготовки к высшим достижениям, максимальной реализации индивидуальных возможностей		14				[1, 2, 3, 14, 15, 22, 25, 35-41, 43, 55]	<i>Практическое задание</i>
8.44.61	Тема 44. Особенности спортивной подготовки акробатов высокой квалификации. Приоритетные направления в спортивной подготовке акробатов. Определение понятия «интегральная подготовка». Функциональные обязанности акробатов парно-групповых видов	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[1, 2, 3, 14, 15, 22, 25, 35-41, 43, 55]	
8.44.62- 8.44.63	Тема 44. Особенности спортивной подготовки акробатов высокой квалификации. Общая характеристика системы централизованной подготовки акробатов. Руководство и организация централизованной подготовкой		2	2			[9, 14, 15, 19, 22, 28, 33]	<i>Практическое задание. Индивидуальный опрос</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
8.44.64-8.44.65	Тема 44. Особенности спортивной подготовки акробатов высокой квалификации. Планирование спортивной подготовки. Организация учебно-тренировочных сборов (УТС): виды сборов, содержание, особенности методики и организации занятий		4				[9, 14, 19, 22, 28, 33]	<i>Практическое задание</i>
8.44.66-8.44.67	Тема 44. Особенности спортивной подготовки акробатов высокой квалификации. Контроль за выполнением планов в период работы между учебно-тренировочными сборами, на спортивных соревнованиях		4				[9, 14, 19, 22, 28, 33]	<i>Практическое задание</i>
8.44.68	Тема 44. Особенности спортивной подготовки акробатов высокой квалификации. Анализ выступлений белорусских акробатов на спортивных соревнованиях внутри страны и за рубежом		2		4	<i>Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований</i>		<i>Практическое задание</i>
	Тема 44. Особенности спортивной подготовки акробатов высокой квалификации. Уровень подготовленности спортсменов в различных странах				4	<i>Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований</i>		
8.45.69-8.45.70	Тема 45. Спортивно-прикладная направленность акробатических упражнений. Акробатическая подготовка в различных видах гимнастики, прыжках в воду, фристайле, сноуборде, легкой атлетике, игровых видах спорта, тяжелой атлетике, различных видах борьбы и других видах спорта		2	2		<i>Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований</i>	[2, 11, 25]	<i>Практическое задание. Фронтальный опрос</i>
8.45.71-8.45.73	Тема 45. Спортивно-прикладная направленность акробатических упражнений. Особенности методики проведения занятий акробатической направленности в зависимости от вида спорта		6				[2, 11, 25]	<i>Практическое задание</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Раздел VI. Виды спортивной подготовки и их взаимосвязь	–	2	–	–			
6.32.74	Тема 32. Хореографическая подготовка. Средства развития музыкальности, пластичности, выразительности движений		2				[23, 29, 47]	<i>Практическое задание</i>
	Раздел V. Методика обучения в акробатике	–	6	–	–			
5.27.75-5.27.77	Тема 27. Обучение хореографическим упражнениям. Развитие музыкальности, пластичности и выразительности движений		6				[23, 29, 47]	<i>Практическое задание</i>
	Раздел VI. Виды спортивной подготовки и их взаимосвязь	6	28	4	–			
6.33.78-6.33.79	Тема 33. Композиция акробатики. Методика постановки композиции. Требования к постановке композиций акробатики. Длительность, количество элементов сложности, взаимодействия, переходы. Основные требования международных правил к структуре и содержанию композиций	2		2		<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[23, 29, 47, 50, 51]	<i>Практическое задание. Фронтальный опрос</i>
6.33.80-6.33.81	Тема 33. Композиция акробатики. Методика постановки композиции. Тактика постановки композиций в зависимости от индивидуальной подготовленности спортсменов. Учет индивидуальных особенностей при подборе фонограммы, определении элементов сложности и их композиционному распределению		4				[23, 29, 47, 50, 51]	<i>Практическое задание</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
6.33.82	Тема 33. Композиция акробатики. Методика постановки композиции. Закономерности построения композиции (вступление, завязка, развязка, кульминация, медленная основная часть, апофеоз, финал, концовка)		2				[23, 29, 47, 50, 51]	<i>Практическое задание</i>
6.33.83-6.33.84	Тема 33. Композиция акробатики. Методика постановки композиции. Подбор музыкального сопровождения. Соответствие движений стилю музыки и избранной темы		4				[23, 29, 47, 50, 51]	<i>Практическое задание</i>
6.35.85-6.35.86	Тема 35. Основы музыкальной грамоты. Музыкальное сопровождение занятий и выступлений. Методика составления фонограммы для упражнений акробатики		4				[23, 29, 47, 50, 51]	<i>Практическое задание</i>
6.36.87-6.36.88	Тема 36. Развитие артистизма. Артистизм и его значение в выступлении акробатов	2		2		<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[23, 29, 47, 50, 51]	<i>Фронтальный опрос</i>
6.36.89-6.36.90	Тема 36. Развитие артистизма. Взаимодействие партнеров при раскрытии характера музыкального сопровождения		4				[23, 29, 47, 50, 51]	
6.31.91	Тема 31. Психологическая подготовка. Психолого-педагогическая характеристика акробатики. Психолого-педагогическая характеристика тренера по акробатике	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[9, 13, 32, 56, 59,]	<i>Реферат</i>
6.31.92-6.31.93	Тема 31. Психологическая подготовка. Методы контроля психологической подготовленности и уровня готовности к спортивным соревнованиям. Идеомоторная тренировка в акробатике		4				[9, 13, 32, 59,]	

