

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
**ФГБОУ ВО Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта**

УТВЕРЖДАЮ

Ректор

\_\_\_\_\_ И.И. Готовцев

\_\_\_\_\_ 2021 г.

## Спортивные секции

### рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **спортивной подготовки и национальных видов спорта**

Учебный план 44.03.01 бжд 3++ (бакалавры)\_готовый.rlx  
 44.03.01 Педагогическое образование

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **0 ЗЕТ**

Часов по учебному плану	328	Виды контроля в семестрах:
в том числе:		зачеты 6
аудиторные занятия	323	
самостоятельная работа	4,8	

#### Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		3 (2.1)		4 (2.2)		5 (3.1)		6 (3.2)		Итого	
	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП		
Неделя	14 2/6		14 3/6		14 2/6		14		11 2/6		11 1/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Практические	56	56	56	56	56	56	56	56	55	55	44	44	323	323
Контактная работа на промежуточную аттестацию											0,2	0,2	0,2	0,2
Итого ауд.	56	56	56	56	56	56	56	56	55	55	44	44	323	323
Контактная работа	56	56	56	56	56	56	56	56	55	55	44,2	44,2	323,2	323,2
Сам. работа											4,8	4,8	4,8	4,8
Итого	56	56	56	56	56	56	56	56	55	55	49	49	328	328

Программу составил(и):

*Пугачева Айталина Федоровна ;Сивцев Николай Николаевич* \_\_\_\_\_

Рецензент(ы):

\_\_\_\_\_

Рабочая программа дисциплины

**Спортивные секции**

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2021 г. № 121)

составлена на основании учебного плана:

44.03.01 Педагогическое образование

утвержденного учёным советом вуза от 30.03.2021 протокол № 6.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**спортивной подготовки и национальных видов спорта**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2021 г. № \_\_\_\_

Срок действия программы: уч.г.

Зав. кафедрой Алексеев Василий Николаевич

Председатель НМС УГН(С)

\_\_\_\_\_ 2021 г.

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель НМС УГН(С) Коркин Е.В.

\_\_ \_\_\_\_\_ 2021 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для  
исполнения в 2021-2022 учебном году на заседании кафедры  
**спортивной подготовки и национальных видов спорта**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2021 г. № \_\_  
Зав. кафедрой Алексеев Василий Николаевич

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель НМС УГН(С)

\_\_ \_\_\_\_\_ 2022 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для  
исполнения в 2022-2023 учебном году на заседании кафедры  
**спортивной подготовки и национальных видов спорта**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2022 г. № \_\_  
Зав. кафедрой Алексеев Василий Николаевич

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель НМС УГН(С)

\_\_ \_\_\_\_\_ 2023 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для  
исполнения в 2023-2024 учебном году на заседании кафедры  
**спортивной подготовки и национальных видов спорта**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2023 г. № \_\_  
Зав. кафедрой Алексеев Василий Николаевич

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель НМС УГН(С)

\_\_ \_\_\_\_\_ 2024 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для  
исполнения в 2024-2025 учебном году на заседании кафедры  
**спортивной подготовки и национальных видов спорта**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2024 г. № \_\_  
Зав. кафедрой Алексеев Василий Николаевич

<b>1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>	
1.1	Цель подготовки резервов высококвалифицированных спортсменов состоит в том, чтобы юные спортсмены при переходе в группы совершенствования спортивного мастерства, а впоследствии в группы высшего спортивного мастерства по уровню подготовленности обладали потенциалом для достижения высоких спортивных результатов на соревнованиях высокого уровня, в сфере спорта высших достижений.

