

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь  
Учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры»

**УТВЕРЖДЕНА**  
ректором университета  
С.Б. Репкиным  
30 января 2025 г.  
Регистрационный № 23 / ГЭ

## **ПРОГРАММА ГОСУДАРСТВЕННОГО ЭКЗАМЕНА**

по направлению специальности  
1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность  
(тренерская работа по ушу)»

Минск 2025

УДК 796.855(073)

ББК 75.715я73

П78

Программа государственного экзамена составлена на основе образовательного стандарта высшего образования первой ступени ОСВО 1-88 02 01-2021, утвержденного постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 09.02.2022 № 22.

**СОСТАВИТЕЛИ:**

**Д.И. Сайковский**, старший преподаватель кафедры спортивно-боевых единоборств и специальной подготовки учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»

**РЕЦЕНЗЕНТЫ:**

**Г.И. Башлакова**, профессор кафедры водных видов спорта учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук, доцент;

**В.А. Самойлова**, доцент кафедры педагогики учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук

**РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:**

кафедрой спортивно-боевых единоборств и специальной подготовки учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 09.11.2024 № 5);

советом спортивно-педагогического факультета массовых видов спорта учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 16.12.2024 № 6);

научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 30.01.2025 № 5)

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....</b>	6
<b>СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА .....</b>	9
<b>Раздел I. Вопросы учебной дисциплины «Основы теории и методики избранного вида спорта».....</b>	9
<b>Содержательный модуль 1. «Основы современной системы спортивной подготовки в спортивно-боевых единоборствах» .....</b>	9
Тема 1. Предмет, задачи и содержание учебной дисциплины «Основы теории и методики избранного вида спорта» .....	9
Тема 2. История возникновения и развития ушу .....	9
Тема 3. Классификация, систематика и терминология в ушу .....	9
Тема 4. Правила безопасности и регламентация соревновательной и тренировочной деятельности в ушу .....	9
Тема 5. Общая характеристика современной системы спортивной подготовки в спортивно-боевых единоборствах .....	10
Тема 6. Структура многолетней спортивной подготовки и факторы, ее определяющие .....	10
<b>Содержательный модуль 2. «Основы технической, тактической и психологической подготовки в ушу».....</b>	10
Тема 7. Методика обучения и совершенствования техники ушу .....	10
Тема 8. Техническая подготовка в ушу на этапах многолетней спортивной подготовки.....	11
Тема 9. Теоретико-методические основы тактики в единоборствах .....	11
Тема 10. Методика обучения и совершенствования тактики ведения спортивного поединка.....	11
Тема 11. Тактическая подготовка в ушу на этапах многолетней спортивной подготовки.....	12
Тема 12. Волевая подготовка в ушу .....	12
Тема 13. Совершенствование специализированных умений спортсменов....	12
Тема 14. Регулирование психической напряженности и управление стартовыми состояниями.....	13
<b>Содержательный модуль 3. «Основы физической подготовки в ушу».....</b>	13
Тема 15. Характеристика структуры двигательных способностей (физических качеств) и требования к уровню их развития в ушу .....	13
Тема 16. Методика развития координационных способностей на этапах многолетней спортивной подготовки .....	13
Тема 17. Методика развития скоростных способностей на этапах многолетней спортивной подготовки .....	14
Тема 18. Методика развития силовых способностей на этапах многолетней спортивной подготовки .....	14

Тема 19. Методика развития выносливости на этапах многолетней спортивной подготовки.....	14
Тема 20. Методика развития гибкости на этапах многолетней спортивной подготовки.....	15
<b>Раздел II. Вопросы учебной дисциплины «Система подготовки в избранном виде спорта» .....</b>	<b>15</b>
<b>Содержательный модуль 4. «Особенности спортивного отбора, управления и построения учебно- тренировочного процесса в ушу» ....</b>	<b>15</b>
Тема 21. Методика построения программ спортивной подготовки в годичном цикле .....	15
Тема 22. Методика построения программ занятий .....	15
Тема 23. Методика построения программ микроциклов.....	16
Тема 24. Методика построения программ мезоциклов .....	16
Тема 25. Спортивный отбор и спортивная ориентация в системе многолетней подготовки .....	16
Тема 26. Управление в системе спортивной подготовки спортсменов .....	16
Тема 27. Комплексный контроль в системе управления спортивной подготовкой спортсменов .....	17
Тема 28. Содержание правил спортивных соревнований по ушу .....	17
Тема 29. Организация, подготовка и проведение спортивных соревнований по ушу .....	17
Тема 30. Организация судейства спортивных соревнований по ушу .....	18
<b>Содержательный модуль 5. «Совершенствование методики преподавания в ушу» .....</b>	<b>18</b>
Тема 31. Совершенствование методических приемов, умений и навыков анализа техники выполнения приемов в ушу .....	18
Тема 32. Формирование методических приемов и навыков использования средств и методов, направленных на развитие скоростных способностей.....	18
Тема 33. Формирование методических приемов и навыков использования средств и методов, направленных на развитие координационных способностей.....	18
Тема 34. Формирование методических приемов и навыков использования средств и методов, направленных на развитие силовых способностей .....	19
Тема 35. Формирование методических приемов и навыков использования средств и методов, направленных на развитие выносливости .....	19
Тема 36. Формирование методических приемов и навыков использования средств и методов, направленных на развитие гибкости.....	19
<b>ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ.....</b>	<b>20</b>
Экзаменационные требования к государственному экзамену по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по ушу)» (список вопросов в порядке возрастания нумерации разделов и тем) .....	20

Экзаменационные требования к государственному экзамену по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по ушу)» (список вопросов по алфавиту с указанием номера раздела и темы).....	25
Критерии оценки знаний и компетенций студентов по 10-балльной шкале на государственном экзамене по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по ушу)».....	29

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа государственного экзамена по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по ушу)» разработана в соответствии с Правилами проведения аттестации студентов, курсантов, слушателей при освоении содержания образовательных программ высшего образования, утвержденными постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 13.10.2023 № 319, образовательным стандартом высшего образования первой ступени ОСВО 1-88 02 01-2021, учебными планами учреждения высшего образования по вышеуказанному направлению специальности, учебными программами учреждения высшего образования по следующим учебным дисциплинам: «Основы теории и методики избранного вида спорта», «Система подготовки в избранном виде спорта», документами, регламентирующими реализацию образовательной программы, интегрированной с образовательными программами среднего специального образования.