1	2	3	4	5	6	7	8	9
6.31.94	Тема 31. Психологическая подготовка. Интеллектуальная подготовка		2				[9, 13, 32, 59,]	
6.31.95	Тема 34. Тактическая подготовка. Определение понятий: «тактика», «тактическая подготовка». Виды и направления тактической подготовки в акробатике. Тактика поведения на спортивных соревнованиях. Особенности разминки, проведения опробования		2				[9, 14, 15, 19, 28]	<i>Реферат</i>
6.31.96	Тема 34. Тактическая подготовка. Постановка композиций как элемент тактической подготовки		2				[9, 14, 15, 19, 28]	<i>Практическое задание</i>
	Раздел I. Характеристика акробатики	2	2	–	–			
1.5.97	Тема 5. Система управления видом спорта. Структура и функции международных, национальных, государственных и общественных органов управления акробатикой	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[15, 19, 28, 62]	
1.5.98	Тема 5. Система управления видом спорта. Планирование и отчет работы федераций, сборных команд, коллективов физической культуры. Изучение деятельности аналогичных федераций из других стран		2				[15, 19, 28, 62]	
	Раздел IX. Общие основы спортивной подготовки акробатов	2	20	2	–			
9.48.99-9.48.100	Тема 48. Соревновательный процесс в системе спортивной подготовки. Анализ соревновательной деятельности в акробатике	2		2		<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[15, 53]	<i>Контрольная работа</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
9.48.101	Тема 48. Соревновательный процесс в системе спортивной подготовки. Изучение результатов выступлений. Динамика результатов		2			<i>Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований</i>		
9.48.102-9.48.105	Тема 48. Соревновательный процесс в системе спортивной подготовки. Анализ динамики оценок, полученных чемпионами и финалистами чемпионатов мира и Европы		8			<i>Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований</i>	[15, 53]	<i>Практическое задание</i>
9.48.106-9.48.107	Тема 48. Соревновательный процесс в системе спортивной подготовки. Сопоставление полученных данных с результатами ранее опубликованных материалов		4			<i>Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований</i>	[15, 53]	<i>Практическое задание</i>
9.48.108-9.48.110	Тема 48. Соревновательный процесс в системе спортивной подготовки. Анализ соревновательной деятельности текущих республиканских и международных спортивных соревнований. Сопоставления, выводы и прогнозы		6			<i>Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований</i>	[15, 53]	<i>Практическое задание</i>
	Раздел II. Правила, организация и проведение спортивных соревнований. Методика судейства		2					
2.8.111	Тема 8. Методика оценивания трудности, составления тарифных листов. Практика записи сложности упражнений по видео, на тренировочных занятиях, на спортивных соревнованиях		2			<i>Видеоматериалы с официальных спортивных соревнований</i>	[15, 62]	<i>Практическое задание</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Раздел X. Медико-биологическое, научно-методическое, материально-техническое, информационное, финансовое обеспечение спортивной подготовки	8	50	8	–			
10.50.112-10.50.113	Тема 50. Врачебный контроль и медицинское обеспечение в акробатике. Методы и средства профилактики применения допинговых средств. Педагогические методы восстановления. Аутогенная тренировка. Медико-биологические методы восстановления	2		2		<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[9, 18, 19, 28, 48]	<i>Фронтальный опрос. Контрольная работа</i>
10.50.114-10.50.115	Тема 50. Врачебный контроль и медицинское обеспечение в акробатике. Методы и средства профилактики применения допинговых средств. Применение спортсменами сауны, криосауны и различных видов физиопроцедур		4				[9, 18, 19, 28, 48]	
10.50.116	Тема 50. Врачебный контроль и медицинское обеспечение в акробатике. Методы и средства профилактики применения допинговых средств. Применение мазей, гелей и кремов. Кинезиотейпирование		2				[9, 18, 19, 28, 48]	
10.50.117	Тема 50. Врачебный контроль и медицинское обеспечение в акробатике. Методы и средства профилактики применения допинговых средств. Предпосылки возникновения антидопингового контроля в спорте		2				[9, 18, 19, 28, 48]	
10.50.118-10.50.119	Тема 50. Врачебный контроль и медицинское обеспечение в акробатике. Методы и средства профилактики применения допинговых средств. Влияние допинговых средств на организм спортсмена		4			<i>Видеоматериалы документальных фильмов</i>	[9, 18, 19, 28, 48]	

1	2	3	4	5	6	7	8	9
10.50.120-10.50.123	Тема 50. Врачебный контроль и медицинское обеспечение в акробатике. Методы и средства профилактики применения допинговых средств. Основные требования Всемирного антидопингового агентства (ВАДА). Правила, организация и процедура проведения допинг-контроля		8			<i>Видеоматериалы документальных фильмов</i>	[9, 18, 19, 28, 48]	<i>Практическое задание</i>
10.51.124	Тема 51. Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки. Медицинское оборудование для комплексного контроля за эффективностью тренировок и восстановления	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>	[9, 18, 19, 28, 48]	
10.51.125	Тема 51. Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки. Материально-техническое обеспечение для проведения учебно-тренировочных сборов. Экипировка команды. Поиск дополнительных источников финансирования		2					
10.51.126-10.51.127	Тема 51. Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки. Характеристика оборудования и инвентаря для научных групп. Медицинское оборудование для комплексного контроля и проведения врачебно-педагогических наблюдений (ВПН)		2	2			[9, 18, 19, 28, 48]	<i>Фронтальный опрос</i>
10.51.128	Тема 51. Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки. Питание – главный фактор восстановления работоспособности. Питьевой режим		2				[9, 18, 19, 28, 48]	<i>Реферат</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
10.51.129	Тема 51. Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки. Фармакологические средства профилактики переутомления и восстановления работоспособности (витамины, белковые препараты и спортивные напитки, препараты, влияющие на энергетические процессы)		2				[9, 18, 19, 28, 48]	
10.51.130	Тема 51. Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки. Организация питания на учебно-тренировочном сборе. Ежедневный рацион питания спортсмена в акробатике. Состав продуктов питания. Белки, жиры, углеводы, минеральные соли, витамины. Пищевые добавки		2				[9, 18, 19, 28, 48]	<i>Практическое задание</i>
10.53.131-10.53.132	Тема 53. Информационное обеспечение, популяризация и реклама вида спорта. Использование различных информационных средств для поиска и анализа информации в акробатике		2	2		<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>		<i>Практическое задание</i>
10.53.133-10.53.134	Тема 53. Информационное обеспечение, популяризация и реклама вида спорта. Изучение информации на сайтах Международной федерации гимнастики, Белорусской ассоциации гимнастики. Поиск новых программ, видов и направлений подготовки. Обсуждение, обмен информацией		4			<i>Видеоматериалы с официальных сайтов Международной федерации гимнастики, Европейского гимнастического союза, ОО «БАГ»</i>		<i>Практическое задание</i>

