

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Давыдов Альберт Михайлович  
Должность: И.о. ректора  
Дата подписания: 19.06.2025 12:30:58  
Уникальный программный ключ:  
735ac335104bb4cd044a23562564d177d3d81162

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И  
СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)**

Кафедра Теории и методики единоборств

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по учебной работе  
к.п.н., доцент Фендель Т.В.

«29» мая 2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта: Контроль  
подготовленности в избранном виде спорта (Б1.О.34.06)**

<b>Направление подготовки</b>	<i>49.03.04 Спорт</i>
<b>Направленность (профиль) программы бакалавриата</b>	<i>«Спортивная подготовка в единоборствах. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании»</i>
<b>Квалификация выпускника</b>	<i>Тренер по виду спорта. Преподаватель</i>
<b>Год начала подготовки (по учебному плану)</b>	<i>2025</i>
<b>Форма обучения, семестр</b>	<i>очная: 7 семестр заочная: 7, 8 семестр</i>
<b>Трудоёмкость по рабочему учебному плану</b>	<i>зачётных единиц: 6 часов: 216</i>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<i>экзамен</i>

Разработчик рабочей программы:

Степанов М.Ю.,  
к.п.н., доцент

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры ТиМЕ

Протокол от «13» мая 2025 г. № 36.

Рабочая программа одобрена на заседании УМС

Протокол от «21» мая 2025 г. № 10.

## 1 Цели и задачи освоения дисциплины

### 1.1 Цель дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся знаний, необходимых для формирования теоретических и методических основ контроля за подготовленностью единоборцев, и их использования в профессиональной деятельности с различным возрастным контингентом.

### 1.2 Задачи дисциплины

- изучить особенности применения разных видов контроля в подготовке единоборцев.
- ознакомить со способами контроля за физической, технико-тактической, психологической и функциональной подготовленностью единоборцев.
- сформировать способности студентов правильно ориентироваться в решении профессиональных задач, связанных с теорией и практикой спортивной тренировки.

## 2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины

Дисциплина «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта: Контроль подготовленности в избранном виде спорта» относится к обязательной части блока «Дисциплины».

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Процесс изучения дисциплины «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта: Контроль подготовленности в избранном виде спорта» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Формируемые компетенции	Индикаторы достижения компетенции
ОПК-2 Способен использовать методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования.	<b>ОПК-2.1 Знает</b> методики спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду. <b>ОПК-2.3 Владеет</b> технологиями проведения спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду.
ОПК-9 Способен анализировать соревновательную деятельность для корректировки педагогического воздействия на спортсменов и обучающихся.	<b>ОПК-9.2 Умеет</b> анализировать соревновательную деятельность для корректировки педагогического воздействия на спортсменов и обучающихся.
ОПК-12 Способен осуществлять контроль технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся, в том числе с использованием методик измерения и оценки.	<b>ОПК-12.3 Владеет</b> методиками контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов и обучающихся.
ОПК-13 Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.	<b>ОПК-13.1 Знает</b> содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса.

### 3 Объем дисциплины и виды учебной работы

#### 3.1 Объем дисциплины и виды учебной работы (очная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		7 семестр	Всего
1	Контактная работа	96	96
1.1	Занятия лекционного типа	32	32
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	64/0	64/0
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	120/27	120/27
3	Промежуточная аттестация – экзамен	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:	216 в академических часах 6 в зачетных единицах	216 6

#### 3.2 Объем дисциплины и виды учебной работы (заочная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах		
		7 семестр	8 семестр	Всего
1	Контактная работа	14	10	24
1.1	Занятия лекционного типа	4	2	6
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	10/0	8/0	18/0
2	Самостоятельная работа / в том числе контрольная работа и подготовка к промежуточной аттестации	130/0	62/24	192/24
3	Промежуточная аттестация – экзамен	-	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:	144 3 в академических часах в зачетных единицах	72 3	216 6

### 4 Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств для текущего контроля и проведения промежуточной аттестации обучающихся оформлен как Приложение № 1 к рабочей программе дисциплины.