Государственный экзамен является одной из обязательных составляющих итоговой аттестации студентов при завершении освоения содержания образовательных программ высшего образования в соответствии с образовательным стандартом высшего образования.

Целью проведения государственного экзамена является определение теоретико-методической и профессиональной подготовленности студентов.

В процессе государственного экзамена решаются задачи:

- создание представления об объективных предпосылках становления и развития ушу;
- изучение содержания техники и тактики ушу и особенностей их формирования на первых этапах многолетней спортивной подготовки;
- изучение теории и методики обучения технике и тактике приемов и действий ушу;
- получение практических навыков, необходимых для проведения учебно-тренировочных занятий различной направленности;
- формирование профессионально-прикладных знаний, умений и навыков, необходимых обучающимся в будущей трудовой деятельности.
- формирование у обучающихся гражданских черт личности, гуманистического мировоззрения, нравственного сознания и нравственного поведения.

Студент должен:

**знать:**

- историю, современное состояние и тенденции развития ушу;
- основные понятия ушу;
- структуру и функции международных и национальных, государственных и негосударственных органов управления в ушу;
- правила спортивных соревнований по ушу;

- технику и тактику ушу;
- методику физической, технической и тактической подготовки;
- специфику психологической подготовки;
- цель, задачи и содержание системы подготовки спортсменов различной квалификации;
- показатели и критерии спортивного отбора;
- систему контроля в ушу;
- структуру и планирование спортивной подготовки в ушу;
- соревновательную деятельность ушу;

**уметь:**

- осуществлять профилактику травматизма на учебно-тренировочных занятиях;
- организовать спортивные соревнования;
- судить спортивные соревнования;
- выполнять технические приемы и тактические действия;
- анализировать технику ушу;
- осуществлять физическую, техническую, тактическую, психологическую подготовку;
- обучать технике и тактике ушу;
- регулировать психическое состояние спортсмена (команды);
- планировать, проводить, контролировать и корректировать спортивную подготовку спортсменов на этапах многолетней подготовки;
- организовать и проводить предварительный спортивный отбор;

**владеТЬ:**

- понятийным аппаратом и терминологией ушу;
- методами страховки и оказания первой помощи;
- методикой и навыками судейства;
- техникой ушу;
- тактикой ушу;
- 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.

Программа государственного экзамена по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по ушу)» соответствует содержанию учебных дисциплин «Основы теории и методики избранного вида спорта», «Система подготовки в избранном виде спорта» и включает в себя 2 раздела и 36 тем:

Раздел I. Вопросы учебной дисциплины «Основы теории и методики избранного вида спорта».

## Раздел II. Вопросы учебной дисциплины «Система подготовки в избранном виде спорта».

Каждый экзаменационный билет состоит из трех теоретических вопросов, относящихся к различным разделам учебных дисциплин. В процессе подготовки к ответу при сдаче государственного экзамена студенту следует ознакомиться с программой государственного экзамена, что поможет ему сориентироваться, к какой теме относится вопрос, и выстроить логическую структуру ответа.

В информационно-методическую часть программы государственного экзамена включены:

- экзаменационные требования к государственному экзамену (список вопросов в порядке возрастания нумерации разделов и тем, список вопросов по алфавиту с указанием номера раздела и темы);
- критерии оценки знаний и компетенций студентов по 10-балльной шкале на государственном экзамене.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА**

### **РАЗДЕЛ I. ВОПРОСЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА»**

#### **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ 1 «ОСНОВЫ СОВРЕМЕННОЙ СИСТЕМЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В СПОРТИВНО-БОЕВЫХ ЕДИНОБОРСТВАХ»**

##### **Тема 1. Предмет, задачи и содержание учебной дисциплины «Основы теории и методики избранного вида спорта»**

Предмет, задачи и содержание учебной дисциплины. Общая теория спортивной подготовки спортсменов как пример современных интегративных наук. Междисциплинарный подход в системе подготовки спортсменов.

##### **Тема 2. История возникновения и развития ушу**

Исторические предпосылки возникновения боевых единоборств. Характеристика основных теорий о происхождении боевых единоборств. Краткий исторический экскурс возникновения, развития и современного состояния распространенных в настоящее время видов спортивно-боевых единоборств (борьба, бокс, каратэ, рукопашный бой, таиландский бокс, ушу и др.).

Единоборства в программе древних и современных Олимпийских игр. Работа международных и любительских федераций по дальнейшему развитию спортивно-боевых единоборств. Современное состояние и перспективы развития спортивно-боевых единоборств в Республике Беларусь.

##### **Тема 3. Классификация, систематика и терминология в ушу**

Определение и содержание понятий: «классификация», «систематика», «терминология». Основные принципы построения классификаций и систематики. Классификация основных направлений ушу. Классификация и терминология, применяемые для обозначения техники и тактики ушу. Взаимосвязь отдельных приемов и групп приемов. Термины других видов единоборств, применяемые в ушу.

##### **Тема 4. Правила безопасности и регламентация соревновательной и тренировочной деятельности в ушу**

Правила безопасности при организации и проведении занятий и спортивных соревнований по ушу. Понятие о страховке в условиях учебной, учебно-тренировочной и соревновательной деятельности. Требования к местам проведения занятий и спортивных соревнований.

Представление о разрешенных и запрещенных действиях в тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях по ушу.