1	2	3	4	5	6	7	8	9
10.53.135-10.53.136	Тема 53. Информационное обеспечение, популяризация и реклама вида спорта. Пропаганда и популяризация акробатики на различных мероприятиях и акциях, в том числе на государственном уровне		4			<i>Видеоматериалы с официальных сайтов</i>		
10.53.137	Тема 53. Информационное обеспечение, популяризация и реклама вида спорта. Использование рекламы в соответствии с международными правилами		2			<i>Видеоматериалы с официальных сайтов</i>		
10.52.138	Тема 52. Материально-техническое обеспечение спортивной подготовки в акробатике. Опыт работы центров спортивной подготовки акробатов зарубежных стран	2				<i>Учебно-методический комплекс. Презентация</i>		
10.54.139	Тема 54. Источники финансирования, составление сметы, поиск спонсоров. Основные источники финансирования		2					
10.54.140-10.54.141	Тема 54. Источники финансирования, составление сметы, поиск спонсоров. Составление сметы с учетом календаря спортивных соревнований и условий проведения спортивных соревнований		4					
10.54.142-10.54.144	Тема 54. Источники финансирования, составление сметы, поиск спонсоров. Определение приоритетных спортивных соревнований. Поиск дополнительных источников финансирования		4	2				<i>Индивидуальный опрос</i>
	Раздел VI. Виды спортивной подготовки и их взаимосвязь	–	10	–	–			

1	2	3	4	5	6	7	8	9
6.37.145	Тема 37. Планирование и организация шоу-программ и показательных выступлений. Значение массовых гимнастических выступлений. Краткий исторический обзор массовых гимнастических выступлений. Содержание массовых гимнастических выступлений и их структура		2			<i>Видеоматериалы показательных выступлений и шоу-программ</i>		
6.37.146	Тема 37. Планирование и организация шоу-программ и показательных выступлений. Методика подготовки и проведения выступления. Музыкальное сопровождение		2			<i>Видеоматериалы показательных выступлений и шоу-программ</i>		
6.37.147	Тема 37. Планирование и организация шоу-программ и показательных выступлений. Программа выступлений и характеристика ее отдельных частей. Художественное оформление. Организация выступления		2			<i>Видеоматериалы показательных выступлений и шоу-программ</i>		<i>Практическое задание</i>
6.37.148	Тема 37. Планирование и организация шоу-программ и показательных выступлений. Подготовка мест репетиций, организация и проведение репетиций. Проведение выступлений		2			<i>Видеоматериалы показательных выступлений и шоу-программ</i>		
6.37.149	Тема 37. Планирование и организация шоу-программ и показательных выступлений. Особенности организации показательных выступлений. Место и значение шоу-программ и показательных выступлений в системе спортивной подготовки акробатов		2			<i>Видеоматериалы показательных выступлений и шоу-программ</i>		
Итого: 318 часов		24	246	28	20			

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа студентов может осуществляться в двух основных формах, которые отличаются степенью самостоятельности ее выполнения, управления и контроля со стороны преподавателя:

- управляемая самостоятельная работа (УСР), предусматривающая самостоятельное выполнение студентами учебного или исследовательского задания при опосредованном контроле и управлении преподавателя;
- собственно самостоятельная работа, организуемая студентом в рациональное, с его точки зрения, время, мотивируемая собственными познавательными потребностями и контролируемая им самим.

При освоении учебной дисциплины «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта» время, отведенное на самостоятельную работу, может использоваться студентами на проработку тем (вопросов), вынесенных на самостоятельное изучение. Выполнение самостоятельной работы может осуществляться в виде решения индивидуальных задач в аудитории во время проведения практических занятий под контролем преподавателя; в виде выполнения индивидуальных заданий с консультациями преподавателя.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ (УСР)

1. Правила графической записи упражнений. Представить графическое описание 5 элементов различных групп трудности для каждого вида акробатики.
2. Правила записи упражнений. Представить терминологическое описание упражнений экзерсиса в классической хореографии.
3. Составление комплексов специальной физической подготовки (СФП) различной направленности. Конспект комплекса по СФП.
4. Составление комплекса подводящих упражнений для обучения балансовым и вольтижным элементам акробатики для партнеров, выполняющих разные функциональные обязанности.
5. Составление комплексов упражнений технической подготовки для акробатов различного возраста.
6. Составление комплексов упражнений физической подготовки для акробатов различного возраста.
7. Составление комплексов утренней зарядки для младшей, средней и старшей групп учреждения дошкольного образования.
8. Разработка сценария подвижных игр и эстафет, рекомендуемых для проведения на занятиях по акробатике.
9. Актуальные проблемы исследования техники упражнений; процесса обучения двигательным действиям; закономерностей тренировочного процесса; особенностей спортивной подготовки акробатов разного пола,

возраста и квалификации; процесса становления физических (двигательных) качеств

10. Анализ тренировочной и соревновательной деятельности ведущих спортсменов в акробатике.

11. Составление положения о спортивных соревнованиях.

12. Практика записи сложности упражнений по видео, на тренировочных занятиях, на спортивных соревнованиях. Представить графическое описание соревновательных упражнений.

13. Спортивное соревнование как итог определенного периода тренировочной деятельности.

