

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ У.Д. АЛИЕВА»

Факультет физической культуры

Кафедра спортивных дисциплин

УТВЕРЖДАЮ

И. о. проректора по УР

М. Х. Чанкаев

«30» апреля 2025 г., протокол № 8

Рабочая программа дисциплины

АРМСПОРТ

(наименование дисциплины (модуля))

Направление подготовки

**44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями
подготовки)**

(шифр, название направления)

направленность (профиль) программы

Физическая культура; безопасность жизнедеятельности

Квалификация выпускника

Бакалавр

Форма обучения

Очная/заочная

Год начала подготовки – 2024

Карачаевск, 2025

Программу составил(а): *к.п.н. доц. Кочкаров Э.Э.*

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 №125, на основании учебного плана подготовки бакалавров по направлению 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профиль «Физическая культура, безопасность жизнедеятельности», локальных актов КЧГУ

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры спортивных дисциплин на 2025-2026 уч. Год, протокол № 8 от 25.04.2025 г.

Оглавление

| | |
|--|-----------|
| 1. Наименование дисциплины (модуля): | 4 |
| 2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы | 4 |
| 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы | 4 |
| 4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся | 5 |
| 5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий | 6 |
| 5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах) ... | 6 |
| 6. Основные формы учебной работы и образовательные технологии, используемые при реализации образовательной программы | 7 |
| 7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) | 10 |
| 7.1. Индикаторы оценивания сформированности компетенций | 10 |
| 7.2. Перевод балльно-рейтинговых показателей оценки качества подготовки обучающихся в отметки традиционной системы оценивания | 12 |
| 7.3. Типовые контрольные вопросы и задания, необходимые для оценивания сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины | 12 |
| 7.3.1. Перечень вопросов для экзамена | 12 |
| 8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля) | 13 |
| 8.1. Основная литература: | 13 |
| 8.2. Дополнительная литература: | 13 |
| 9. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля) | 14 |
| 9.1. Общесистемные требования | 14 |
| 9.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины | 15 |
| 9.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения | 15 |
| 9.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы | 15 |
| 10. Особенности организации образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья | 16 |
| 11. Лист регистрации изменений | 17 |

1. Наименование дисциплины (модуля):

Армспорт

Цели изучения дисциплины «Армспорт»:

ознакомить студентов с особенностями армспорта и сформировать первичные умения и навыки их педагогического мастерства.

Для достижения цели ставятся задачи:

- освоить педагогическую технику учителей ФК;
- ознакомиться с приемами воздействия на воспитанников;
- ознакомить с научной организацией труда учителя физической культуры;
- освоить методы воспитания и обучения с учетом специфики деятельности учителя детского коллектива.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина Б1.В.ДВ.15.01 «Армспорт» относится к блоку – «Блок 1.Дисциплины (модули)», к части, формируемой участниками образовательных отношений, является дисциплиной по выбору.

Дисциплина (модуль) изучается на 4 курсе в 7 семестре.

| МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПВО | |
|--|---------------|
| Индекс | Б1.В.ДВ.15.01 |
| Требования к предварительной подготовке обучающегося: | |
| Для освоения дисциплины обучающиеся используют компетенции, полученные на предыдущем уровне образования. | |
| Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее: | |
| Изучение дисциплины «Армспорт» необходимо для успешного освоения дисциплин профессионального цикла «Педагогика», «Психология», «Педагогические технологии», «Информационные технологии в образовании», «Физиология», «Теория и методика юношеского спорта» и другие, а также для прохождения всех видов практик. | |

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины «Армспорт» направлен на формирование следующих компетенций обучающегося:

| Код компетенций | Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ОПВО | Индикаторы достижения сформированности компетенций |
|-----------------|--|---|
| УК-2 | Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений | УК-2.1. Определяет совокупность взаимосвязанных задач и ресурсное обеспечение, условия достижения поставленной цели, исходя из действующих правовых норм. УК-2.2. Оценивает вероятные риски и ограничения, определяет ожидаемые результаты решения поставленных задач. УК-2.3. Использует инструменты и техники цифрового моделирования для реализации образовательных процессов. |

| | | |
|------|---|--|
| ПК-3 | Способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами преподаваемых учебных предметов | ПК-3.1. Владеет способами интеграции учебных предметов для организации развивающей учебной деятельности (исследовательской, проектной, групповой и др.). ПК-3.2. Использует потенциал социокультурной среды региона в образовательной деятельности. |
|------|---|--|