### **Тема 5. Общая характеристика современной системы спортивной подготовки в спортивно-боевых единоборствах**

Обзор фундаментальных научных исследований, лежащих в основе современной концепции спортивной подготовки. Основные направления совершенствования системы спортивной подготовки (спортивный отбор и спортивная ориентация; спортивная тренировка; система спортивных соревнований; внетренировочные и внесоревновательные факторы; соблюдение антидопингового законодательства) в видах спортивно-боевых единоборств. Ориентация системы спортивной подготовки на формирование достижения оптимальной структуры соревновательной деятельности; совершенствование системы управления учебно-тренировочным процессом на основе знаний о структуре соревновательной деятельности; расширение системы знаний по вопросам теории и методики спортивной подготовки; совершенствование основных видов спортивной подготовки спортсмена: физической, технической, тактической, психической и интеллектуальной.

### **Тема 6. Структура многолетней спортивной подготовки и факторы, ее определяющие**

Характеристика общей структуры многолетней спортивной подготовки в ушу. Этапы многолетней спортивной подготовки в ушу: начальной подготовки, предварительной базовой подготовки, специализированной базовой подготовки, спортивного совершенствования, высшего спортивного мастерства.

Факторы, определяющие продолжительность и структуру спортивной подготовки на различных этапах спортивного совершенствования: возраст, в котором спортсмен начал занятия; индивидуальные особенности спортсменов, темпы их биологического созревания; специфика соревновательной деятельности; закономерности становления различных сторон спортивного мастерства; содержание учебно-тренировочного процесса.

## **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ 2 «ОСНОВЫ ТЕХНИЧЕСКОЙ, ТАКТИЧЕСКОЙ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В УШУ»**

### **Тема 7. Методика обучения и совершенствования техники ушу**

Цель и приоритетные задачи совершенствования техники приемов в ушу на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства. Рациональное сочетание методов стандартного и вариативного упражнения. Совершенствование двигательных навыков в соревновательных условиях. Методика коррекции техники сформированного двигательного действия.

Структура и содержание заданий, направленных на совершенствование техники ушу и ее тактической реализации в соревновательных условиях (имитационные упражнения, упражнения на снарядах, обусловленные и необусловленные задания, соревновательные упражнения). Стабильность и надежность реализации технико-тактических приемов и действий в соревновательных условиях.

### **Тема 8. Техническая подготовка в ушу на этапах многолетней спортивной подготовки**

Структура и содержание технической подготовки на этапах начальной, предварительной базовой и специализированной подготовки. Взаимосвязь процессов обучения основам технического и тактического мастерства. Обусловленные учебные задания с партнером, как основное средство формирования параметров взаимодействия с условным противником.

Структура и содержание технической подготовки на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства. Методические приемы, направленные на расширение диапазона вариативности техники приемов и действий в соответствии с достигнутой степенью развития индивидуальных способностей. Индивидуализация процесса технической подготовки. Моделирование различных соревновательных ситуаций спортивного поединка (с учетом индивидуальных особенностей спортсмена и соперника). Особенности построения процесса технической подготовки в годичном цикле спортивной подготовки.

### **Тема 9. Теоретико-методические основы тактики в единоборствах**

Сущность и характеристика основных тактических манер ведения спортивного поединка (атакующая, контратакующая и защитная направленность). Методика разработки тактического плана (анализ соревновательной деятельности и всех сторон подготовленности спортсмена). Тактический замысел как основа для разработки тактического плана. Выбор рациональной тактической схемы с учетом индивидуальных способностей спортсмена, квалификации и уровня подготовленности соперника.

### **Тема 10. Методика обучения и совершенствования тактики ведения спортивного поединка**

Общая характеристика процесса формирования тактической подготовленности спортсменов. Характеристика средств и методов, направленных на овладение тактическими умениями и навыками и их совершенствование (имитационные упражнения, упражнения на снарядах, обусловленные и необусловленные задания, соревновательные упражнения).

Методика совершенствования тактического мастерства.

Моделирование тактических ситуаций, возникающих в ходе ведения соревновательного поединка (в зависимости от дистанции, от тактических манер ведения поединка, от морфологических и психических особенностей соперника, от уровня технической и физической подготовленности соперника, от уровня спортивных соревнований).

### **Тема 11. Тактическая подготовка в ушу на этапах многолетней спортивной подготовки**

Содержание и методика выполнения учебно-тренировочных заданий, направленных на формирование навыков быстрого восприятия и анализа соревновательной ситуации в поединке. Индивидуализация тактической подготовки (направленное совершенствование индивидуальной манеры ведения боя).

Структура и содержание тактической подготовки на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства. Индивидуализация планов спортивной подготовки с учетом специализированной направленности соревновательной деятельности. Моделирование ведения поединка различными тактическими способами в различных соревновательных ситуациях.

### **Тема 12. Волевая подготовка в ушу**

Средства и методы развития волевых качеств (целеустремленность, настойчивость и упорство, решительность и смелость, инициативность и самостоятельность, выдержка и самообладание) на различных этапах многолетней спортивной подготовки: регулярная, обязательная реализация тренировочной программы и соревновательных установок; системное введение дополнительных трудностей; использование соревновательного метода; последовательное усиление функции самовоспитания. Основные методические приемы совершенствования психических качеств, определяющих успех в спорте высших достижений (высокая целеустремленность, упорство в достижении цели, эмоциональная устойчивость, экстравертированность, соревновательная агрессивность).

### **Тема 13. Совершенствование специализированных умений спортсменов**

Идеомоторная тренировка в системе методов, направленных на совершенствование технико-тактического мастерства.

Совершенствование реагирования и пространственно-временной антиципации как факторов, повышающих эффективность технико-тактических действий спортсмена. Формирование опережающих реакций, предшествующих реальному действию.

## **Тема 14. Регулирование психической напряженности и управление стартовыми состояниями**

Методические подходы, направленные на совершенствование способности к предельной мобилизации возможностей функциональных систем и использованию энергетических ресурсов организма. Регулирование психической напряженности в процессе учебно-тренировочной и соревновательной деятельности (постановка конкретных задач, отвлечение от стресс-факторов, аутотренинг, самоконтроль дыхания, секундирование). Методика совершенствования способности к саморегуляции психического состояния. Совершенствование толерантности к эмоциональному стрессу.