<b>2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ</b>	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.В.ДЭ.12
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Безопасность жизнедеятельности
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Основы безопасности дорожного движения

<b>3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>	
<b>УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</b>	
<b>Знать:</b>	
<b>Уметь:</b>	
<b>Владеть:</b>	

<b>ПК-5: Способен к обеспечению безопасности жизнедеятельности, охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности</b>	
<b>Знать:</b>	
<b>Уметь:</b>	
<b>Владеть:</b>	

<b>ПК-9: Способен формировать культуру безопасного поведения и здоровьесбережения</b>	
<b>Знать:</b>	
<b>Уметь:</b>	
<b>Владеть:</b>	

**В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
3.1.1	— физическая культура и спорт, физическое воспитание, самовоспитание и самообразование, ценности физической культуры, ценностные отношения и ориентации, физическое развитие, физическая и функциональная подготовленность, психофизическая подготовка, жизненно необходимые умения и навыки, физическое совершенство, профессиональная направленность физического воспитания;
3.1.2	— организм человека и его функциональные системы, саморегуляция и совершенствование организма, адаптация, социально-экологические факторы, показатели состояния основных функциональных систем;
3.1.3	— здоровье, здоровый образ и стиль жизни, основы жизнедеятельности, двигательная активность;
3.1.4	— методические принципы и методы физического воспитания, общая и специальная физическая подготовка, физические качества, двигательные умения и навыки, спортивная тренировка, разделы спортивной подготовки, тренированность, формы занятий, структура учебно-тренировочного занятия, разминка, вработка, общая и моторная плотность занятия, интенсивность физической нагрузки, зоны интенсивности нагрузки, градация интенсивности по частоте сердечных сокращений (ЧСС), порог анаэробного обмена (ПАНО), энергозатраты при физической нагрузке;
3.1.5	— формы организации занятий, методы и средства тренировки, физическая и функциональная подготовленность, основы планирования учебно-тренировочного процесса;
3.1.6	— формы самостоятельных занятий, мотивация выбора, направленность самостоятельных занятий, планирование самостоятельных занятий и особенности их проведения в зависимости от возраста и пола, спортивной подготовленности и функционального состояния;
3.1.7	— диагностика состояния здоровья и его оценка, врачебный контроль, самоконтроль, (стандарты, индексы, номограммы, функциональные пробы, упражнения-тесты);
3.1.8	— массовый спорт, студенческий спорт, спорт высших достижений, системы физических упражнений и мотивация их выбора, группы видов спорта, новые виды спорта;
3.1.9	— реабилитационно-восстановительные мероприятия, методы и средства восстановления работоспособности в профессиональной и физкультурно-спортивной деятельности;

3.1.10	— психофизиологическая характеристика умственного труда, работоспособность, утомление и переутомление, усталость, рекреация, релаксация, самочувствие;
3.1.11	— профессионально-прикладная физическая культура, основы физиологии труда, мотивация в освоении профессии, профессиональный отбор, производственная физическая культура, физическая культура в рабочее и свободное время, профессиональные утомления и заболевания, профилактика травматизма, профессиональная адаптация.
3.1.12	— профессионально-прикладная физическая подготовка, ее формы (виды), условия и характер труда, прикладные физические, психофизиологические, психические и специальные качества, прикладные умения и навыки, прикладные виды спорта, воспитание профессионально важных психофизических качеств и их коррекция
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
3.2.1	— использовать средства и методы физической культуры в развитии и формировании основных физических качеств и свойств личности;
3.2.2	— использовать виды, формы и средства физической культуры для самоопределения в ней, творческого развития личности;
3.2.3	— использовать знания особенностей функционирования человеческого организма и отдельных его систем под влиянием занятий физическими упражнениями и спортом в различных условиях внешней среды;
3.2.4	— применять здоровый стиль жизни, рациональные способы и приемы сохранения физического и психического здоровья, профилактики психофизического и нервно-эмоционального утомления;
3.2.5	— определять индивидуальный уровень развития своих физических качеств, владеть основными методами и способами планирования направленного формирования двигательных умений, навыков и физических качеств;
3.2.6	— применять индивидуальный выбор вида спорта или системы физических упражнений, раскрыть их возможности для саморазвития и самосовершенствования;
3.2.7	— использовать методы самоконтроля физического развития, физической подготовленности, функционального состояния для разработки индивидуальных программ оздоровительной и тренировочной направленности.
<b>3.3</b>	<b>Владеть:</b>
3.3.1	— средствами, методами и способами восстановления организма, организации активного отдыха и реабилитации после травм и перенесенных заболеваний;
3.3.2	— применять формы и виды физической культуры в условиях профессиональной деятельности (производственная гимнастика);
3.3.3	— применять организационные формы, средства и методы профессионально-прикладной психофизической подготовки в соответствии с требованиями специальности;
3.3.4	— эффективно реализовать мировоззренческий компонент формирования физической культуры личности в составлении собственной, лично ориентированной комплексной программы реабилитации и коррекции здоровья.