4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет 3 ЗЕТ, 108 академических часа.

| Объём дисциплины | Всего часов | | |
|---|----------------------|-----------------------------|------------------------|
| | Очная форма обучения | Очно-заочная форма обучения | Заочная форма обучения |
| Общая трудоемкость дисциплины | 108 | | |
| Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего) | 60 | | 12 |
| Аудиторная работа (всего): | 60 | | 12 |
| в том числе: | | | |
| лекции | 12 | | 2 |
| семинары, практические занятия | 48 | | 10 |
| практикумы | - | | |
| лабораторные работы | - | | |
| Внеаудиторная работа: | | | |
| консультация перед зачетом | - | | |
| Внеаудиторная работа также включает индивидуальную работу обучающихся с преподавателем, групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем, творческую работу (эссе), рефераты, контрольные работы и др. | | | |
| Самостоятельная работа обучающихся (всего) | 48 | | 87 |
| Контроль самостоятельной работы | - | | 9 |
| Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен) | Экзамен | | Экзамен |

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

Очная форма обучения

| | Курс/ семестр | Раздел, тема дисциплины | Общая трудоемко сть (в часах) | Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах) | | | |
|-------|------------------|---|--|--|------|--|----------------|
| | | | | Аудиторные уч. занятия | | | Сам. работа |
| | | | Лек. | Пр. | Лаб. | | |
| 1. | 4/7 | Тема: История развития армспорта | 6 | 2 | | | 4 |
| 2. | 4/7 | Тема: Строение и функции мышц | 10 | | 6 | | 4 |
| 3. | 4/7 | Тема: Анатомия силы рук | 12 | 2 | 4 | | 6 |
| 4. | 4/7 | Тема: Техника армспорта | 10 | | 6 | | 4 |
| 5. | 4/7 | Тема: Развитие физических качеств в армспорте | 10 | 2 | 4 | | 4 |
| 6. | 4/7 | Тема: Особенности спортивной тренировки у женщин. | 12 | | 6 | | 6 |
| 7. | 4/7 | Тема: Контроль и методы оценки веса тела | 10 | 2 | 4 | | 4 |
| 8. | 4/7 | Тема: Оборудование для занятий армспортом | 12 | | 6 | | 6 |
| 9. | 4/7 | Тема: Документы, необходимые для организации и проведения | 12 | 2 | 6 | | 4 |
| 10. | 4/7 | Тема: Организация и проведение соревнований | 14 | 2 | 6 | | 6 |
| Итого | | | 108 | 12 | 48 | | 48 |

Заочная форма обучения

| | Курс | Раздел, тема дисциплины | Общая трудоёмко сть (в часах) | Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоёмкость (в часах) | | | |
|-------|------|---|--|--|-----|------|------------------|
| | | | | Аудиторные уч. занятия | | | Сам. работа |
| | | | Всего | Лек. | Пр. | Лаб. | |
| 1. | 5 | Тема: История развития армспорта | 10 | 2 | | | 8 |
| 2. | 5 | Тема: Строение и функции мышц | 12 | | 2 | | 10 |
| 3. | 5 | Тема: Анатомия силы рук | 8 | | | | 8 |
| 4. | 5 | Тема: Техника армспорта | 8 | | | | 8 |
| 5. | 5 | Тема: Развитие физических качеств в армспорте | 12 | | 2 | | 10 |
| 6. | 5 | Тема: Особенности спортивной тренировки у женщин. | 10 | | 2 | | 8 |
| 7. | 5 | Тема: Контроль и методы оценки веса тела | 10 | | | | 10 |
| 8. | 5 | Тема: Оборудование для занятий армспортом | 12 | | 2 | | 10 |
| 9. | 5 | Тема: Документы, необходимые для организации и проведения | 7 | | | | 7 |
| 10. | 5 | Тема: Организация и проведение соревнований | 10 | | 2 | | 8 |
| Итого | | | 108 | 2 | 10 | | 87+9 контроль |

6. Основные формы учебной работы и образовательные технологии, используемые при реализации образовательной программы

Лекционные занятия. Лекция является основной формой учебной работы в вузе, она является наиболее важным средством теоретической подготовки обучающихся. На лекциях рекомендуется деятельность обучающегося в форме активного слушания, т.е. предполагается возможность задавать вопросы на уточнение понимания темы и