## **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ 3 «ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В УШУ»**

### **Тема 15. Характеристика структуры двигательных способностей (физических качеств) и требования к уровню их развития в ушу**

Содержание общей и специальной физической подготовки на различных этапах многолетней спортивной подготовки в ушу.

Психофизиологические механизмы проявления силовых способностей (режимы работы мышц – изометрический (статический) и изотонический (динамический): преодолевающий и уступающий). Виды силовых способностей. Специфичность различных силовых проявлений в поединке ушуистов.

Психофизиологические механизмы проявления скоростных способностей. Динамика показателей быстроты сложной двигательной реакции (реагирования) и скорости двигательных действий в процессе становления спортивного мастерства в ушу.

Психофизиологические механизмы проявления выносливости. Характеристика основных режимов энергообеспечения двигательной деятельности в соревновательном поединке по ушу.

Психофизиологические механизмы, лежащие в основе проявления координационных способностей. Взаимосвязь специфических координационных способностей и индивидуальной манеры ведения боя. Влияние нагрузок различной координационной сложности на техническую подготовку спортсменов. Влияние сбивающих факторов на сложно-координационные и точно-целевые двигательные акты.

### **Тема 16. Методика развития координационных способностей на этапах многолетней спортивной подготовки**

Методика развития координационных способностей у спортсменов-ушуистов на этапах начальной, предварительной и специализированной базовой подготовки. Средства и методы развития координационных способностей. Координационная сложность упражнений и очередность

упражнений, направленных на развитие отдельных координационных способностей.

Методика совершенствования специфических координационных способностей на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства. Требования к координационной сложности упражнений.

### **Тема 17. Методика развития скоростных способностей на этапах многолетней спортивной подготовки**

Методика развития скоростных способностей у спортсменов-ушуистов на этапах начальной и предварительной базовой подготовки. Характеристика средств общей и специальной направленности, используемых для развития скоростных способностей у юных спортсменов.

Методика развития скоростных способностей у спортсменов-ушуистов на этапе специализированной базовой подготовки. Применение специально-подготовительных и соревновательных упражнений, направленных на развитие отдельных составляющих скоростных способностей и на их комплексное проявление в целостных двигательных действиях.

Методика совершенствования скоростных способностей на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства. Характеристика основных средств и методов скоростной подготовки.

### **Тема 18. Методика развития силовых способностей на этапах многолетней спортивной подготовки**

Методика развития силовых способностей у спортсменов-ушуистов на этапах начальной и предварительной базовой подготовки. Характеристика средств общей и специальной направленности, используемых для развития силовых способностей у юных спортсменов.

Методика развития силовых способностей у спортсменов-ушуистов на этапе специализированной базовой подготовки. Применение специально-подготовительных упражнений, направленных на развитие отдельных компонентов силовых способностей.

Методика совершенствования силовых способностей на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства. Характеристика основных средств и методов силовой подготовки.

### **Тема 19. Методика развития выносливости на этапах многолетней спортивной подготовки**

Методика развития выносливости у юных спортсменов-ушуистов на этапах начальной и предварительной базовой подготовки. Характеристика средств общей и специальной направленности, используемых для развития выносливости у юных спортсменов.

Методика совершенствования специальной выносливости у спортсменов-ушуистов на этапе специализированной базовой подготовки.

Содержание специализированных заданий, направленных на развитие отдельных компонентов специальной выносливости. Основные компоненты нагрузки и отдыха.

Методика совершенствования выносливости на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства. Характеристика основных средств и методов совершенствования выносливости. Характеристика основных параметров тренировочных нагрузок.

### **Тема 20. Методика развития гибкости на этапах многолетней спортивной подготовки**

Методика развития гибкости у спортсменов-ушуистов на этапах начальной подготовки, предварительной базовой и специализированной подготовки. Последовательность развития гибкости в различных суставах. Методические подходы, направленные на развитие общей гибкости у юных спортсменов.

Методика поддержания и совершенствования гибкости на различных этапах многолетней спортивной подготовки.

## **РАЗДЕЛ II. ВОПРОСЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «СИСТЕМА ПОДГОТОВКИ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА»**

### **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ 4 «ОСОБЕННОСТИ СПОРТИВНОГО ОТБОРА, УПРАВЛЕНИЯ И ПОСТРОЕНИЯ УЧЕБНО- ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В УШУ»**

### **Тема 21. Методика построения программ спортивной подготовки в годичном цикле**

Современные методические концепции планирования и построения учебно-тренировочных нагрузок на различных этапах многолетней спортивной подготовки (одноцикловое, двухцикловое, многоцикловое и др.). Принципиальные схемы распределения учебно-тренировочных нагрузок различной направленности в годичном цикле спортивной подготовки с учетом календаря спортивных соревнований (характеристика макроцикла: подготовительный, соревновательный и переходный периоды). Особенности построения нагрузок в соревновательном периоде спортивной подготовки. Построение нагрузок при подведении спортсменов к главным спортивным соревнованиям года.

### **Тема 22. Методика построения программ занятий**

Характеристика общей структуры занятий (подготовительная, основная и заключительная части). Отличительные особенности занятий: по педагогической направленности (избирательной и комплексной направленности), с различными по величине нагрузками (малая, средняя,

значительная и большая), по содержанию конкретных задач (учебные, тренировочные, учебно-тренировочные, восстановительные, модельные и контрольные).

Особенности методики построения программ занятий избирательной и комплексной направленности на различных этапах многолетней спортивной подготовки.

### **Тема 23. Методика построения программ микроциклов**

Сочетание в микроцикле занятий с различными по величине и направленности нагрузками. Структура микроциклов различных типов (втягивающие, ударные, подводящие, соревновательные, восстановительные).

Особенности методики построения программ микроциклов на различных этапах многолетней спортивной подготовки.

### **Тема 24. Методика построения программ мезоциклов**

Основные причины (факторы) выделения мезоциклов. Типы мезоциклов и их основная направленность (втягивающие, базовые, контрольно-подготовительные, предсоревновательные, соревновательные).