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте пакт.	Примечание
	<b>Раздел 1. ТЕОРИЯ</b>						
1.1	ТЕМА 1.РОЖДЕНИЕ ВСЕМИРНОГО ПРАЗДНИКА /Пр/	1	8		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.2	Повторение базовой техники в условиях маневрирования в разных стойках, с различными (одноименными, разноименными) захватами, в различных взаимоположениях Повторение базовой техники и удержаний, уходов с моста и дожиманий на мосту в условиях маневрирования с различными (одноименными, разноименными) захватами, в различных взаимоположениях /Пр/	1	8		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	

1.3	Повторение комбинаций приемов в стойке, завершающихся броском наклоном; изучение кустового метода построения комбинаций приемов, возможных из положений борцов с захватом руки двумя руками Повторение комбинаций приемов в партере, завершающиеся броском наклоном; повторение удержаний, дожиманий и контрприемов с уходом с моста /Пр/	1	12		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.4	ТЕМА 2. КРАТКИЙ ОБЗОР РАЗВИТИЯ БОРЬБЫ В РОССИИ /Пр/	1	8		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.5	Повторение комбинаций приемов в стойке, завершающихся броском подворотом; изучение кустового метода построения комбинаций приемов, возможных из положений борцов с захватом шеи с рукой Повторение комбинаций приемов в партере, завершающиеся броском подворотом; повторение удержаний, дожиманий и контрприемов с уходом с моста /Пр/	1	8		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.6	КРАТКИЕ СВЕДЕНИЯ О СТРОЕНИИ И ФУНКЦИЯХ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА /Пр/	1	12		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.7	Совершенствование комбинаций с захватами ног (ноги), защит и контрприемов от них Совершенствование защит, удержаний, дожиманий на мосту и уходов с моста /Пр/	2	12		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.8	Учебные и учебно-тренировочные схватки по заданию с выполнением коронных действий Учебные и учебно-тренировочные схватки по заданию с выполнением коронных действий /Пр/	2	12		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.9	ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ МАССОВЫХ ФОРМ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ /Пр/	2	8		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.10	Повторение комбинаций приемов в стойке, завершающихся броском прогибом; изучение кустового метода построения комбинаций приемов, возможных из положений борцов с захватом туловища Повторение комбинаций приемов в партере, завершающиеся броском прогибом; повторение удержаний, дожиманий и контрприемов с уходом с моста /Пр/	2	8		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	

1.11	Повторение комбинаций приемов в стойке, завершающихся броском поворотом ("мельница"); изучение кустового метода построения комбинаций приемов, возможных из положений борцов с захватом руки и шеи сверху Повторение комбинаций приемов в партере, завершающиеся броском накатом /Пр/	2	8		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.12	ВСЕРОССИЙСКИЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ /Пр/	2	8		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.13	Повторение комбинаций приемов в стойке, завершающихся броском вращением; изучение кустового метода построения комбинаций приемов, возможных из положений борцов с захватом ноги двумя руками Повторение комбинаций приемов в партере, завершающиеся переворотом скручиванием; повторение удержаний, дожиманий и контрприемов с уходом с моста /Пр/	3	8		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.14	Повторение комбинаций приемов в стойке, завершающихся сбиванием; изучение кустового метода построения комбинаций приемов, возможных из положений борцов с захватом ног Повторение комбинаций приемов в партере, завершающиеся переворотом забеганием; повторение удержаний, дожиманий и контрприемов с уходом с моста /Пр/	3	10		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.15	Повторение комбинаций приемов в стойке, завершающихся броском скручиванием; изучение вызовов на захват атакуемым руки и шеи Повторение комбинаций приемов в партере, завершающиеся переворотом переходом; повторение удержаний, дожиманий и контрприемов с уходом с моста /Пр/	3	9		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.16	Повторение комбинаций приемов в стойке, завершающихся переводом рывком; изучение вызовов на захват атакуемым шеи с рукой Повторение комбинаций приемов в партере, завершающиеся переворотом накатом: повторение удержаний, дожиманий и контрприемов с уходом с моста /Пр/	3	10		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.17	ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ /Пр/	3	8		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	

