

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

Институт дополнительного образования



Учебный план

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации  
«Современные технологии спортивной подготовки в самбо»

**Цель реализации образовательной программы** – повышение профессионального уровня работников и специалистов по самбо на основе совершенствования их трудовых функций, обеспечение прочного и сознательного овладения слушателями теоретико-методическими знаниями и прикладными навыками, необходимыми тренеру в практической деятельности.

**Категория слушателей:** к освоению дополнительной профессиональной программы повышения квалификации допускаются:

- лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование;
- лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.

Наличие указанного образования должно подтверждаться документом об образовании и о квалификации или справкой с места учебы.

**Форма обучения:** очная форма.

**Трудоемкость:** общая трудоемкость составляет 108 академических часов, в том числе: лекции – 18 часов, практические занятия – 18 часов, самостоятельная работа – 70 часов, итоговая аттестация – 2 часа.

**Срок освоения:** 2 – 3 недели.

**Режим занятий:** занятия проводятся 3-6 раз в неделю по 2-8 часов в день.

№ пп	Наименование разделов, тем, дисциплин (модулей)	Всего часов трудо- емкости	Всего, ауд. часов	В том числе		Самост. работа	Форма аттестации
				Лекции	Практичес- кие занятия		
1	2	3	4	5	6	7	8
	Раздел 1. Общая характеристика вида спорта (самбо)	18	2	2	-	16	Текущий контроль
1.1.	Тема 1.1. Самбо в современной системе физического воспитания. История развития самбо.	11	1	1	-	10	Устный опрос

1.2.	Тема 1.2. Материально-техническое обеспечение вида спорта (самбо). Обеспечение безопасности на занятиях в зале единоборств.	7	1	1	-	6	Устный опрос
2.	<b>Раздел 2. Технология спортивной подготовки</b>	<b>48</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	<b>28</b>	<b>Текущий контроль</b>
2.1.	Тема 2.1. Современные направления развития теории спорта.	18	8	2	6	10	Устный опрос
2.2.	Тема 2.2. Многолетняя подготовка спортсмена.	22	6	2	4	12	Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
2.3.	Тема 2.3. Нормативно-правовые основы деятельности спортивных организаций по виду спорта (самбо).	8	2	-	2	6	Устный опрос.
3.	<b>Раздел 3. Соревновательная деятельность и система соревнований в виде спорта (самбо)</b>	<b>40</b>	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>12</b>	<b>26</b>	<b>Текущий контроль</b>
3.1.	Тема 3.1. Общие основы организации соревновательной деятельности	16	6	-	6	10	Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
3.2.	Тема 3.2. Организация, проведение и судейство соревнований	24	8	2	6	16	Устный опрос
4.	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>Зачет</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>108</b>	<b>36</b>	<b>8</b>	<b>28</b>	<b>72</b>	

И.о. директора ИДО



Н.Н. Неверова