Общие основы построения микроциклов в мезоцикле. Особенности методики построения программ мезоциклов на различных этапах многолетней спортивной подготовки.

### **Тема 25. Спортивный отбор и спортивная ориентация в системе многолетней подготовки**

Первичный спортивный отбор и спортивная ориентация на этапе начальной подготовки. Оптимальные возрастные границы благоприятные для начала занятий ушу. Необходимые условия первоначального спортивного отбора детей в секции ушу.

Спортивный отбор и спортивная ориентация на этапах предварительной базовой и специализированной подготовки. Критерии оценки перспективности юных спортсменов к эффективному спортивному совершенствованию в ушу.

Основной спортивный отбор и спортивная ориентация на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства. Определение способностей к достижению спортивных результатов международного класса.

### **Тема 26. Управление в системе спортивной подготовки спортсменов**

Особенности системы управления спортивной подготовкой спортсменов на различных этапах многолетней спортивной подготовки. Оптимизация структуры учебно-тренировочного процесса. Факторы, определяющие эффективность этапного управления (наличие четких представлений о специфике соревновательной деятельности, динамике

различных сторон подготовленности спортсмена). Сопоставление достигнутого эффекта спортивной подготовки с плановыми характеристиками.

Управление параметрами тренировочных нагрузок на основе данных оперативного контроля. Коррекция выполнения стандартных нагрузок на основе данных текущего контроля (обеспечение оптимального соотношения в учебно-тренировочном процессе занятий с различными по величине нагрузками, рациональное соотношение в мезоциклах нагрузочных и восстановительных микроциклов).

### **Тема 27. Комплексный контроль в системе управления спортивной подготовкой спортсменов**

Комплексный контроль на различных этапах многолетней спортивной подготовки. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. Методы коррекции планов спортивной подготовки на основе показателей этапного, текущего и оперативного контроля. Особенности организации и проведения комплексного контроля тренировочных и соревновательных нагрузок квалифицированных спортсменов с использованием педагогических, социально-психологических и медико-биологических показателей. Контроль соревновательной деятельности.

Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок, их учет и аналитическая обработка с использованием современных информационных технологий.

### **Тема 28. Содержание правил спортивных соревнований по ушу**

Общая характеристика правил спортивных соревнований по ушу: содержание поединка, формулы проведения поединка, экипировка, разрешенные действия, регламент боя, размеры площадки. Оценка приемов и действий, определение победителя. Запрещенные приемы и действия в соревновательном поединке.

Состав судейской коллегии спортивных соревнований. Права и обязанности членов судейской коллегии.

Медицинское обеспечение спортивных соревнований по ушу.

### **Тема 29. Организация, подготовка и проведение спортивных соревнований по ушу**

Планирование подготовки и проведения спортивных соревнований. Функции проводящей организации и судейского персонала. Структура и содержание работы оргкомитета (обязанности, состав, план работы). Подготовка отчета по итогам проведения спортивных соревнований. Критерии оценки работы судей.

## **Тема 30. Организация судейства спортивных соревнований по ушу**

Организация судейства спортивных соревнований по ушу. Обязанности и взаимодействие членов главной судейской коллегии. Работа судейско-вспомогательного персонала.

Процедура взвешивания и допуска участников. Проведение и судейство соревновательного поединка. Определение победителя и объявление спортивного результата.

## **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ 5** **«СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МЕТОДИКИ ПРЕПОДАВАНИЯ В УШУ»**

### **Тема 31. Совершенствование методических приемов, умений и навыков анализа техники выполнения приемов в ушу**

Методика проведения биомеханического анализа индивидуального технического арсенала спортсмена (педагогическое наблюдение, видеоанализ, специальные компьютерные программы). Учет и использование полученных данных при планировании технической подготовки в годичном цикле (отдельных микро- и мезоциклах) спортивной подготовки.

Методические подходы к оценке эффективности техники выполнения приемов ушу в условиях воздействия «сбивающих» факторов (активное противодействие соперника, прогрессирующее утомление и др.). Оценка минимальной тактической информативности техники.

### **Тема 32. Формирование методических приемов и навыков использования средств и методов, направленных на развитие скоростных способностей**

Методика подбора средств и методов, направленных на развитие скоростных способностей спортсменов на различных этапах многолетней спортивной подготовки. Методические приемы, преимущественно направленные на развитие различных видов скоростных способностей (скорость одиночного движения, темп, скорость реакции). Методические приемы, направленные на совершенствование комплексных скоростных способностей, проявляющихся в целостных соревновательных действиях.

### **Тема 33. Формирование методических приемов и навыков использования средств и методов, направленных на развитие координационных способностей**

Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие координационных способностей спортсменов на различных этапах многолетней спортивной подготовки в ушу. Нормирование параметров нагрузки при выполнении заданий, направленных на развитие различных видов специфических координационных способностей (к ориентации в пространстве, к статическому и динамическому равновесию, к

дифференцированию силовых, пространственных и временных параметров движений, к согласованию и перестроению действий, к реагированию и др.).

**Тема 34. Формирование методических приемов и навыков  
использования средств и методов, направленных  
на развитие силовых способностей**

Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие силовых способностей спортсменов на различных этапах многолетней спортивной подготовки. Нормирование параметров нагрузки при выполнении заданий, направленных на развитие различных видов силовых способностей (максимальной силы, скоростно-силовых способностей (скоростной силы: стартовой и взрывной), силовой выносливости). Методические приемы, направленные на использование упражнений с отягощениями с целью развития силовых способностей (вес отягощений, темп и скорость движений, количество повторений, подходов, серий, продолжительность интервалов отдыха).

**Тема 35. Формирование методических приемов и навыков  
использования средств и методов, направленных на развитие  
выносливости**

Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие общей и специальной выносливости спортсменов на различных этапах многолетней спортивной подготовки. Нормирование параметров нагрузки при выполнении заданий, направленных на развитие специальной выносливости в микроциклах различной направленности. Методические приемы, направленные на развитие различных видов выносливости (аэробной, анаэробной алактатной, анаэробной лактатной).