1.18	Повторение комбинаций приемов в стойке, завершающихся переводом нырком; изучение вызовов на захват атакуемым туловища Повторение комбинаций приемов в партере, завершающиеся переворотом прогибом; повторение удержаний, дожиманий и контрприемов с уходом с моста /Пр/	3	11		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.19	Повторение комбинаций приемов в стойке, завершающихся переводом вращением; изучение вызовов на захват атакуемым ноги двумя руками Повторение комбинаций приемов в партере, завершающиеся переворотом перекатом; повторение удержаний, дожиманий и контрприемов с уходом с моста /Пр/	4	12		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.20	СИСТЕМА ОТБОРА ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ВОЛЬНОЙ БОРЬБОЙ /Пр/	4	14		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.21	Повторение комбинаций приемов в стойке, завершающихся переводом выседом; изучение вызовов на захват атакуемым ног Повторение комбинаций приемов в партере, завершающиеся переворотом разгибанием; повторение удержаний, дожиманий и контрприемов с уходом с моста /Пр/	4	10		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.22	Повторение комбинаций приемов в стойке, завершающихся сваливанием сбиванием и скручиванием; изучение комбинаций приемов, возможных в ходе активных действий атакуемого по освобождению от захвата рук Повторение комбинаций приемов в партере, завершающиеся переворотом скручиванием; повторение удержаний, дожиманий и контрприемов с уходом с моста /Пр/	4	10		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.23	ИНДИВИДУАЛЬНО-ГРУППОВАЯ ПОДГОТОВКА НА ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА /Пр/	4	10		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	



1.24	Совершенствование комбинаций, завершающихся сваливанием скручиванием; изучение комбинаций приемов, возможных в ходе активных действий атакуемого по освобождению от захвата ног Повторение комбинаций приемов в партере, завершающиеся переворотом накатом: повторение удержаний, дожиманий и контрприемов с уходом с моста /Пр/	5	8		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.25	Совершенствование комбинаций с переводами в партер, тактических подготовок к ним, защит и контрприемов от них Совершенствование комбинаций с переворотами скручиванием, защит и контрприемов от них /Пр/	5	12		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.26	<b>ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ И ОБУЧЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ТЕХНИКЕ /Пр/</b>	5	8		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.27	Совершенствование комбинаций со сваливанием сбиванием, тактических подготовок к ним, защит и контрприемов от них Совершенствование комбинаций с переворотами забеганием, защит и контрприемов от них /Пр/	5	8		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.28	Совершенствование комбинаций с бросками наклоном, тактических подготовок к ним, защит и контрприемов от них Совершенствование комбинаций с переворотами переходом и перекатом, защит и контрприемов от них /Пр/	5	9		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.29	<b>СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ВОЛЬНОЙ БОРЬБЕ /Пр/</b>	5	10		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.30	Совершенствование комбинаций с бросками вращением, тактических подготовок к ним, защит и контрприемов от них Совершенствование комбинаций с переворотами накатом, защит и контрприемов от них /Пр/	6	8		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.31	Совершенствование комбинаций с бросками поворотом ("мельница"), тактических подготовок к ним, защит и контрприемов от них Совершенствование комбинаций с переворотами скручиванием, защит и контрприемов от них /Пр/	6	10		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.32	<b>СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА КАК МНОГОЛЕТНИЙ ПРОЦЕСС (5 часов) /Пр/</b>	6	10		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	

1.33	Совершенствование комбинаций с бросками подворотом, тактических подготовок к ним, защит и контрприемов от них Совершенствование комбинаций с переворотами забеганием, защит и контрприемов от них /Пр/	6	8		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.34	Совершенствование комбинаций с бросками прогибом, тактических подготовок к ним, защит и контрприемов от них Совершенствование комбинаций с переворотами переходом и перекатом, защит и контрприемов от них /Ср/	6	2,8		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.35	Совершенствование комбинаций с захватами ног (ноги), защит и контрприемов от них; совершенствование тактических подготовок для проведения коронных приемов с использованием подводящих специально-подготовительных упражнений Совершенствование комбинаций с переворотами разгибанием, защит и контрприемов от них /Пр/	6	8		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.36	Совершенствование комбинаций с захватами ног (ноги), защит и контрприемов от них; совершенствование атакующих действий, связанных с выведением из равновесия Совершенствование защит, удержаний, дожиманий на мосту и уходов с моста /Ср/	6	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	
1.37	Зачет /КрАт/	6	0,2		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2	0	