### 5 Структура и содержание дисциплины

#### 5.1 Модульный тематический план

##### 5.1.1 Модульный тематический план (очная форма обучения)

№ темы	Темы дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость, в часах				Трудоемкость в часах
		Контактная работа			Самостоятельная работа	
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа			
		всего	в т.ч. в форме практической подготовки			
1	Виды и формы контроля за подготовленностью единоборцев	4	8	0	18	30
2	Контроль функционального состояния единоборцев	4	8	0	18	30
3	Контроль физической подготовленности единоборцев	4	8	0	18	30
4	Контроль психической подготовленности единоборцев	4	8	0	18	30
5	Контроль технико-тактической подготовленности единоборцев	4	8	0	18	30

6	Спортивные единоборства как научная дисциплина. Планирование научного исследования в спортивных единоборствах	8	16	0	14	38
7	Контроль факторов внешней среды и учет в подготовке единоборцев	4	8	0	16	28
Итого:		32	64	0	120	216

### 5.1.2 Модульный тематический план (заочная форма обучения)

№ темы	Темы дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость, в часах			Трудоемкость в часах	
		Контактная работа		Самостоятельная работа		
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа			
			всего	в т.ч. в форме практической подготовки		
7 семестр						
1	Виды и формы контроля за подготовленностью единоборцев	2	0	0	32	34
2	Контроль функционального состояния единоборцев	2	2	0	32	36
3	Контроль физической подготовленности единоборцев	0	4	0	34	38
4	Контроль психической подготовленности единоборцев	0	4	0	32	36
Итого за 7 семестр:		4	10	0	130	144
8 семестр						
5	Контроль технико-тактической подготовленности единоборцев	0	4	0	22	26
6	Спортивные единоборства как научная дисциплина. Планирование научного исследования в спортивных единоборствах	2	2	0	20	24
7	Контроль факторов внешней среды и учет в подготовке единоборцев	0	2	0	20	22
Итого за 8 семестр:		2	8	0	62	72
Итого:		6	18	0	192	216

Особенности проведения занятий, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья отражены в Положении об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

## 5.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

### 5.2.1 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (очная форма обучения)

№ темы	Содержание
1	<i>Тема Виды и формы контроля за подготовленностью единоборцев</i>
	<i>Занятия лекционного типа 1, 2.</i> Характеристика видов контроля: предварительный, оперативный, текущий, этапный, итоговый, педагогический, комплексный, интегративный и др. Формы контроля.
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 1, 2, 3, 4.</i> Характеристика индивидуализированной формы. Характеристика индивидуально-групповой формы. Характеристика групповой формы. Рассмотрение особенностей применения на практике разных видов и форм контроля в подготовке единоборцев.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Выучить определения базовых понятий темы.
2	<i>Тема Контроль функционального состояния единоборцев</i>
	<i>Занятия лекционного типа 3, 4.</i> Методы оценки функционального состояния дыхательной системы по данным частоты дыхания в покое. Методы оценки анаэробных возможностей по показателю максимальной анаэробной мощности (МAM). Методы оценки функционального состояния сердечно-сосудистой системы по ЧСС. Методы определения коэффициента экономичности кровообращения. Методы определения работоспособности сердца. Методы определения функционального состояния

