Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ –
филиал Сибирского федерального университета

Факультет дополнительного образования

УТВЕРЖДАЮ
Директор ЛПИ – филиала СФУ
_____ /Л.Н. Храмова/
_____ 2016 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина Военно-прикладные виды спорта
Программа профессиональной переподготовки Физическая культура

Лесосибирск 2016

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Программа профессиональной переподготовки — Физическая культура

Программу составили — Ю.Л. Лукин
инициалы, фамилия, подпись

инициалы, фамилия, подпись

И.о. заведующий кафедрой — Ю.Л.Лукин
инициалы, фамилия, подпись

«06» 09 2016 г.

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры физического воспитания
«06» 09 2016 г. протокол № 1

И.о.заведующий кафедрой (выпускающей) — Ю.Л.Лукин
инициалы, фамилия, подпись

1 Цели и задачи изучения дисциплины

1.1 Цель преподавания дисциплины

Целью изучения дисциплины является: освоение техники выполнения военно-прикладных видов спорта; изучение методик обучения военно-прикладных многоборий.

1.2 Задачи изучения дисциплины

Овладение техникой военно-прикладных многоборий: военизированный кросс, военно-прикладная полоса препятствий, военно-прикладное двоеборье, военно-прикладное пятиборье, стрелковый поединок, малокалиберный биатлон и патрульная гонка биатлонистов.

1.3 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В результате освоения данной программы слушатель должен обладать следующими компетенциями:

способностью использовать накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности, полученные знания об особенностях личности обучающихся для воспитания патриотизма, профилактики девиантного поведения, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой.

В результате программы слушатель должен:

знать:

− основы построения занятий в военно-прикладных видах спорта;
− методику обучения технике, тактике военно-прикладных многоборий;
− правила соревнований военно-прикладных многоборий.

уметь:

− научить технике и тактике в военно-прикладных многоборьях;
− использовать свой опыт для достижения личных и профессиональных целей;

владеть:

− основами техники военно-прикладных многоборий;
− системой практических умений и навыков по общей специальной физической подготовке.

1.4 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Для освоения дисциплины «Военно-прикладные виды спорта» слушатели используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения дисциплин: «Теория и методика физической культуры», «Педагогика физической культуры».

1.5 Особенности реализации дисциплины

Дисциплина реализуется на русском языке с применением дистанционных образовательных технологий.

2 Структура и содержание дисциплины

2.1 Разделы дисциплины и виды занятий (тематический план занятий)

№ п/п	Темы (разделы) дисциплины	Общая трудоемкость (акад.час)	Аудиторные занятия, час.			Дистанционные занятия, час			СРС, час.	Промежуточная аттестация		
			Всего	Лекции	Практические	Всего	Лекции	Практические		КР	Зачёт	Экзамен
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1	Основные понятия о военно-прикладных видах спорта	10	1	1	-	3	1	2	6			
2	Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и соревнований	10	1	1	-	3	1	2	6			
	Всего	20	2	2	-	6	2	4	12		1Д	

Вид итогового контроля: зачет.

2.2 Занятия лекционного типа

№ п/п	№ раздела дисциплины	Наименование занятий	Объем в акад. часах	
			аудиторные	дистанционные
1	2	3	4	5
1	1	Военизированный кросс, военно-прикладная полоса препятствий, военно-прикладное двоеборье, военно-прикладное пятиборье, стрелковый поединок, малокалиберный биатлон и патрульная гонка биатлонистов	1	1
2	2	Основы построения занятий в военно-прикладных видах спорта; методика обучения технике, тактике военно-прикладных многоборий; правила соревнований военно-прикладных многоборий	1	1

2.3 Практические занятия

№ п/п	№ раздела дисциплины	Наименование занятий	Объем в акад. часах	
			аудиторные	дистанционные
1	2	3	4	5
1	1	Военизированный кросс, военно-прикладная полоса препятствий, военно-прикладное двоеборье, военно-прикладное пятиборье, стрелковый поединок, малокалиберный биатлон и патрульная гонка биатлонистов	-	2
2	2	Основы построения занятий в военно-прикладных видах спорта; методика обучения технике, тактике военно-прикладных многоборий; правила соревнований военно-прикладных многоборий	-	2

2.4 Виды самостоятельной работы слушателей

№ п п	Виды СРС	Трудоемкость (акад. часах)
1	2	3
1	Изучение лекционного материала и дополнительной литературы	4
2	Поиски и сбор информации в периодических печатных и интернет-изданиях	4
3	Оформление и анализ практических заданий	4

3 Фонд оценочных средств (Приложение1)

4 Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Основная литература:

1. Криво, В.М. Военно-спортивная подготовка молодежи допризывного возраста / В.М. Криво, В.С. Логинов, Н.Ф. Лодяев.- Санкт-Петербург, 2007.

2. Лаврентьев, В.А. Средства и методы развития физических качеств многоборца/учебно-методическое пособие / В.А. Лаврентьев. - Тверь, 2003.

Дополнительная литература:

1. Дергачев, Ю.А. Восстановление работоспособности в спортивной деятельности биатлонистов / Ю.А. Дергачев. – Красноярск, 1998.

2. Пурахин, А.Е. Военно-прикладное многоборье организация и проведение соревнований / А.Е. Пурахин. - Москва, 1997.

3. Стольников, В.И. Стрелковая подготовка биатлонистов в круглогодичном цикле тренировки квалифицированных биатлонистов / В.И. Стольников. – Красноярск, 1997.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Вопросы к зачету

1. Содержание, организация и методика проведения военно-прикладных видов спорта.
2. Выполнение студентами комплексов упражнений по общей физической и специальной подготовке.
3. Методики проведения комплексов упражнений и составления программ.
4. Обучение технике в военно-прикладных видах спорта.
5. Обучение тактике в военно-прикладных видах спорта.
6. Правила соревнований в военно-прикладных видах спорта.
7. Методика тренировки в военно-прикладных видах спорта.
8. Какова специфика военно-прикладных видов спорта, их сходства и различия.
9. Развитие физических и волевых качеств необходимых для занятий военно-прикладными видами спорта.
10. Методические рекомендации.
11. Работа над техникой и тактикой во время проведения учебно-тренировочных занятий по военно-прикладным видам спорта.
12. Общие требования к подготовке мест и проведению соревнований по военно-прикладным видам спорта.