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 5.1. Контрольные вопросы и задания

Требования к результатам реализации Программы на этапах спортивной подготовки  
Для отбора спортсменов к этапу спортивной подготовки используется система спортивного отбора, представляющая собой целевой поиск и определение перспективности спортсмена и его готовности к достижению высоких спортивных результатов.  
Для контроля общей и специальной физической подготовки используют:  
- комплекс тестов, направленных на выявление скоростных, скоростно-силовых качеств, выносливости;  
- нормативы по техническому мастерству.  
Система нормативов последовательно охватывает весь период спортивной подготовки в организации. Состав нормативов изменяется в зависимости от этапа спортивной подготовки.

#### Зачетные требования

По общей и специальной физической подготовке

Сдача контрольных нормативов в соответствии с требованиями, соответствующими году обучения (Приложение )

По технико-тактической подготовке

- знать и уметь выполнить на оценку технико-тактические действия в соответствии с программным материалом;
- иметь в своем арсенале 8-10 вариантов атаки из 5-6 групп приемов как в стойке, так и в партере, средняя

результативность технических действий за схватку не менее 2-х баллов;

- уметь составлять и реализовывать тактический план на схватку с любым соперником; уметь проводить “коронные” приемы в схватках с любым соперником, имея в наличии несколько вариантов их тактической подготовки;
- уметь проводить тактико-технические действия на протяжении всех схваток – в начале, в середине и конце поединка (на фоне утомления);
- уметь создавать видимость активной борьбы за счет преследования соперника активными действиями в зоне “пассивности”, повторных атак у границы рабочей площади ковра;
- уметь использовать усилия соперника в зоне “пассивности” с тем, чтобы развернуть, продернуть его с последующими атакующими действиями;
- уметь использовать “срывы” соперника в партер с целью получения технического преимущества;
- уметь создавать видимость активной борьбы в зоне “пассивности”, отключая руки соперника снизу;
- уметь использовать усилия и движения соперника у края рабочей площади ковра для проведения контратакующих действий за ковер (учитывая, что приемы, проведенные за ковер, оцениваются);
- уметь отдавать сопернику выигранные баллы, искусственно создавая для себя опасные положения (полумост), во избежание обоюдной дисквалификации за пассивность.

По психологической подготовке

Уровень морально-волевых качеств должен позволять борцу проявлять свои максимальные возможности в экстремальных ситуациях, создаваемых рангом соревнования, силой соперников, ответственностью в командных соревнованиях, необъективным судейством и т.п.

Для этого борец должен:

1. Уметь управлять своим психическим состоянием:

а) с целью сохранения энергии к началу соревнований;

б) распределение нервной энергии к началу соревнований.

2. Уметь воздействовать на психику соперника с целью подавления его воли.

3. Уметь выкладываться в ответственных поединках до конца.

4. Обладать хорошей психологической устойчивостью к воздействиям неблагоприятных факторов (необъективное решение судей, травмы, проигрыш по баллам в схватке, отрицательная реакция зрителей и т.д.).

5. Уметь стойко переносить усталость, болевые ощущения в ходе схватки, недомогание, связанное со сгонкой веса.

6. Уметь рисковать в сложных ситуациях.

7. Ставить интересы коллектива выше своих собственных.

8. Подчинять свои действия в поединке указаниям тренера, воспринимать их как приказ на определенный период схватки.

По теоретической подготовке

Знать и уметь применять на практике программный материал соответствующего года обучения.

По инструкторской и судейской практике

Владеть составлением конспектов тренировочных занятий и их проведением.

Уметь составлять планы учебно-тренировочного сбора.

Владеть судейством соревнований в качестве бокового судьи, арбитра, секундометриста, руководителя ковра.