14. Методика составления документов внутреннего планирования. Составление годового и рабочего планов.

15. Моделирование спортивной деятельности на различных этапах спортивной подготовки.

16. Врачебно-педагогическое тестирование. Группа контрольных упражнений. Контроль антропометрических показателей.

17. Анализ выступлений белорусских акробатов на спортивных соревнованиях внутри страны и за рубежом.

18. Анализ уровня подготовленности спортсменов в различных странах.

ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ

1. История возникновения и развития акробатики, прыжков на батуте, акробатических прыжков на дорожке, фристайла, сноуборда.

2. Деятельность тренера по акробатике. Взаимосвязь работы тренера и тренера-хореографа по акробатике.

3. Элементы малой акробатики.

4. Классическая, народная, современная хореография и ее применение в акробатике.

5. Психологическая подготовка в акробатике.

6. Тактическая подготовка в акробатике.

7. Организация и проведение шоу-программ и показательных выступлений в акробатике.

8. Спортивно-прикладная направленность акробатических упражнений.

9. Методика проведения учебно-тренировочного занятия с детьми младшего школьного возраста.

10. Методы и средства профилактики применения допинговых средств.

ТРЕБОВАНИЯ К КУРСОВОЙ РАБОТЕ

Курсовая работа является самостоятельно выполненной научной работой студента, имеющей внутреннее единство и свидетельствующей об умении выполнять формулировать и решать научные задачи, проводить собственные

научные исследования, анализировать их, делать научные выводы. Полученные научные результаты должны быть доказаны на основе научной методологии и объективно оценены в сопоставлении с известными данными.

Цель научной работы заключается в систематизации, закреплении и углублении теоретических знаний и навыков исследовательской работы.

В процессе подготовки курсовой работы студент обязан:

- уметь работать с литературными источниками;
- владеть навыками самостоятельного проведения исследований;
- уметь ставить задачи исследования;
- владеть методами научного исследования;
- владеть основными методами математической статистики и уметь использовать их при обработке экспериментальных данных;
- самостоятельно анализировать результаты исследования и формулировать выводы;
- правильно оформить научную работу.

Курсовая работа по выбору студента выполняется по учебной дисциплине: «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта» в соответствии с учебным планом направления специальности в объеме – 40 часов.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ КУРСОВЫХ РАБОТ

Направление 1: развитие способностей спортсменов-акробатов (в общем и возрастном аспектах):

- физических;
- технических;
- психологических.

Направление 2: совершенствование физической, технической, тактической или психологической подготовки (в содержательном, методическом, возрастном и организационных аспектах).

Направление 3: совершенствование процесса обучения спортсменов-акробатов:

- методов и методических приемов;
- организации обучения;
- предупреждения и исправления ошибок.

Направление 4: совершенствование системы спортивной подготовки акробатов:

- на начальном, предварительном базовом, специализированном базовом этапах подготовки, этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства;
- в периоде: общеподготовительном, специально-подготовительном, соревновательном и переходном;
- в мезоцикле: втягивающем, базовом, контрольном, соревновательном;
- в микроцикле;

– в тренировочном занятии.

Направление 5: совершенствование планирования и учета тренировочной деятельности – по этапам, периодам, макро-, мезо- и микроциклам.

Направление 6: совершенствование педагогического контроля – в целом и по видам спортивной подготовки.

Направление 7: совершенствование соревновательного процесса:

- организации спортивных соревнований;
- методики судейства;
- изменения правил спортивных соревнований;
- зрелищности соревновательных упражнений и других.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ НЕОБХОДИМОГО ОБОРУДОВАНИЯ, СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ КОМПЬЮТЕРНЫХ ПРОГРАММ И Т. П.

1. Специальный ковер для акробатики, маты, кубы, поролоновая яма, батут, акробатическая дорожка, лонжи, зеркала, станок для хореографии, балансовые тренажеры, стоялки, мини-батут, гимнастическая стенка, штанги, гимнастические палки, скакалки, утяжелители.

2. Мультимедийный проектор.

3. Музыкальный центр, магнитофон для организации музыкального сопровождения учебных занятий.

4. Видеокамера и видеоаппаратура для анализа техники выполнения упражнений акробатики.

5. Компьютерное обеспечение для выхода в сеть Интернет.

6. Видеозаписи с международных и республиканских спортивных соревнований по акробатике.

7. Видеозаписи шоу-программ и показательных выступлений акробатов.

ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ В ГРУППАХ СТУДЕНТОВ С ОГРАНИЧЕНИЕМ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ

Перечень вопросов к зачету для групп с ограничением физической нагрузки в зависимости от функционального состояния физиологических систем

1. Цель, задачи и содержание учебной дисциплины «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта» в группе с ограничением физической нагрузки.
2. Особенности соревновательной деятельности в акробатике.
3. Правила спортивных соревнований в акробатике.
4. Роль общеразвивающих упражнений в системе спортивной подготовки в группе с ограничением физической нагрузки. Методика обучения общеразвивающим упражнениям в группе с ограничением физической нагрузки.
5. Роль дыхательных упражнений в системе спортивной подготовки в группе с ограничением физической нагрузки. Методика обучения дыхательным упражнениям в группе с ограничением физической нагрузки.
6. Противопоказания в нагрузке и при выполнении упражнений в период обострения заболевания и в стадии ремиссии.
7. Упражнения циклического и ациклического характера в группе с ограничением физической нагрузки в зависимости от заболевания.
8. Методика обучения общеразвивающим упражнениям с предметами в группе с ограничением физической нагрузки.
9. Контроль нагрузки при выполнении физических упражнений лицами, имеющими заболевание, в зависимости от функционального состояния физиологических систем.
10. Методика обучения общеразвивающим упражнениям в парах, в группах с ограничением физической нагрузки.
11. Методика обучения общеразвивающим упражнениям с отягощениями в группе с ограничением физической нагрузки.
12. Спортивные и подвижные игры в группе с ограничением физической нагрузки.
13. Методика развития и поддержания гибкости в зависимости от функционального состояния физиологических систем.
14. Основные средства и методы, применяемые при ограничении физической нагрузки, в зависимости от функционального состояния физиологических систем.
15. Основные ограничения в физической нагрузке в зависимости от функционального состояния физиологических систем.