	<p>единоборцев.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 5, 6, 7, 8.</i> Оценка функционального состояния дыхательной системы по данным частоты дыхания в покое. Определение анаэробных возможностей по показателю максимальной анаэробной мощности (МАМ). Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы по ЧСС. Определение коэффициента экономичности кровообращения. Определение работоспособности сердца. Определение функционального состояния единоборцев.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Домашнее задание: подготовка докладов по теме «Анализ способов оценки различных систем функционального состояния единоборцев».</p>
3	<p><i>Тема Контроль физической подготовленности единоборцев</i></p> <p><i>Занятия лекционного типа 5, 6.</i> Методы оценки силовых способностей. Методы оценки скоростных способностей. Методы оценки общей и специальной выносливости. Методы оценки координационных способностей. Методы оценки гибкости. Способы определения темпов прироста физических качеств. Способы комплексной оценки физической подготовленности единоборцев.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 9, 10, 11, 12.</i> Оценка силовых способностей единоборцев в условиях учебно-тренировочного процесса. Оценка скоростных способностей единоборцев в условиях учебно-тренировочного процесса. Оценка общей и специальной выносливости единоборцев в условиях учебно-тренировочного процесса. Оценка координационных способностей единоборцев в условиях учебно-тренировочного процесса. Оценка гибкости единоборцев в условиях учебно-тренировочного процесса. Определение темпов прироста физических качеств. Комплексная оценка физической подготовленности единоборцев в условиях учебно-тренировочного процесса.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Домашнее задание: подготовка докладов по теме «Характеристика способов оценки физической подготовки единоборцев». Примеры составления батареи тестов, направленных на оценку комплексной подготовки единоборцев.</p>
4	<p><i>Тема Контроль психической подготовленности единоборцев</i></p> <p><i>Занятия лекционного типа 7, 8.</i> Методика «Изучение влияния зрелищных эффектов на психику соревнующихся спортсменов». Методика «Изучение отношения спортсменов к конкретному соревнованию». Методика «Определение уровня креативности единоборцев». Психофизиологическая методика контроля состояния по тесту САН и определение суточного биоритма. Методика самоконтроля за состоянием организма.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 13, 14, 15, 16.</i> Применение на практике методики «Изучение влияния зрелищных эффектов на психику соревнующихся спортсменов». Применение на практике методики «Изучение отношения спортсменов к конкретному соревнованию». Применение на практике методики «Определение уровня креативности единоборцев». Применение на практике методики контроля состояния по тесту САН. Применение на практике методики самоконтроля за состоянием организма.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Домашнее задание: подготовка докладов по теме «Контроль психической подготовки единоборцев».</p>
5	<p><i>Тема Контроль технико-тактической подготовленности единоборцев</i></p> <p><i>Занятия лекционного типа 9, 10.</i> Показатели оценки соревновательной деятельности. Определение основных и производных показателей технико-тактической подготовленности единоборцев. Определение показателей темпа вelenия поединка в борьбе.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 17, 18, 19, 20.</i> Используя анализ видеоматериалов соревновательной деятельности, оценить соревновательную деятельность; определить основные и производные показатели технико-тактической подготовленности единоборцев; определить показатели темпа вelenия поединка в борьбе.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Подготовка докладов по теме «Контроль технико-тактической подготовки единоборцев».</p>
6	<p><i>Тема Спортивные единоборства как научная дисциплина. Планирование научного исследования в спортивных единоборствах</i></p> <p><i>Занятия лекционного типа 11, 12, 13, 14.</i> Значение научно-исследовательской работы в учебном процессе. Организация научной работы студентов. Тематический анализ диссертационных работ, учебников, учебных пособий. Перспективы развития научного потенциала. Перспективы научно-исследовательской работы в технике, тактике, методике обучения и тренировки, подготовке кадров тренеров и судей, совершенствовании прикладной борьбы. Выбор темы исследования, анализ научно-методической литературы, определение объекта и предмета исследования, определение цели и задач, выдвижение и разработка рабочей гипотезы, выбор методов исследования, формулировка названия работы, подготовка и проведение исследовательской части работы, математико-статистическая обработка результатов исследования, обобщение и интерпретация полученных данных, формулировка выводов и практических рекомендаций, оформление работы, процедура защиты.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28.</i> Студенты проводят</p>

	анализ и определение тематики курсовых и квалификационных работ, осуществляют подбор специальной литературы по теме исследования. Составление студентами плана исследования по теме курсовой работы. Апробирование методов исследований, составление протоколов фиксации фактов из литературы, формы анкетирования, протоколов педагогических наблюдений. План изложения результатов исследования. Защита темы курсовой работы, плана работы, задач и методов исследования.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Студенты составляют план проведения эксперимента; заполнение таблицы «Особенности научно-исследовательской работы в технике, тактике, методике обучения и тренировки, подготовке кадров тренеров и судей, совершенствовании прикладной борьбы»; подготовка докладов по теме «Планирование научного исследования в спортивной борьбе». Разработка и разбор частных методик исследования по тематике курсовых работ. Определение базовых понятий темы.
	<i>Тема Контроль факторов внешней среды и учет в подготовке единоборцев</i>
7	<i>Занятия лекционного типа 15, 16.</i> Особенности применения климатогеографических характеристик. Факторы внешней среды: климатогеографические, социально-психологические, продолжительность поездок, объективность судейства. Формы учета построения учебно-тренировочного процесса единоборцев. Виды учета: оперативный, текущий, этапный. Основные разделы дневника-самоконтроля.
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 29, 30, 31, 32.</i> Теоретическое моделирование внешних условий, влияющих на результативность соревновательной деятельности. Особенности применения на практике информационных баз данных подготовленности спортсменов как современной технологии учета.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Подготовка и выступление с докладами на тему «Влияние факторов внешней среды на соревновательный результат единоборцев».