рекомендуется конспектирование основных положений лекции. Основная дидактическая цель лекции - обеспечение ориентировочной основы для дальнейшего усвоения учебного материала. Лекторами активно используются: лекция-диалог, лекция - визуализация, лекция - презентация. Лекция - беседа, или «диалог с аудиторией», представляет собой непосредственный контакт преподавателя с аудиторией. Ее преимущество состоит в том, что она позволяет привлекать внимание слушателей к наиболее важным вопросам темы, определять содержание и темп изложения учебного материала с учетом особенностей аудитории. Участие обучающихся в лекции – беседе обеспечивается вопросами к аудитории, которые могут быть как элементарными, так и проблемными.

Главной задачей каждой лекции является раскрытие сущности темы и анализ ее основных положений. Рекомендуется на первой лекции довести до внимания студентов структуру дисциплины и его разделы, а в дальнейшем указывать начало каждого раздела (модуля), суть и его задачи, а, закончив изложение, подводить итог по этому разделу, чтобы связать его со следующим. Содержание лекций определяется настоящей рабочей программой дисциплины. Для эффективного проведения лекционного занятия рекомендуется соблюдать последовательность ее основных этапов:

1. формулировку темы лекции;
2. указание основных изучаемых разделов или вопросов и предполагаемых затрат времени на их изложение;
3. изложение вводной части;
4. изложение основной части лекции;
5. краткие выводы по каждому из вопросов;
6. заключение;
7. рекомендации литературных источников по излагаемым вопросам.

Лабораторные работы и практические занятия. Дисциплины, по которым планируются лабораторные работы и практические занятия, определяются учебными планами. Лабораторные работы и практические занятия относятся к основным видам учебных занятий и составляют важную часть теоретической и профессиональной практической подготовки. Выполнение студентом лабораторных работ и практических занятий направлено на:

- обобщение, систематизацию, углубление, закрепление полученных теоретических знаний по конкретным темам дисциплин математического и общего естественно-научного, общепрофессионального и профессионального циклов;
- формирование умений применять полученные знания на практике, реализацию единства интеллектуальной и практической деятельности;
- развитие интеллектуальных умений у будущих специалистов: аналитических, проектировочных, конструктивных и др.;
- выработку при решении поставленных задач таких профессионально значимых качеств, как самостоятельность, ответственность, точность, творческая инициатива. Методические рекомендации разработаны с целью единого подхода к организации и проведению лабораторных и практических занятий.

Лабораторная работа — это форма организации учебного процесса, когда студенты по заданию и под руководством преподавателя самостоятельно проводят опыты, измерения, элементарные исследования на основе специально разработанных заданий. Лабораторная работа как вид учебного занятия должна проводиться в специально оборудованных учебных аудиториях. Необходимыми структурными элементами лабораторной работы, помимо самостоятельной деятельности студентов, являются инструктаж, проводимый преподавателем, а также организация обсуждения итогов выполнения лабораторной работы. Дидактические цели лабораторных занятий:

- формирование умений решать практические задачи путем постановки опыта;
- экспериментальное подтверждение изученных теоретических положений, экспериментальная проверка формул, расчетов;

- наблюдение и изучения явлений и процессов, поиск закономерностей;
- изучение устройства и работы приборов, аппаратов, другого оборудования, их испытание;
- экспериментальная проверка расчетов, формул.

Практическое занятие — это форма организации учебного процесса, направленная на выработку у студентов практических умений для изучения последующих дисциплин (модулей) и для решения профессиональных задач. Практическое занятие должно проводиться в учебных кабинетах или специально оборудованных помещениях. Необходимыми структурными элементами практического занятия, помимо самостоятельной деятельности студентов, являются анализ и оценка выполненных работ и степени овладения студентами запланированными умениями. Дидактические цели практических занятий: формирование умений (аналитических, проектировочных, конструктивных), необходимых для изучения последующих дисциплин (модулей) и для будущей профессиональной деятельности.