Ограничение физической нагрузки в зависимости от функционального состояния физиологических систем

1. Нагрузка лимитируется функциональным состоянием кардиореспираторной системы.

Показаны физические упражнения:

Общеразвивающие упражнения на воздухе, ходьба и бег в медленном и среднем темпах, ходьба на лыжах, езда на велосипеде, гребля, плавание в сочетании с дыхательными упражнениями с учетом реакции сердца на нагрузку. Также показаны пешие прогулки, ближний туризм. По мере тренированности можно включать пробегание небольших отрезков с ускорениями, упражнения с предметами, в парах. В занятиях широко используется перемена положения тела, сочетание упражнений для туловища с упражнениями для конечностей, поднимание конечностей в положении лежа на спине для стимуляции венозного оттока крови, движения головой, упражнения для плечевого пояса с целью нормализации кровотока в сосудах головного мозга.

Дыхательные упражнения: *статические* (с ровным ритмичным дыханием, упражнения дыхания, изменение механизма дыхания и фаз дыхательного цикла, понижение уровня дыхания), *динамические* (в сочетании с упражнениями, облегчающими выполнение фаз или всего дыхательного цикла; обеспечивающими избирательное увеличение подвижности и вентиляции легких, способствующими восстановлению или увеличению подвижности ребер и диафрагмы, формирующими навыки рационального сочетания дыхания и движений). Растягивание мышц и связок. Упражнения на расслабление.

Студентам, имеющим миопию, показаны упражнения циклического, преимущественно аэробного характера, а также плавание (с исключением возможного раздражающего действия хлорсодержащих веществ на органы зрения), игры в настольный теннис, бадминтон.

Противопоказаны в период обострения и выполняемые с ограничениями в стадии ремиссии: значительные длительные нагрузки циклического и ациклического характера, выполняемые с высокой интенсивностью; статические напряжения, связанные с задержкой дыхания; метание снарядов, длительное выполнение упражнений с высокой скоростью. С большими ограничениями используются упражнения с отягощениями, прыжки, резкие перемещения, многократные повторения однообразных упражнений, вызывающие утомление; маховые упражнения с максимальной амплитудой движения; упражнения, сопровождающиеся значительным натуживанием, глубокими наклонами головы и туловища; подтягивание на перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа. В зависимости от типа нервной деятельности противопоказаны упражнения, усиливающие и без того преобладающие процессы возбуждения или торможения.

При выполнении физических упражнений студентами, имеющими *близорукость*, должны быть исключены следующие задания: упражнения на

бревне типа прыжков и соскоков, опорные прыжки через снаряды, кувырки и стойки вниз головой, упражнения на гимнастической стенке на высоте более двух метров, прыжки через скакалку, прыжки и подскоки с опорой на две ноги одновременно, а также упражнения, при выполнении которых возможны падения и резкие сотрясения тела.

Также противопоказаны упражнения со значительными мышечными напряжениями и интенсивностью, выполняемые на гимнастических снарядах или тренажерах.

2. Нагрузка лимитируется болевым синдромом (нарушение деятельности желудочно-кишечного тракта, гепатобилиарная система):

Показаны физические упражнения:

для студентов, имеющих заболевания желудочно-кишечного тракта, рекомендуются общеразвивающие и общеукрепляющие упражнения с постепенно усложняющейся и повышающейся физической нагрузкой в различных исходных положениях (лежа на спине, боку, в упоре стоя на коленях, сидя и стоя). Через каждые 3–4 упражнения выполнять диафрагмальное дыхание. Упражнения с отягощениями предпочтительнее выполнять в положении лежа на спине или сидя, избегая чрезмерного напряжения мышц брюшной стенки и повышения внутрибрюшного давления. Полезны дозированная ходьба, бег в медленном и среднем темпах, лыжные прогулки, спортивные и подвижные игры средней интенсивности, плавание в теплой воде.

При нарушениях обмена веществ рекомендованы физические упражнения, способствующие воспитанию выносливости.

Студенты, имеющие заболевания мочеполовой системы могут выполнять нагрузки умеренной интенсивности и различной направленности предпочтительно циклического характера.

При хронических гинекологических заболеваниях полезны упражнения для мышц живота в положении лежа, упражнения, способствующие улучшению кровоснабжения органов малого таза.

Противопоказаны в период обострения и выполняемые с ограничениями в стадии ремиссии: любые упражнения, выполняемые менее, чем через час после еды или на голодный желудок, а также упражнения, сопровождающиеся значительным натуживанием, задержкой дыхания, вызывающие сильное утомление. В начальном периоде занятий ограничиваются резкие движения (прыжки, бег на скорость, подскоки). С ограничениями используется исходное положение лежа на животе, в периоды обострений оно исключается полностью.

При хронических воспалительных заболеваниях почек ограничиваются упражнения с резкими поворотами, наклонами, скручиванием туловища, прыжки; не допускается переохлаждение организма, а в занятиях плаванием ограничивается пребывание в воде данных студентов до 15–20 мин. Наличие нефроптоза предполагает ограничение упражнений, способствующих еще большему опусканию почки: прыжков, длительного выполнения упражнений в вертикальном положении и др.