Владеть методами организационной работы по подготовке и проведению соревнований в составе оргкомитета, составлению

Положения о соревновании.

Владеть умением оформлять судейскую документацию (заявки от команды; протоколы взвешивания; акты приемки места проведения соревнования; протоколы командного первенства в лично-командных соревнованиях; протоколы хода соревнования; протоколы результатов схватки, судейские записки, график распределения судей на схватку; отчет главного судьи соревнований, таблицу составления пар).

Знать особенности судейства соревнований по вольной борьбе (оценка технических действий в схватке; оценка пассивности; замечания; предупреждения и поражение в схватке за нарушение правил; оценка борьбы в зоне пассивности и на краю ковра и др.).

## 5.2. Темы письменных работ

Тематика рефератов для студентов временно освобожденных от практических занятий

Примерная тематика рефератов для студентов временно освобожденных от практических занятий по физической культуре

1. Физическая культура и спорт как социальные явления общества. Современное состояние физической культуры и спорта.

2. Организм человека, как единая биологическая система. Воздействие средств физической культуры и спорта, природных, социальных и экологических факторов на организм.

3. Понятие о питании. Требования к организации правильного питания, принципы и содержание.

4. Понятия о гигиене. Значение гигиенических требований и норм для организма.

5. Закаливание организма. Средства, принципы и методы закаливания.

6. Причины, следствие и профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, плоскостопие, мышечная атрофия). Понятие гиподинамии, гипердинамии.

7. Вредные привычки. Пагубность их воздействия на организм. Меры профилактики, способы борьбы.

8. Массаж, виды массажа. Влияние массажа на функциональное состояние организма.
  9. Меры безопасности на занятиях физической культуры и спортом. Гигиенические требования и нормы.
  10. Здоровье человека и факторы, его определяющие. Требования к организации здорового образа жизни (ЗОЖ).
  11. Особенности ЛФК (лечебная физкультура), корригирующей гимнастики и т.п. Методика составления программ по физической культуре с оздоровительной, рекреационной направленностью.
  12. Учет половых и возрастных особенностей при занятиях физической культурой и спортом.
  13. Физические качества. Методы воспитания физических качеств на занятиях физической культурой и спортом.
  14. Возможности и условия коррекции физического развития, телосложения, функциональных возможностей организма средствами физической культуры и спорта.
  15. Самоконтроль на занятиях физической культурой и спортом. Способы и методы самоконтроля за функциональным состоянием организма.
  16. Врачебный и педагогический контроль на занятиях физической культурой и спортом. Их цели, задачи, содержание.
  17. Понятие об утомлении и переутомлении. Средства восстановления.
  18. Изменение показателей функционального состояния организма под воздействием регулярных занятий физической культурой и спортом.
  19. Влияние занятий спортом на развитие личностных качеств.
  20. Влияние физических упражнений на совершенствование различных систем организма человека.
  21. Основы лечебной физической культуры (методика проведения занятий при конкретном заболевании).
  22. Коррекция телосложения студента средствами физической культуры.
  23. Значение физической культуры для будущего специалиста.
  24. Предупреждение профессиональных заболеваний и самоконтроль.
  25. Взаимосвязь и взаимозависимость духовного и физического самосовершенствования.
  26. Профилактика девиантного поведения подростков и молодежи средствами физической культуры и спорта.
  27. Возникновение и развитие борьбы как вида спорта.
  28. История становления и развития легкой атлетики как вида спорта.
  29. Возникновение и развитие гимнастики.
  30. Спортивные игры. История возникновения и развития.
  31. История возникновения и развития зимних видов спорта (лыжи, коньки и т.п.)
  32. Восточные единоборства. Специфика. Развиваемые качества.
  33. Плавание как вид спорта, история и развитие.
  34. Русские национальные виды спорта и игры.
  35. Национальные виды спорта и игры народов мира.
  36. Составление и обоснование индивидуального комплекса физических упражнений и доступных средств физической культуры (с указанием примерной дозировки).
  37. Составление индивидуальной программы самостоятельных занятий.
  38. Составление и проведение комплексов утренней гигиенической гимнастики.
  39. Проведение отдельной части профилированного учебно-тренировочного занятия с группой студентов.
  40. Подготовка материалов для проведения соревнований по избранному виду спорта.
  41. Разработка тестовых заданий для тестирования теоретических и методических знаний по избранному виду спорта или системе физических упражнений.
  42. Подготовка мультимедийных презентаций по избранному виду спорта или системе физических упражнений.
  43. Разработка рисунков и схем по избранному виду спорта или системе физических упражнений.
  44. Подготовка видеоматериалов по избранному виду спорта или системе физических упражнений.
  45. Изготовление плакатов по избранному виду спорта или системе физических упражнений.
- Объем рефератов — 10-12 печатных страниц.
- Спортивные игры**
1. Спортивные игры в системе физического воспитания и спорта.
  2. Основные признаки игровой деятельности.
  3. Характеристика и классификация спортивных игр, их специфические признаки.
  4. Основные понятия и термины в теории и методике спортивных игр.
  5. Структура соревновательной деятельности в спортивных играх.
  6. Факторы, определяющие эффективности соревновательной деятельности в спортивных играх.
- Спортивных играх.**
7. Управление соревновательной деятельностью игроков команды.
  8. Принципы построения и проведения соревнований по спортивным играм.
  9. Круговая система в соревнованиях по спортивным играм.
  10. Системарозыгрыша “с выбыванием” в соревнованиях по спортивным играм.
  11. Комбинированный способ розыгрыша в соревнованиях по спортивным играм.
  12. Специфика определения спортивных результатов в соревнованиях по спортивным играм.
  13. Основы теории обучения навыкам игры в спортивных играх. Характеристика, задачи и принципы обучения.
  14. Характеристика двигательных умений, навыков и двигательных способностей в процессе обучения.
  15. Факторы, обуславливающие успешность обучения технико- тактическим действиям.
  16. Структура (этапы) обучения навыкам игры. Физиологические закономерности