Семинар - форма обучения, имеющая цель углубить и систематизировать изучение наиболее важных и типичных для будущей профессиональной деятельности обучаемых тем и разделов учебной дисциплины. Семинар - метод обучения анализу теоретических и практических проблем, это коллективный поиск путей решений специально созданных проблемных ситуаций. Для студентов главная задача состоит в том, чтобы усвоить содержание учебного материала темы, которая выносится на обсуждение, подготовиться к выступлению и дискуссии. Семинар - активный метод обучения, в применении которого должна преобладать продуктивная деятельность студентов. Он должен развивать и закреплять у студентов навыки самостоятельной работы, умения составлять планы теоретических докладов, их тезисы, готовить развернутые сообщения и выступать с ними перед аудиторией, участвовать в дискуссии и обсуждении.

В процессе подготовки к практическим занятиям, обучающимся необходимо обратить особое внимание на самостоятельное изучение рекомендованной учебно-методической (а также научной и популярной) литературы. Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета, статистическими данными является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у обучающихся свое отношение к конкретной проблеме. Более глубокому раскрытию вопросов способствует знакомство с дополнительной литературой, рекомендованной преподавателем по каждой теме семинарского или практического занятия, что позволяет обучающимся проявить свою индивидуальность в рамках выступления на данных занятиях, выявить широкий спектр мнений по изучаемой проблеме.

Образовательные технологии. При проведении учебных занятий по дисциплине используются традиционные и инновационные, в том числе информационные образовательные технологии, включая при необходимости применение активных и интерактивных методов обучения.

Традиционные образовательные технологии реализуются, преимущественно, в процессе лекционных и практических (семинарских, лабораторных) занятий. Инновационные образовательные технологии используются в процессе аудиторных занятий и самостоятельной работы студентов в виде применения активных и интерактивных методов обучения. Информационные образовательные технологии реализуются в процессе использования электронно-библиотечных систем, электронных образовательных ресурсов и элементов электронного обучения в электронной информационно-образовательной среде для активизации учебного процесса и самостоятельной работы студентов.

Практические занятия могут проводиться в форме групповой дискуссии, «мозговой атаки», разборка кейсов, решения практических задач, публичная презентация проекта и др. Прежде, чем дать группе информацию, важно подготовить участников, активизировать их ментальные процессы, включить их внимание, развивать кооперацию и сотрудничество при принятии решений.

7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

7.1. Индикаторы оценивания сформированности компетенций

| Компетенции | Зачтено | | | Не зачтено |
|--|---|---|---|--|
| | Высокий уровень (отлично) (86-100% баллов) | Средний уровень (хорошо) (71-85% баллов) | Низкий уровень (удовлетворительно) (56-70% баллов) | Ниже порогового уровня (неудовлетворительно) (до 55 % баллов) |
| УК-2: Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений | В полном объеме знает юридические основания для представления и описания результатов деятельности; правовые нормы для оценки результатов решения задач; правовые нормы, предъявляемые к способам решения профессиональных задач, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений. | Знает юридические основания для представления и описания результатов деятельности; правовые нормы для оценки результатов решения задач; правовые нормы, предъявляемые к способам решения профессиональных задач, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений. | В целом знает юридические основания для представления и описания результатов деятельности; правовые нормы для оценки результатов решения задач; правовые нормы, предъявляемые к способам решения профессиональных задач, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений. | Не знает юридические основания для представления и описания результатов деятельности; правовые нормы для оценки результатов решения задач; правовые нормы, предъявляемые к способам решения профессиональных задач, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений. |
| | В полном объеме умеет обосновывать правовую целесообразность полученных результатов; проверять и анализировать профессиональную документацию; выдвигать инновационные идеи и нестандартные подходы к их реализации в целях реализации деятельности; анализировать нормативную документацию | Умеет обосновывать правовую целесообразность полученных результатов; проверять и анализировать профессиональную документацию; выдвигать инновационные идеи и нестандартные подходы к их реализации в целях реализации деятельности; анализировать нормативную документацию | В целом умеет обосновывать правовую целесообразность полученных результатов; проверять и анализировать профессиональную документацию; выдвигать инновационные идеи и нестандартные подходы к их реализации в целях реализации деятельности; анализировать нормативную документацию | Не умеет обосновывать правовую целесообразность полученных результатов; проверять и анализировать профессиональную документацию; выдвигать инновационные идеи и нестандартные подходы к их реализации в целях реализации деятельности; анализировать нормативную документацию |