3. Нагрузка лимитируется функциональным состоянием опорно-двигательного аппарата. Упражнения, направленные на укрепление различных мышечных групп, увеличение подвижности поврежденных суставов, исправление осанки. Лучшие исходные положения те, при которых максимально разгружается позвоночник: лежа на спине, животе, в упоре стоя а коленях. Показаны упражнения с отягощениями в сочетании с дыхательными и релаксационными в положении лежа. Студентам, имеющим деформации позвоночника (сколиоз, кифоз, лордоз), рекомендовано плавание способом брасс, ходьба на лыжах, гребля, игра в волейбол, упражнения у гимнастической стенки и с гимнастической палкой. Широко используются упражнения на координацию и равновесие.

Противопоказаны в период обострения и выполняемые с ограничениями в стадии ремиссии: при сколиозе ограничивают упражнения с сопротивлением, которые могут способствовать сближению крайних точек дуги искривленного позвоночника; упражнения, выполняемые с чрезмерным напряжением. К упражнениям ограниченного и противопоказанного применения относятся также: круговые движения туловищем и тазом, скрестные движения руками спереди и ногами в упоре сидя сзади; скручивание туловища с наклоном вперед, назад и в стороны; скрестные шаги; попеременные движения ногами и руками. Ограничения в занятиях физическими упражнениями зависят от локализации и тяжести повреждения органов движения.

При наличии артрита нижних конечностей физические упражнения выполняются преимущественно в положении сидя и лежа, исключая исходные положения с опорой на больной сустав. Избегать чрезмерных напряжений.

Студентам, имеющим в анамнезе пояснично-крестцовый радикулит, остеохондроз, противопоказаны резкие движения, наклоны в безопорном положении.

МЕТОДЫ И ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ

Основные методы и технологии обучения, отвечающие цели и задачам учебной дисциплины:

Методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности:

- словесные: рассказ, лекция, беседа, объяснение, описание;
- наглядные: демонстрация, иллюстрация, наблюдение, видеометод;
- практические: упражнения;
- работа с книгой: составление библиографии, плана, конспектирование, цитирование, аннотирование.

Методы стимулирования учебной деятельности:

- учебные дискуссии;
- убеждение в значимости учения;
- поощрение и порицание в учении.

Методы контроля и самоконтроля:

- методы устного контроля и самоконтроля: индивидуальный опрос, фронтальный опрос, устные зачеты, устные экзамены;
- методы письменного контроля и самоконтроля: контрольные письменные работы;
- практический контроль.

Предметно ориентированные технологии:

- технология полного усвоения знаний;
- технология программированного обучения.

Личностно ориентированные технологии:

- технология развивающего обучения;
- технология проблемного обучения;
- технология обучения как учебного исследования;
- технология коллективной мыследеятельности.

ДИАГНОСТИКА КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ

Учебным планом направления специальности в качестве форм текущей аттестации студентов по учебной дисциплине «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта» предусмотрены: зачет, дифференцированный зачет, экзамен и курсовая работа. Десятибалльная шкала 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.

ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ СРЕДСТВ ДИАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Оценочными средствами должна предусматриваться оценка способности обучающихся к творческой деятельности, их готовность вести поиск решения новых задач, связанных с недостаточностью конкретных специальных знаний и отсутствием общепринятых алгоритмов. Для промежуточного контроля знаний студентов по учебной дисциплине «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта» и диагностики компетенций студентов используются следующие формы:

Устная форма:

1. Индивидуальный опрос.
2. Фронтальный опрос.

Письменная форма:

1. Контрольные работы.
2. Тесты.
3. Рефераты.
4. Эссе.

Устно-письменная форма:

1. Отчеты по аудиторным и домашним практическим упражнениям с их устной защитой.
2. Практические задания.
3. Курсовая работа с её устной защитой.
4. Зачеты.
5. Экзамены.

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 и семинарских 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 и семинарских 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 и семинарских занятиях, допустимый уровень культуры исполнения заданий

Баллы	Показатели оценки
5 (пять), зачтено	<p>Достаточные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование 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 и семинарских занятиях, фрагментарное участие в групповых обсуждениях, достаточный уровень культуры исполнения заданий</p>
6 (шесть), зачтено	<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 и семинарских занятиях, периодическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>

Баллы	Показатели оценки
7 (семь), зачтено	<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 и семинарских занятиях, участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>
8 (восемь), зачтено	<p>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 и семинарских занятиях, систематическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>

Баллы	Показатели оценки
9 (девять), зачтено	<p>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 и семинарских занятиях, творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>
10 (десять), зачтено	<p>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 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 и семинарских занятиях, активное творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

ОСНОВНАЯ

1. Болобан, В. Н. Спортивная акробатика : учеб. пособие для студентов ин-тов физ. культуры / В. Н. Болобан. – Киев :Выща школа, 1988. – 167 с.
2. Болобан, В. Н. Обучение в спортивной акробатике / В. Н. Болобан. – Киев :Здоров'я, 1986. – 125 с.
3. Болобан, В. Н. Юный акробат / В. Н. Болобан. – Киев :Здоров'я, 1982. – 160 с.
4. Верхошанский, Ю. В. Основы специальной физической подготовки спортсменов / Ю. В.Верхошанский. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 332 с.
5. Гимнастика. Методика преподавания : учеб. для студентов вузов по специальности физ. культуры, спорта и туризма / под общ. ред. В. М. Миронова ; [авт.: В. М. Миронов [и др.]. – Минск : Новое знание ; М. : ИНФРА-М, 2013. – 334 с.
6. Гимнастика : учеб. пособие для ун-та физ. культуры и фак. физ. воспитания пед. вузов Респ. Беларусь / В. М. Миронов [и др.] ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; под общ. ред. В. М. Миронова. – Минск : БГУФК, 2007. – 254 с.
7. Гавердовский, Ю. К. Обучение спортивным упражнениям. Биомеханика. Методология. Дидактика : [монография] / Ю. К. Гавердовский. – М. : Физкультура и спорт, 2007. – 912 с.
8. Данилов, Ю. К. Тренировка батутиста / К. Ю. Данилов. – М. : Физкультуры и спорт, 1983. – 208 с.
9. Иванченко, Е. И. Теория и практика спорта : пособие: в 3 ч. / Е. И. Иванченко; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – Ч. 2 : Виды спортивной подготовки. – 296 с.
10. Коркин, В. П. Акробатика. Каноны терминологии / В. П. Коркин, В. И. Аракчеев. – М. : Физкультура и спорт, 1989. – 144 с.
11. Коркин, В. П. Акробатика для спортсменов / В. П. Коркин.– М. : Физкультура и спорт, 1974. – 92 с.
12. Курьсь, В. Н. Сложные акробатические прыжки / В. Н. Курьсь, В. М. Смолевский. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 143 с.
13. Методики психодиагностики в спорте : учеб. пособие / В. Л. Марищук [и др.]. – 2-е изд., доп. и испр. – М. : Просвещение, 1990. – 257 с.
14. Морозевич, Т. А. Базовая подготовка юных акробатов : учеб. пособие для студентов вузов / Т. А. Морозевич, В. М. Миронов. – Минск : БГАФК, 2003. – 109 с.