**Тема 36. Формирование методических приемов и навыков  
использования средств и методов, направленных на развитие гибкости**

Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на совершенствование гибкости (активной и пассивной, общей и специальной) спортсменов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства. Развитие гибкости с использованием специальных тренажерных устройств. Характеристика основных параметров тренировочных нагрузок (количество повторений, время удержания статических положений). Сочетание нагрузок, направленных на развитие гибкости и других (силовых, скоростных, координационных, выносливости) двигательных способностей.

## ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

### ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ к государственному экзамену

по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по ушу)»

*(список вопросов в порядке возрастания нумерации разделов и тем)*

<b>№ раздела</b>	<b>№ темы</b>	<b>Формулировка вопроса</b>
1	2	3
I	1	Общая теория спортивной подготовки спортсменов как пример современных интегративных наук
I	2	История возникновения, развития и современное состояние видов спортивно-боевых единоборств
I	3	Классификация и терминология, применяемая для обозначения техники и тактики ушу
I	4	Правила безопасности при организации и проведении занятий и спортивных соревнований по ушу
I	4	Профилактика травматизма при организации и проведении занятий и спортивных соревнований по ушу
I	5	Характеристика современной системы спортивной подготовки в спортивно-боевых единоборствах
I	6	Характеристика общей структуры многолетней спортивной подготовки в ушу
I	6	Особенности построения тренировочного процесса в ушу на этапе высшего спортивного мастерства
I	6	Структура и содержание учебно-тренировочного процесса в ушу на этапе спортивного совершенствования
I	6	Структура и содержание тренировочного процесса в ушу на этапе специализированной базовой подготовки
I	6	Структура и содержание учебно-тренировочного процесса в ушу на этапе предварительной базовой подготовки
I	6	Структура и содержание учебно-тренировочного процесса в ушу на этапе начальной подготовки
I	7	Методика выявления, анализа и исправления ошибок при обучении приемам ушу
I	7	Структура и содержание заданий, направленных на совершенствование техники ушу и ее тактической реализации в соревновательных условиях

№ раздела	№ темы	Формулировка вопроса
1	2	3
I	7	Методические приемы, направленные на повышение эффективности технико-тактических приемов и действий ушу в соревновательном поединке
I	8	Задачи и содержание технической и тактической подготовки на этапах многолетней спортивной подготовки
I	8	Анализ техники основных стоек и передвижений, используемых в поединке
I	8	Анализ техники и тактические способы применения в поединке ударов руками
I	8	Анализ техники и тактические способы применения в поединке приемов защиты
I	8	Анализ техники и тактические способы применения в поединке ударов ногами
I	8	Анализ техники и тактические способы применения в поединке комбинированных технических действий
I	9	Сущность и характеристика основных тактических манер ведения спортивного поединка
I	9	Характеристика рациональных тактических схем ведения поединка с учетом индивидуальных способностей спортсмена
I	10	Характеристика учебно-тренировочных заданий, направленных на формирование умения быстро воспринимать и анализировать соревновательные ситуации в поединке
I	10	Методические приемы, позволяющие моделировать тактические ситуации, возникающие в ходе ведения соревновательного поединка
I	11	Основы методики совершенствования технического и тактического мастерства спортсменов высокой квалификации
I	11	Методика совершенствования индивидуальной манеры ведения поединка в ушу
I	11	Методика обучения тактике ведения спортивного поединка
I	12	Средства и методы повышения волевой подготовленности спортсменов-ушуистов
I	13	Идеомоторная тренировка в системе методов, направленных на совершенствование тактико-технического мастерства в ушу

<b>№ раздела</b>	<b>№ темы</b>	<b>Формулировка вопроса</b>
1	2	3
I	14	Регулирование психической напряженности в процессе тренировочной и соревновательной деятельности в ушу
I	15	Требования к уровню развития двигательных способностей в ушу
I	16	Методика совершенствования координационных способностей квалифицированных спортсменов в ушу
I	17	Методика совершенствования скоростных способностей квалифицированных спортсменов в ушу
I	17	Методика развития скоростных способностей юных спортсменов в ушу на этапе начальной и предварительной базовой подготовки
I	18	Методика совершенствования силовых способностей квалифицированных спортсменов в ушу
I	18	Методика развития силовых способностей спортсменов-ушуистов на этапах начальной и предварительной базовой подготовки
I	19	Методика развития выносливости юных спортсменов-ушуистов на этапах начальной и предварительной базовой подготовки
I	19	Методика совершенствования специальной выносливости спортсменов-ушуистов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства
I	20	Методика развития гибкости спортсменов-ушуистов на этапах начальной и предварительной базовой подготовки
II	21	Методика планирования учебно-тренировочного процесса в ушу на этапе высшего спортивного мастерства
II	22	Общая структура и основная педагогическая направленность занятий в ушу
II	22	Общие основы построения подготовительной части тренировочного занятия в ушу. Особенности предсоревновательной разминки
II	23	Особенности методики построения программ микроциклов на различных этапах многолетней спортивной подготовки
II	24	Особенности методики построения программ мезоциклов на различных этапах многолетней спортивной подготовки
II	25	Отбор и спортивная ориентация в системе многолетней спортивной подготовки