## 5.2.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (заочная форма обучения)

№ темы	Содержание
	<i>7 семестр</i>
	<i>Тема Виды и формы контроля за подготовленностью единоборцев</i>
1	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Характеристика видов контроля: предварительный, оперативный, текущий, этапный, итоговый, педагогический, комплексный, интегративный и др. Формы контроля. Характеристика индивидуализированной формы. Характеристика индивидуально-групповой формы. Характеристика групповой формы. Рассмотрение особенностей применения на практике разных видов и форм контроля в подготовке единоборцев.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Определение базовых понятий темы.
	<i>Тема Контроль функционального состояния единоборцев</i>
2	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Методы оценки функционального состояния дыхательной системы по данным частоты дыхания в покое. Методы оценки анаэробных возможностей по показателю максимальной анаэробной мощности (МАМ). Методы оценки функционального состояния сердечно-сосудистой системы по ЧСС. Методы определения коэффициента экономичности кровообращения.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Оценка функционального состояния дыхательной системы по данным частоты дыхания в покое. Определение анаэробных возможностей по показателю максимальной анаэробной мощности (МАМ).
	<i>Самостоятельная работа:</i> Методы определения работоспособности сердца. Методы определения функционального состояния единоборцев. Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы по ЧСС. Определение коэффициента экономичности кровообращения. Определение работоспособности сердца. Определение функционального состояния единоборцев. Подготовка докладов по теме «Анализ способов оценки различных систем функционального состояния единоборцев».
	<i>Тема Контроль физической подготовленности единоборцев</i>
3	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 2, 3.</i> Методы оценки силовых способностей. Методы оценки скоростных способностей. Методы оценки общей и специальной выносливости. Методы оценки координационных способностей. Методы оценки гибкости. Способы определения темпов прироста физических качеств. Способы комплексной оценки физической подготовленности единоборцев.
	Оценка силовых способностей единоборцев в условиях учебно-тренировочного процесса. Оценка скоростных способностей единоборцев в условиях учебно-тренировочного процесса. Оценка общей и специальной выносливости единоборцев в условиях учебно-тренировочного процесса. Оценка координационных способностей единоборцев в условиях учебно-тренировочного процесса. Оценка гибкости единоборцев в условиях учебно-тренировочного процесса.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Определение темпов прироста физических качеств. Комплексная оценка

	<p>физической подготовленности единоборцев в условиях учебно-тренировочного процесса. Подготовка докладов по теме «Характеристика способов оценки физической подготовки единоборцев». Примеры составления батареи тестов, направленных на оценку комплексной подготовки единоборцев.</p>
	<p style="text-align: center;"><i>Тема Контроль психической подготовленности единоборцев</i></p>
4	<p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 4, 5.</i> Методика «Изучение влияния зрелищных эффектов на психику соревнующихся спортсменов». Методика «Изучение отношения спортсменов к конкретному соревнованию». Методика «Определение уровня креативности единоборцев». Психофизиологическая методика контроля состояния по тесту САН и определение суточного биоритма. Методика самоконтроля за состоянием организма. Применение на практике методики «Изучение влияния зрелищных эффектов на психику соревнующихся спортсменов». Применение на практике методики «Изучение отношения спортсменов к конкретному соревнованию». Применение на практике методики «Определение уровня креативности единоборцев». Применение на практике методики контроля состояния по тесту САН. Применение на практике методики самоконтроля за состоянием организма.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Домашнее задание: подготовка докладов по теме «Контроль психической подготовки единоборцев»</p>
	<p style="text-align: center;"><i>8 семестр</i></p>
	<p style="text-align: center;"><i>Тема Контроль технико-тактической подготовленности единоборцев</i></p>
5	<p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 6, 7.</i> Используя анализ видеоматериалов соревновательной деятельности, оценить соревновательную деятельность; определить основные и производные показатели технико-тактической подготовленности единоборцев; определить показатели темпа веления поединка в единоборствах.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Показатели оценки соревновательной деятельности. Определение основных и производных показателей технико-тактической подготовленности единоборцев. Определение показателей темпа веления поединка в единоборствах.</p> <p>Домашнее задание: подготовка докладов по теме «Контроль технико-тактической подготовки единоборцев».</p>
	<p style="text-align: center;"><i>Тема Спортивные единоборства как научная дисциплина. Планирование научного исследования в спортивных единоборствах</i></p>
	<p><i>Занятие лекционного типа 3.</i> Значение научно-исследовательской работы в учебном процессе. Организация научной работы студентов. Тематический анализ диссертационных работ, учебников, учебных пособий. Перспективы развития научного потенциала. Перспективы научно-исследовательской работы в технике, тактике, методике обучения и тренировки, подготовке кадров тренеров и судей, совершенствовании прикладных единоборств.</p>
6	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 8.</i> Студенты проводят анализ и определение тематики курсовых и квалификационных работ, осуществляют подбор специальной литературы по теме исследования. Составление студентами плана исследования по теме курсовой работы. Апробирование методов исследований, составление протоколов фиксации фактов из литературы, формы анкетирования, протоколов педагогических наблюдений. План изложения результатов исследования. Защита темы курсовой работы, плана работы, задач и методов исследования.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Выбор темы исследования, анализ научно-методической литературы, определение объекта и предмета исследования, определение цели и задач, выдвижение и разработка рабочей гипотезы, выбор методов исследования, формулировка названия работы, подготовка и проведение исследовательской части работы, математико-статистическая обработка результатов исследования, обобщение и интерпретация полученных данных, формулировка выводов и практических рекомендаций, оформление работы, процедура защиты.</p> <p>Студенты составляют план проведения эксперимента; заполнение таблицы «Особенности научно-исследовательской работы в технике, тактике, методике обучения и тренировки, подготовке кадров тренеров и судей, совершенствовании прикладной борьбы»; подготовка докладов по теме «Планирование научного исследования в спортивной борьбе». Разработка и разбор частных методик исследования по тематике курсовых работ. Определение базовых понятий темы.</p>
	<p style="text-align: center;"><i>Тема Контроль факторов внешней среды и учет в подготовке единоборцев</i></p>
7	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 9.</i> Особенности применения климатогеографических характеристик. Факторы внешней среды: климатогеографические, социально-психологические, продолжительность поездок, объективность судейства. Формы учета построения учебно-тренировочного процесса единоборцев.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Виды учета: оперативный, текущий, этапный. Основные разделы дневника-самоконтроля. Заполнение таблицы «Характеристика видов учета в подготовке единоборцев». Выполнение самостоятельной работы.</p>