15. Морозевич-Шилюк, Т. А. Методология подготовки акробатов высокого класса : монография / Т. А. Морозевич-Шилюк ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2014. – 192 с.
16. Никитушкин, В. Г. Современная подготовка юных спортсменов : метод. пособие / В. Г. Никитушкин; Департамент физ. культуры г. Москвы; под ред. С. Н. Зубарева. – М. : [б. и.], 2009. – 112 с.
17. Обязательная классификационная программа по спортивной акробатике для младших разрядов на 2005–2008 гг. / разработ. В. В. Вихров [и др.] ; отв. ред. Т. А. Морозевич ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь. – Минск : БГУФК, 2005. – 54 с.
18. Озолин, Н. Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать / Н. Г. Озолин. – М. : АСТ : Астрель : Полиграфиздат, 2011. – 864 с.
19. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : [учеб. для тренеров] : в 2 кн. / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2015. – Кн. 1. – 680 с.
20. Попов, Ю. А. Прыжки на акробатической дорожке и батуте : учеб. пособие / Ю. А. Попов. – М. : Физическая культура, 2015. – 132 с.
21. Попов, Ю. А. Прыжки на батуте: начальное обучение : метод. рекомендации / Ю. А. Попов. – М. : Физическая культура, 2010. – 36 с.
22. Попов, Ю. А. Управление подготовкой женских акробатических групп высокой квалификации : учеб. пособие для студентов вузов / Ю. А. Попов, С. В. Лубшева. – М. : Физическая культура, 2009. – 168 с.
23. Сосина, В. Ю. Хореография в гимнастике : учеб. пособие для студентов вузов / В. Ю. Сосина. – Киев : Олимпийская литература, 2009. – 135 с.
24. Спортивная гимнастика : учеб. для ин-тов физ. культуры / под ред. Ю. К. Гавердовского, В. М. Смолевского. – М. : Физкультура и спорт, 1979. – 327 с.
25. Спортивная акробатика : учеб. для ин-тов физ. культуры / под ред. В. П. Коркина. – М. : Физкультура и спорт, 1981. – 239 с.
26. Фарфель, В. С. Управление движениями в спорте / В. С. Фарфель. – 2-е изд., стер. – М. : Советский спорт, 2011. – 202 с.
27. Филин, В. П. Теория и методика юношеского спорта : учеб. пособие для ин-тов и техникумов физ. культуры / В. П. Филин. – М. : Физкультура и спорт, 1987. – 128 с.
28. Фискалов, В. Д. Спорт и система подготовки спортсменов : учеб. для вузов / В. Д. Фискалов. – М. : Советский спорт, 2010. – 392 с.
29. Шипилина, И. А. Хореография в спорте : учеб. для студентов вузов / И. А. Шипилина. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 224 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

30. Аркаев, Л. Я. Как готовить чемпионов: теория и технология подготовки гимнастов высшей квалификации / Л. Я. Аркаев, Н. Г. Сучилин. – М. : Физкультура и спорт, 2004. – 328 с.
31. Антонов, Г. В. Обучение акробатическим прыжкам на основе биомеханического анализа и морфофункциональных особенностей акробатов-прыгунов :автореф. дис ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Г. В. Антонов ; Моск. гос. ин-т физ. культуры. – Малаховка, 1984. – 22 с.
32. Бабушкин, Г. Д. Психологическая совместимость и срабатываемость в спортивной деятельности / Г. Д. Бабушкин, Е. В. Кулагина. – Омск :СибГАФК, 2001. – 110 с.
33. Бегидова, Т. П. Содержание и структура предсоревновательной подготовки женских акробатических пар высокой квалификации :автореф. дис ... канд. пед. наук : 13. 00.04 / Т. П. Бегидова ; Гос. ин-т физ. культуры. – М., 1989. – 22 с.
34. Болобан, В. Н. Динамическая устойчивость системы тел при выполнении упражнений парной акробатики / В. Н. Болобан // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. – 2010. – № 7. – С. 30–38.
35. Болобан, В. Н. Макрометодика обучения акробатическим упражнениям сложным по координации / В. Н. Болобан // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. – 2010. – № 6. – С. 14–24.
36. Болобан, В. Н. Позные ориентиры движения в методике обучения упражнениям спортивных видов гимнастики / В. Н. Болобан, Е. В. Бирюк // Гимнастика : сб. ст. / сост. В. М. Смолевский ; редкол.: Ю. К. Гавердовский [и др.]. – М., 1980. – Вып. I. – С. 49–51.
37. Болобан, В. Н. Развитие и совершенствование пространственной ориентировки у школьников 8–16 лет на занятиях акробатикой :автореф. дис ... канд. пед. наук : 13.00.04 / В. Н. Болобан ; Науч.-исслед. ин-т физиологии детей и подростков – М., 1971. – 24 с.
38. Болобан, В. Н. Регуляция позы тела спортсмена : монография / В. Н. Болобан. – Киев : Олимпийская литература, 2013. – 232 с.
39. Болобан, В. Н. Сенсомоторная координация как основа технической подготовки / В. Н. Болобан // Наука в олимпийском спорте. – 2006. – № 2. – С. 96–102.
40. Болобан, В. Н. Система обучения движениям в сложных условиях поддержания статодинамической устойчивости :автореф. дис ... др-а пед. наук : 13.00.04 / В. Н. Болобан ; Киев. гос. ун-т физ культуры. – Киев, 1990. – 47 с.