№ раздела	№ темы	Формулировка вопроса
1	2	3
II	26	Особенности системы управления спортивной подготовкой спортсменов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства
II	27	Особенности организации и проведения комплексного контроля в ушу с использованием педагогических, социально-психологических и медико-биологических показателей
II	28	Содержание правил спортивных соревнований по ушу (экипировка, разрешенные и запрещенные действия, регламент боя, размеры площадки)
II	29	Организация и проведение спортивных соревнований по ушу (функции проводящей организации и судейского персонала)
II	30	Организация судейства спортивных соревнований по ушу
II	31	Методические подходы к оценке эффективности техники приемов ушу в условиях воздействий «сбивающих» факторов (активное противодействие соперника, прогрессирующее утомление и др.)
II	32	Методические приемы, направленные на совершенствование комплексных скоростных способностей в ушу
II	32	Характеристика средств общей и специальной направленности, используемых для совершенствования скоростных способностей в ушу на этапе специализированной базовой подготовки
II	33	Характеристика общих и специальных средств, направленных на развитие координационных способностей юных спортсменов-ушуистов
II	34	Характеристика средств общей и специальной направленности, используемых для совершенствования силовых способностей в ушу на этапе специализированной базовой подготовки
II	34	Методические приемы, направленные на использование упражнений с отягощениями с целью развития силовых способностей
II	35	Методические приемы, направленные на развитие локальной мышечной выносливости

№ раздела	№ темы	Формулировка вопроса
1	2	3
II	35	Характеристика средств общей и специальной направленности, используемых для развития выносливости в ушу на этапе специализированной базовой подготовки
II	36	Методические приемы, направленные на совершенствование гибкости квалифицированных спортсменов-ушуистов

**ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**  
**к государственному экзамену**

по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по ушу)»

*(список вопросов по алфавиту с указанием номера раздела и темы)*

<b>Формулировка вопроса</b>	<b>№ раздела</b>	<b>№ темы</b>
1	2	3
Анализ техники и тактические способы применения в поединке комбинированных технических действий	I	8
Анализ техники и тактические способы применения в поединке приемов защиты	I	8
Анализ техники и тактические способы применения в поединке ударов руками	I	8
Анализ техники и тактические способы применения в поединке ударов ногами	I	8
Анализ техники основных стоек и передвижений, используемых в поединке	I	8
Задачи и содержание технической и тактической подготовки на этапах многолетней спортивной подготовки	I	8
Идеомоторная тренировка в системе методов, направленных на совершенствование тактико-технического мастерства в ушу	I	13
История возникновения, развития и современное состояние видов спортивно-боевых единоборств	I	2
Классификация и терминология, применяемая для обозначения техники и тактики ушу	I	3
Методика выявления, анализа и исправления ошибок при обучении приемам ушу	I	7
Методика обучения тактике ведения спортивного поединка	I	11
Методика планирования учебно-тренировочного процесса в ушу на этапе высшего спортивного мастерства	II	21
Методика развития выносливости юных спортсменов-ушуистов на этапах начальной и предварительной базовой подготовки	I	19
Методика развития гибкости спортсменов-ушуистов на этапах начальной и предварительной базовой подготовки	I	20
Методика развития силовых способностей спортсменов-ушуистов на этапах начальной и предварительной базовой подготовки	I	18
Методика развития скоростных способностей юных спортсменов в ушу на этапе начальной и предварительной	I	17

Формулировка вопроса	№ раздела	№ темы
1	2	3
базовой подготовки		
Методика совершенствования индивидуальной манеры ведения поединка в ушу	I	11
Методика совершенствования координационных способностей квалифицированных спортсменов в ушу	I	16
Методика совершенствования силовых способностей квалифицированных спортсменов в ушу	I	18
Методика совершенствования скоростных способностей квалифицированных спортсменов в ушу	I	17
Методика совершенствования специальной выносливости спортсменов-ушуистов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства	I	19
Методические подходы к оценке эффективности техники приемов ушу в условиях воздействий «сбивающих» факторов (активное противодействие соперника, прогрессирующее утомление и др.)	II	31
Методические приемы, направленные на использование упражнений с отягощениями с целью развития силовых способностей	II	34
Методические приемы, направленные на повышение эффективности технико-тактических приемов и действий ушу в соревновательном поединке	I	7
Методические приемы, направленные на развитие локальной мышечной выносливости	II	35
Методические приемы, направленные на совершенствование гибкости квалифицированных спортсменов-ушуистов	II	36
Методические приемы, направленные на совершенствование комплексных скоростных способностей в ушу	II	32
Методические приемы, позволяющие моделировать тактические ситуации, возникающие в ходе ведения соревновательного поединка	I	10
Общая структура и основная педагогическая направленность занятий в ушу	II	22
Общая теория спортивной подготовки спортсменов как пример современных интегративных наук	I	1

Формулировка вопроса	№ раздела	№ темы
1	2	3
Общие основы построения подготовительной части тренировочного занятия в ушу. Особенности предсоревновательной разминки	II	22
Организация и проведение спортивных соревнований по ушу (функции проводящей организации и судейского персонала)	II	29
Организация судейства спортивных соревнований по ушу.	II	30
Основы методики совершенствования технического и тактического мастерства спортсменов высокой квалификации	I	11
Особенности методики построения программ мезоциклов на различных этапах многолетней спортивной подготовки	II	24
Особенности методики построения программ микроциклов на различных этапах многолетней спортивной подготовки	II	23
Особенности организации и проведения комплексного контроля в ушу с использованием педагогических, социально-психологических и медико-биологических показателей	II	27
Особенности построения тренировочного процесса в ушу на этапе высшего спортивного мастерства	I	6
Особенности системы управления спортивной подготовкой спортсменов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства	II	26
Отбор и спортивная ориентация в системе многолетней спортивной подготовки	II	25
Правила безопасности при организации и проведении занятий и спортивных соревнований по ушу	I	4
Профилактика травматизма при организации и проведении занятий и спортивных соревнований по ушу	I	4
Регулирование психической напряженности в процессе тренировочной и соревновательной деятельности в ушу	I	14
Содержание правил спортивных соревнований по ушу (экипировка, разрешенные и запрещенные действия, регламент боя, размеры площадки)	II	28
Средства и методы повышения волевой подготовленности спортсменов-ушуистов	I	12
Структура и содержание заданий, направленных на	I	7