## 6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 6.1 Рекомендуемая литература

#### 6.1.1 Обязательная литература

1. Гарник В.С. Самбо : методика учебно-тренировочных и самостоятельных занятий. Учебное пособие / Гарник В.С.. — Москва : Московский государственный строительный университет, ЭБС АСВ, 2012. — 191 с. — ISBN 978-5-7264-0698-5. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/20028.html>
2. Кондаков А.М. Техничко-тактическая и координационная подготовка самбистов с учётом весовых категорий : монография / Кондаков А.М., Горская И.Ю.. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2012. — 200 с. — ISBN 978-5-91930-020-5. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/74281.html>
3. Крикуха Ю.Ю. Комплексный контроль в греко-римской борьбе : учебное пособие / Крикуха Ю.Ю., Корягина Ю.В.. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2013. — 150 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/65035.html>
4. Крикуха Ю.Ю. Техничко-тактическая подготовка борцов греко-римского стиля на этапе спортивного совершенствования : учебное пособие / Крикуха Ю.Ю.. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2013. — 136 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/65038.html>
5. Подготовка спортсменов высокой квалификации в кикбоксинге : учебное пособие / Ф.В. Салугин [и др.]. — Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2016. — 74 с. — ISBN 978-5-7779-2038-6. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/59637.html>
6. Свищев И.Д. Комплексная оценка подготовленности спортсменов и тренеров в дзюдо: учебное пособие / И.Д. Свищев, С.В. Ерегина. — М.: «Советский спорт», 2013 (электр. ресурс ЭБС «IPRbooks»).
7. Физическая подготовка в дзюдо : учебное пособие / М. Н. Шепетюк, А. Р. Житкеев, Е. К. Насиев [и др.]. — Алматы : Казахская академия спорта и туризма, 2019. — 219 с. — ISBN 978-601-7964-41-2. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/133595.html>
8. Цинис А.В. Тайский бокс : программа для высших учебных заведений по тайскому боксу / Цинис А.В.. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2014. — 89 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/33443.html>
9. Шестаков В.Б. Теория и практика дзюдо: учебник / В.Б. Шестаков, С.В. Ерегина. - М.: Советский спорт, 2011 (электр. ресурс ЭБС «IPRbooks»). <https://www.studentlibrary.ru/ru/doc/ISBN9785971805151-SCN0000/-esf2k2z11-tabrel-mode-pgs.html>