41. Болобан, В. Н. Современная педагогическая технология обучения акробатическим упражнениям возрастающей сложности / В. Н. Болобан ; Киев. гос. ун-т физ. культуры. – Киев, 1990. – 27 с.

42. Болобан, В. Н. Элементы теории и практики спортивной ориентации, отбора и комплектования групп в спортивной акробатике / В. Н. Болобан // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2010. – № 6. – С. 21–31.

43. Болобан, В. Н. Эффективность процесса обучения акробатическим элементам по данным уровня развития вестибулярного анализатора В. Н. Болобан // Теория и практика физической культуры. – 1971. – № 1. – С. 51–53.

44. Булатова, О. С. Педагогический артистизм : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / О. С. Булатова. – М. : Академия, 2001. – 240 с.

45. Гаибов, Ф. Ф. Спортивная ориентация и отбор в гимнастических дисциплинах : дисс...канд. пед. наук : 13.00.04 / Ф. Ф. Гаибов. – СПб., 2014. – 193 л.

46. Коркин, В. П. Юбилей спортивной акробатики: история, факты, люди / В. П. Коркин. – Краснодар : Книжное издательство, 1993. – 318 с.

47. Хореография в гимнастике : учеб. пособие / Т. С. Лисицкая. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Юрайт, 2017. – 163 с.

48. Макарова, Г. А. Медицинский справочник тренера / Г. А. Макарова, С. А. Локтев. – 2-е изд. – М. : Советский спорт, 2006. – 587 с.

49. Морозевич, Т. А. Дополнение к разрядным требованиям по спортивной акробатике. Обязательные элементы / Т. А. Морозевич. – Минск : БГУФК, 2005. – 6 с.

50. Морозевич-Шилюк, Т. А. Артистизм акробатов высокого класса (методологический аспект) / Т. А. Морозевич-Шилюк // Наука в Олимпийском спорте. – 2012. – № 1. – С. 74–80.

51. Морозевич, Т. А. Артистизм в спортивной акробатике: структурное представление базовых понятий / Т. А. Морозевич // Мир спорта. – 2005. – № 4. – С. 3–5.

52. Морозевич-Шилюк, Т. А. Диагностика уровня подготовленности начинающих спортсменов в гимнастических видах спорта / Т. А. Морозевич-Шилюк, Н. Ю. Мацюсь, А. С. Севец // Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре, спорту и туризму : материалы XV Междунар. науч. сес. по итогам НИР за 2016 год, посвящ. 80-летию ун-та (Минск, 30 марта – 17 мая 2017 г.) : в 4 ч. / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физкультуры ; редкол.: Т. Д. Полякова (гл. ред.) [и др.]. – Минск, 2017. – Ч. 1. – С. 160–165.

53. Морозевич-Шилюк, Т. А. Стратегия подготовки акробатов / Т. А. Морозевич-Шилюк // Мир спорта. – 2012. – № 4. – С. 35–38.
54. Попов, Ю. А. Управление подготовкой женских акробатических групп высокой квалификации / Ю. А. Попов, С. В. Лубшева. – М. : Физическая культура, 2009. – 176 с.
55. Потоп, В. Макрометодика обучения юных гимнасток спортивным упражнениям на этапе специализированной базовой подготовки : дис ... докт. наук по физ. воспитанию и спорту : 24.00.01 / В. Потоп. – Киев, 2016. – 445 л.
56. Психолого-педагогические аспекты работы тренера / под общ.ред. С. В. Молчанова. – Минск : Полымя, 1984. – 40 с.
57. Ратов, И. П. Биомеханические технологии подготовки спортсменов / И. П. Ратов, Г. И. Попов, А. А. Логинов. – М. : Физкультура и спорт, 2007. – 120 с.
58. Ратушина, Е. В. Комплектование парно-групповых составов спортивной акробатики на основе учета совместимости индивидуально-психологических особенностей партнеров: автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Е. В. Ратушина ; Сиб. гос. акад. физ. культуры. – Омск, 1998. – 20 с.
59. Сагайдак, С. С. Мотивация достижений в спорте / С. С. Сагайдак. – Минск : БЕЛПОЛИГРАФ, 2002. – 171 с.
60. Энциклопедия олимпийского спорта : в 5 т. / под ред. В. Н. Платонова. – Киев : Олимпийская литература, 2004. – Т. 4 : Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – 607 с.
61. Кодекс Республики Беларусь об образовании : с изм. и доп. по сост. на 12 марта 2012 г. – Минск : НЦПИ РБ, 2012. – 400 с.
62. О физической культуре и спорте [Электронный ресурс] : Закон Респ. Беларусь, 4 янв. 2014 г., № 125-З : принят Палатой представителей 5 дек. 2013 г. : одобр. Советом Респ. 19 дек. 2013 г. : ред. от 9 янв. 2018 г. // КонсультантПлюс. Беларусь / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2019.
63. 2017–2020 Code of points. Acrobatic Gymnastics [Electronic resource] : [rules] : approved by the FIG Executive Committee / Fédération internationale de gymnastique. – Mode of access: https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/en_ACRO%20CoP%202017-2020.pdf. – Date of access: 10.12.2019.
64. Sports Acrobatics Archives [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.sportsacrobatics.info/results/index.htm>. – Дата доступа: 13.12.2019.