Формулировка вопроса	№ раздела	№ темы
1	2	3
совершенствование техники ушу и ее тактической реализации в соревновательных условиях		
Структура и содержание тренировочного процесса в ушу на этапе специализированной базовой подготовки	I	6
Структура и содержание учебно-тренировочного процесса в ушу на этапе спортивного совершенствования	I	6
Структура и содержание учебно-тренировочного процесса в ушу на этапе предварительной базовой подготовки	I	6
Структура и содержание учебно-тренировочного процесса в ушу на этапе начальной подготовки	I	6
Сущность и характеристика основных тактических манер ведения спортивного поединка	I	9
Требования к уровню развития двигательных способностей в ушу	I	15
Характеристика общей структуры многолетней спортивной подготовки в ушу	I	6
Характеристика общих и специальных средств, направленных на развитие координационных способностей юных спортсменов-ушуистов	II	33
Характеристика рациональных тактических схем ведения поединка с учетом индивидуальных способностей спортсмена	I	9
Характеристика современной системы спортивной подготовки в спортивно-боевых единоборствах	I	5
Характеристика средств общей и специальной направленности, используемых для совершенствования скоростных способностей в ушу на этапе специализированной базовой подготовки	II	32
Характеристика средств общей и специальной направленности, используемых для совершенствования силовых способностей в ушу на этапе специализированной базовой подготовки	II	34
Характеристика средств общей и специальной направленности, используемых для развития выносливости в ушу на этапе специализированной базовой подготовки	II	35
Характеристика учебно-тренировочных заданий, направленных на формирование умения быстро воспринимать и анализировать соревновательные ситуации в поединке	I	10

**КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ И КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ  
ПО 10-БАЛЛЬНОЙ ШКАЛЕ НА ГОСУДАРСТВЕННОМ ЭКЗАМЕНЕ**  
по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая  
деятельность (тренерская работа по ушу)»

<b>Баллы</b>	<b>Показатели оценки</b>
<b>1</b>	<b>2</b>
<b>10 (десять) баллов</b>	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы государственного экзамена, а также по основным вопросам, выходящим за ее пределы; точное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы; выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в профессиональной деятельности; правильное решение ситуационных профессиональных задач и полное обоснование принятых решений; умение ориентироваться в теориях, концепциях, направлениях тренерской работы по ушу, давать им критическую оценку, использовать научные знания других учебных дисциплин; – высший уровень информационной и коммуникативной культуры
<b>9 (девять) баллов</b>	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы государственного экзамена; точное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы; способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в профессиональной деятельности; правильное решение ситуационных профессиональных задач и полное обоснование принятых решений; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях тренерской работы по ушу, давать им критическую оценку; очень высокий уровень информационной и коммуникативной культуры
<b>8 (восемь) баллов</b>	Систематизированные, глубокие и полные знания по поставленным вопросам в объеме программы государственного экзамена; корректное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы; способность самостоятельно решать сложные проблемы в профессиональной деятельности; правильное решение ситуационных профессиональных задач и достаточно полное обоснование принятых решений; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях, направлениях тренерской работы по ушу высокий уровень информационной и коммуникативной культуры
<b>7 (семь) баллов</b>	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы государственного экзамена; уверенное использование научной терминологии, лингвистически и логически правильное изложение ответа на вопрос, умение делать обоснованные выводы; способность самостоятельно решать сложные проблемы в профессиональной деятельности; решение ситуационных профессиональных задач и краткое обоснование принятых решений; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях тренерской работы по ушу; хороший уровень информационной и коммуникативной культуры
<b>6 (шесть) баллов</b>	Достаточно полные и систематизированные знания в объеме программы государственного экзамена; –использование необходимой научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы; способность самостоятельно применять типовые решения в

<b>Баллы</b>		<b>Показатели оценки</b>
1	2	
		профессиональной деятельности; решение профессиональных задач и неполное обоснование принятых решений; умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях тренерской работы по ушу; хороший уровень информационной и коммуникативной культуры
<b>5 (пять) баллов</b>		Достаточные знания в рамках программы государственного экзамена; использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы; неполное решение ситуационных профессиональных задач и обоснование принятых решений; способность самостоятельно применять типовые решения в профессиональной деятельности; умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях тренерской работы по ушу; достаточный уровень информационной и коммуникативной культуры
<b>4 (четыре) балла</b>		Достаточные знания в рамках программы государственного экзамена; использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок; низкая компетентность в решении ситуационных профессиональных задач и обосновании принятых решений; умение решать стандартные задачи в профессиональной деятельности; недостаточно полное умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях тренерской работы по ушу; допустимый уровень информационной и коммуникативной культуры
<b>3 (три) балла</b>		Недостаточно полные знания в рамках программы государственного экзамена; использование научной терминологии, изложение ответа на вопросы с существенными логическими и стилистическими ошибками; неумение решать стандартные задачи в профессиональной деятельности; некомпетентность в решении ситуационных профессиональных задач и обосновании принятых решений; неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях тренерской работы по ушу; низкий уровень информационной и коммуникативной культуры
<b>2 (два) балла</b>		Фрагментарные знания в рамках программы государственного экзамена; неумение решать стандартные задачи в профессиональной деятельности; неумение использовать научную терминологию тренерской работы по ушу, наличие в ответе грубых логических ошибок; низкий уровень информационной и коммуникативной культуры
<b>1 (один) балл</b>		Отсутствие знаний и компетенций в рамках программы государственного экзамена или отказ от ответа

*Учебное издание*

## **ПРОГРАММА ГОСУДАРСТВЕННОГО ЭКЗАМЕНА**

по направлению специальности  
1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность  
(тренерская работа по ушу)»

Составитель:

**Сайковский Дмитрий Игоревич**

Корректор *Н. С. Геращенко*  
Компьютерная верстка *Е. Э. Сафаровой*

Подписано в печать 12.05.2025. Формат 60×84<sub>16</sub>. Бумага офсетная.  
Цифровая печать. Усл. печ. л. 1,78. Уч.-изд. л. 1,36. Тираж 25 экз. Заказ 33.

Издатель и полиграфическое исполнение:  
учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры».  
Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,  
распространителя печатных изданий  
№ 1/153 от 24.01.2014.  
Пр. Победителей, 105, 220020, Минск.