#### 6.1.2 Дополнительная литература

10. Зебзеев В.В. Перспективное планирование и контроль подготовленности единоборцев: учебное пособие / В.В. Зебзеев. — Чайковский: ФГБОУ ВПО ЧГИФК, 2015.
11. Зебзеев В.В. Тренировочная деятельность и контроль подготовки единоборцев: учеб. пособие. - Чайковский: ЧГИФК, 2013.
12. Туманян Г.С. Стратегия подготовки чемпионов: настольная книга тренера. - М.: Сов. спорт, 2006.
13. Современная система спортивной подготовки : монография. — 2-е изд., с испр.и измен. / Под общ. ред. Б.Н. Шустина. — М.: Спорт, 2021. — 440 с.: <https://www.iprbookshop.ru/epd-reader?publicationId=104666>
14. Фискалов В.Д., Черкашин В.П. Теоретико-методические аспекты практики спорта: учебное пособие — М.: Спорт, 2016 — 3 экз.: <https://www.iprbookshop.ru/epd-reader?publicationId=55591>

## 6.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

### 6.2.1 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

№ п.п.	Наименование программного продукта
<i>Лицензионное программное обеспечение</i>	
1.	Операционная система Windows 10 Pro
2.	Операционная система Windows 7 Professional
3.	Операционная система Windows 8 Pro
4.	Операционная система Windows 8.1 Pro
5.	Операционная система Windows Server 2008
6.	Операционная система Windows Server 2012
7.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2010 Standard
8.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2013 Standard
9.	Пакет офисных программ Microsoft office 2007 Standard
10.	ABBY FineReader 11 Corporate Edition
11.	Kaspersky Endpoint Security 11
12.	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4)
13.	VideoStudio Pro X4 License (1 - 10)
14.	Astra Linux Special Edition
15.	СПС Консультант-плюс
16.	Stat+ Professional 5.8 (Академическая версия)
<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
17.	Яндекс Браузер
18.	Kinovea
19.	STDUViewer
20.	Telegram

### 6.2.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

	Электронно-библиотечные системы	Ссылка на ресурс
1.	Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС)	<a href="http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp">http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp</a>
2.	Электронно-библиотечная система IPRbooks	<a href="https://www.iprbookshop.ru/?&amp;a">https://www.iprbookshop.ru/?&amp;a</a>
3.	Библиотека международной спортивной информации [электронный ресурс]	<a href="http://bmsi.ru/">http://bmsi.ru/</a>
4.	Портал открытых данных РФ [электронный ресурс]	<a href="https://data.gov.ru/">https://data.gov.ru/</a>
5.	Антиплагиат (ресурс проверки текста на оригинальность) [электронный ресурс]	<a href="https://www.antiplagiat.ru/">https://www.antiplagiat.ru/</a>
6.	Официальный сайт Министерства спорта РФ (раздел «Федеральные стандарты спортивной подготовки») [электронный ресурс]	<a href="https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/82/5502/">https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/82/5502/</a>
7.	Портал боевых искусств «Realkarate.ru» [электронный ресурс]	<a href="http://www.realkarate.ru">http://www.realkarate.ru</a>
8.	Интернет-сайт «Все о единоборствах» [электронный ресурс]	<a href="http://martialsport.ru">http://martialsport.ru</a>

## 7 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения учебных занятий и помещения для самостоятельной работы обучающихся	Оборудование и технические средства обучения
аудитория № 410 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д. 67	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя.
аудитория № 412 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д. 67	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук, колонки.

<p>аудитория № 417 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д. 67</p>	<p>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук.</p>
<p>Зал № 12 зал единоборств, учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Кабалевского, д. 27/1</p>	<p>1. Спортивный инвентарь, оборудование и тренажеры: боксерский ринг, татами, тренажер «Киктест-100», командная система Polar team Solution, комплект «Рыцарь» для совершенствования техники ударов, мешок боксерский, платформа для груши Green Hill, тренажер-петли TRX-PRO, груша на подвеске Best, тренажер Burn machine speed intermediate speed bag, тренажер Burn machine speed bag novice bag, тренажер МаэстроНокаут.</p>
<p>Зал № 37 зал единоборств, учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Кабалевского, д. 27/1</p>	<p>1. Спортивный инвентарь и оборудование: борцовский ковер.</p>
<p>аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<p>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии.</p>