| | | | | |
|---|--|--|--|---|
| | документацию | | | |
| | В полном объеме владеет правовыми нормами в области, соответствующей профессиональной деятельности; правовыми нормами разработки технического задания проекта, правовыми нормами реализации профильной профессиональной работы; правовыми нормами проведения профессионального обсуждения результатов деятельности | Владеет правовыми нормами в области, соответствующей профессиональной деятельности; правовыми нормами разработки технического задания проекта, правовыми нормами реализации профильной профессиональной работы; правовыми нормами проведения профессионального обсуждения результатов деятельности | В целом владеет правовыми нормами в области, соответствующей профессиональной деятельности; правовыми нормами разработки технического задания проекта, правовыми нормами реализации профильной профессиональной работы; правовыми нормами проведения профессионального обсуждения результатов деятельности | Не владеет правовыми нормами в области, соответствующей профессиональной деятельности; правовыми нормами разработки технического задания проекта, правовыми нормами реализации профильной профессиональной работы; правовыми нормами проведения профессионального обсуждения результатов деятельности |
| ПК-3: Способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами преподаваемых учебных предметов | ПК-3.1. Знает способы использования современных педагогических технологий реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся | ПК-3.1. Недостаточно знает способы использования современных педагогических технологий реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся | ПК-3.1. Недостаточно знает способы использования современных педагогических технологий реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся | ПК-3.1. Не знает способы использования современных педагогических технологий реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся |
| | ПК-3.2. Умеет осуществлять выбор образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения | ПК-3.2. Недостаточно умеет осуществлять выбор образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения | ПК-3.2. Недостаточно умеет осуществлять выбор образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения | ПК-3.2. Не умеет осуществлять выбор образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения |
| | ПК-3.3. Владеет способностью осуществлять профессиональную | ПК-3.3. Недостаточно владеет способностью осуществлять | ПК-3.3. Недостаточно владеет способностью осуществлять | ПК-3.3. Не владеет способностью осуществлять профессиональную деятельность по |

| | | | | |
|--|---|--|--|---|
| | деятельность по вопросам организации и реализации образовательного процесса | профессиональную деятельность по вопросам организации и реализации образовательного процесса | профессиональную деятельность по вопросам организации и реализации образовательного процесса | вопросам организации и реализации образовательного процесса |
|--|---|--|--|---|

7.2. Перевод балльно-рейтинговых показателей оценки качества подготовки обучающихся в отметки традиционной системы оценивания.

Порядок функционирования внутренней системы оценки качества подготовки обучающихся и перевод балльно-рейтинговых показателей обучающихся в отметки традиционной системы оценивания проводится в соответствии с положением КЧГУ «Положение о балльно-рейтинговой системе оценки знаний обучающихся», размещенным на сайте Университета по адресу: <https://kchgu.ru/inYE-lokalnye-akty/>

7.3. Типовые контрольные вопросы и задания, необходимые для оценивания сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины

7.3.1. Перечень вопросов для экзамена

Вопросы к экзамену:

1. Характеристика предмета «Армспорт». Цель и задачи дисциплины спортивных игр.
2. Понятие об армспорте. Армспорт как эффективное средство физического воспитания
3. Специфические признаки армспорта.
4. Значение терминологии в теории и практике армспорта. Основные понятия и термины.
5. Структура соревновательной деятельности.
6. Факторы, определяющие эффективность соревновательной деятельности в армспорте.
7. Управление соревновательной деятельностью.
8. Соревнования и соревновательная деятельность – основное специфическое средство подготовки спортсменов. Значение соревнований, их место в учебно-тренировочном процессе.
9. Правила соревнований по армспорту. Общие требования к правилам соревнований. Эволюция правил соревнований и их влияние на развитие техники.
10. Положение о соревновании. Пункты положения о соревновании. Критерии по составлению положения.
11. Подготовка к проведению соревнований. Периоды подготовки соревнований.
12. Судейство соревнований. Роль судьи, требования к судьям (главный судья, секретарь, судьи в поле, судьи секретари) – на примере одной из спортивных игр.
13. Характеристика обучения. Задачи обучения технике армспорта
14. Реализация дидактических принципов физического воспитания с учетом специфики армспорта.
15. Структура обучения технике и развития физических качеств в армспорте.
16. Место физической подготовки в армспорте. Характеристика, задачи, средства, методы.
17. Этапы обучения технике выполнения упражнений. Средства и методы на отдельных этапах.
18. Место технической подготовки в армспорте. Характеристика, задачи, средства, методы.
19. Характеристика и структура системы подготовки спортсменов в армспорте. Спортивная подготовка как многолетний процесс.

20. Система факторов, обеспечивающих эффективность функционирования системы спортивной подготовки.
21. Место психологической подготовки в армспорте. Характеристика, задачи, средства, методы.
22. В каком году прошел первый чемпионат мира по борьбе на руках.
23. Какие вы знаете организации, развивающие армспорт в России.
24. Назовите основные структурные компоненты мышечного волокна.
25. Какова роль АТФ в энергообеспечение мышечного сокращения.
26. Назовите наиболее значимые мышцы в армспорте.
27. Какие способы борьбы на руках вы знаете.
28. Охарактеризуйте основные этапы методики обучения техники армспорта.
29. Какие задачи решает тактическая подготовка в армспорте.
30. Дайте характеристику силовым качествам.
31. Какие вы знаете методы развития силы.
32. Каковы особенности силовой тренировки в армспорте.
33. Какие вы знаете упражнения, применяемые для развития силовых качеств в армспорте.
34. В чем заключаются особенности спортивной тренировки у женщин.
35. Как изменяется вес тела спортсмена в процессе учебно-тренировочных занятий.
36. Какие вы знаете способы сгонки веса.

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

8.1. Основная литература:

1. Волков, И. П. Теория и методика обучения в избранном виде спорта: учебное пособие / И. П. Волков. - Минск: РИПО, 2015. - 196 с.: ISBN 978- 985-503-542-9. - URL:<https://znanium.com/catalog/product/949041> (дата обращения: 01.06.2021). - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.
2. Игнатъева, В. Я. Теория и методика гандбола: учебник / В. Я. Игнатъева. - Москва: Спорт, 2016. - 328 с. - ISBN 978-5-906839-45-9. URL:<https://znanium.com/catalog/product/917869> (дата обращения: 28.05.2021). – Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.
3. Теория и методика футбола: учебник / В. П. Губа , А. В. Лексаков . - Москва :Спорт, 2015. - 568 с. - ISBN 978-5-9906578-9-2. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/918003> (дата обращения: 28.05.2021). – Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный

8.2. Дополнительная литература:

1. Мезенцева, Н. В. Методика подготовки волейболисток групп спортивного совершенствования к соревнованиям: монография / Н. В. Мезенцева; Сибирский федеральный университет. - Красноярск: СФУ, 2012. - 118 с. - ISBN 978-5-7638-2522-0. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/442476> (дата обращения: 28.05.2021). – Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

2. Жури́н, А. В. Волейбол. Техника игры: учебное пособие / А. В. Жури́н. - Санкт-Петербург: Лань, 2021. - 56 с. - ISBN 978-5-8114-5849-3. - URL: <https://e.lanbook.com/book/156624> (дата обращения: 28.05.2021). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.

3. Игна́тьева, В. Я. Теория и методика гандбола: учебник / В. Я. Игна́тьева. - Москва: Спорт, 2016. - 328 с. - ISBN 978-5-906839-45-9. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/917869> (дата обращения: 28.05.2021). – Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

4. Коно́валов, В. Л. Баскетбол: учебное пособие для вузов / В. Л. Коно́валов, В. А. Пого́дин. - 2-е изд., стер. - Санкт-Петербург: Лань, 2021. - 84 с. – ISBN 978-5-8114-8250-4. - URL: <https://e.lanbook.com/book/173797> (дата обращения: 28.05.2021). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.

5. Левче́нко, Е. С. Футбол: учебное пособие / Е. С. Левче́нко; Северо-Кавказский федеральный университет. - Ставрополь: СКФУ, 2014. - 159 с. - URL: <https://e.lanbook.com/book/155515> (дата обращения: 28.05.2021). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.

6. Марко́в, К. К. Техника современного волейбола: монография / К. К. Марко́в; Сибирский федеральный университет. - Красноярск: СФУ, 2013. - 220 с. - ISBN 978-5-7638-2841-2. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/492800> (дата обращения: 28.05.2021). – Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

7. Мезе́нцева, Н. В. Методика подготовки волейболисток групп спортивного совершенствования к соревнованиям: монография / Н. В. Мезе́нцева; Сибирский федеральный университет. - Красноярск: СФУ, 2012. - 118 с. - ISBN 978-5-7638-2522-0. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/442476> (дата обращения: 28.05.2021). – Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

8. Михе́ева, Т. М. Баскетбол в вузе: учебное пособие / Т. М. Михе́ева; Оренбургский государственный университет. - Оренбург: ОГУ, 2018. - 173 с. - ISBN 978-5-7410-2090-6. - URL: <https://e.lanbook.com/book/159859> (дата обращения: 28.05.2021). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.

9. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля)

9.1. Общесистемные требования

Электронная информационно-образовательная среда ФГБОУ ВО «КЧГУ»

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной среде (ЭИОС) Университета из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», как на территории Университета, так и вне ее.

Функционирование ЭИОС обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией работников, ее использующих и поддерживающих. Функционирование ЭИОС соответствует законодательству Российской Федерации.

Адрес официального сайта университета: <http://kchgu.ru>.

Адрес размещения ЭИОС ФГБОУ ВО «КЧГУ»: <https://do.kchgu.ru>.

Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

| Учебный год | Наименование документа с указанием реквизитов | Срок действия документа |
|-----------------------|--|-----------------------------------|
| 2025-2026 учебный год | Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». | от 14.05.2025 г. до 14.05.2026 г. |

| | | |
|-----------------------|--|--------------------------------------|
| | Договор № 249 эбс от 14.05.2025 г. Электронный адрес: https://znanium.com | |
| 2025-2026 учебный год | Электронно-библиотечная система «Лань». Договор № 10 от 11.02.2025 г. Электронный адрес: https://e.lanbook.com | от 11.02.2025 г. до 11.02.2026 г. |
| 2025-2026 учебный год | Электронно-библиотечная система КЧГУ. Положение об ЭБ утверждено Ученым советом от 30.09.2015г. Протокол № 1. Электронный адрес: http://lib.kchgu.ru | Бессрочный |
| 2025-2026 учебный год | Национальная электронная библиотека (НЭБ). Договор №101/НЭБ/1391-п от 22.02.2023 г. Электронный адрес: http://rusneb.ru | Бессрочный |
| 2025-2026 учебный год | Научная электронная библиотека «ELIBRARY.RU». Лицензионное соглашение №15646 от 21.10.2016 г. Электронный адрес: http://elibrary.ru | Бессрочный |
| 2025-2026 учебный год | Электронный ресурс Polpred.com Обзор СМИ. Соглашение. Бесплатно. Электронный адрес: http://polpred.com | Бессрочный |

9.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Занятия проводятся в учебных аудиториях, предназначенных для проведения занятий лекционного и практического типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации в соответствии с расписанием занятий по образовательной программе. С описанием оснащённости аудиторий можно ознакомиться на сайте университета, в разделе материально-технического обеспечения и оснащённости образовательного процесса по адресу: <https://kchgu.ru/sveden/objects/>

9.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения

- MicrosoftWindows (Лицензия № 60290784), бессрочная;
- MicrosoftOffice (Лицензия № 60127446), бессрочная;
- ABBY FineReader (лицензия № FCRP-1100-1002-3937), бессрочная;
- CalculateLinux (внесён в ЕРПП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная;
- Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная;
- Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 280E-210210-093403-420-2061), с 25.01.2023 г. по 03.03.2025 г.;
- Kaspersky Endpoint Security. Договор №0379400000325000001/1 от 28.02.2025 г. Срок действия лицензии с 27.02.2025 г. по 07.03.2027 г.

9.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Федеральный портал «Российское образование» - <https://edu.ru/documents/>
2. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – <http://school-collection.edu.ru/>
3. Базы данных Scopus издательства Elsevir <http://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>.
4. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - <http://fgosvo.ru>.

5. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) – <http://edu.ru>.
6. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – <http://school-collection.edu.ru>.
7. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») – <http://window/edu.ru>.

10. Особенности организации образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья

В ФГБОУ ВО «Карачаево-Черкесский государственный университет имени У.Д. Алиева» созданы условия для получения высшего образования по образовательным программам обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Специальные условия для получения образования по ОПВО обучающимися с ограниченными возможностями здоровья определены «Положением об обучении лиц с ОВЗ в КЧГУ», размещенным на сайте Университета по адресу: <http://kchgu.ru>.

11. Лист регистрации изменений

В рабочей программе внесены следующие изменения:

| Изменение | Дата и номер протокола ученого совета факультета/ института, на котором были рассмотрены вопросы о необходимости внесения изменений в ОПВО | Дата и номер протокола ученого совета Университета, на котором были утверждены изменения в ОПВО |
|------------------|---|--|
| | | |
| | | |