Воспитания двигательных качеств в спортивных играх.

17. Характеристика средств и методов обучения в спортивных играх.
18. Виды подготовки в спортивных играх.
19. Интеграция результатов обучения в целостную игровую соревновательную деятельность.
20. Подготовка спортсменов в игровых видах спорта как система.
21. Цели, модельные характеристики, тесты и нормативы в подготовке спорт-игровиков.
22. Основы планирования тренировочного процесса в спортивных играх (виды, периодизация).
23. Учет возрастных особенностей и уровня подготовленности в процессе обучения спортивным и подвижным играм.
24. Подвижные игры как средство физического воспитания. Отличие подвижных игр от спортивных.
25. Педагогическая классификация подвижных игр.
26. Классификация игр - эстафет.
27. Обучение умениям и навыкам в спортивных играх на уроке физической культуры.
28. Педагогические требования к организации и проведению подвижных игр на уроке физической культуры.
29. Спортивные и подвижные игры во внеурочных формах работы.
30. Соревновательно – игровой метод обучения спортивным и подвижным играм.
31. Игры в работе с населением, в учебных заведениях, местах массового отдыха.
32. Содержание игры “баскетбол”. Характеристика. Терминология. Краткая история развития игры.
33. Классификация техники игры в баскетболе.
34. Анализ техники и обучение передвижениям в баскетболе.
35. Анализ техники и обучение передачам мяча в баскетболе (на примере одного из способов).
36. Анализ техники и обучение ловле мяча в баскетболе.
37. Анализ техники и обучение ведению мяча в баскетболе.
38. Анализ техники и обучение броску двумя руками в баскетболе (на примере одного из способов).
39. Анализ техники и обучения броску одной рукой в баскетболе (на примере одного из способов).
40. Анализ техники и обучение овладению мячом и противодействию в баскетболе (на примере одного приема).

Гимнастика

1. Гимнастика как исторически сложившаяся совокупность специфических средств и методов физического воспитания.
2. Задачи и методические особенности гимнастики.
3. Характеристика групп гимнастических упражнений.
4. Классификация видов гимнастики: оздоровительные, образовательно-развивающие и спортивные виды гимнастики.
5. Значение исторического подхода к изучению гимнастики.
6. Происхождение гимнастики и основные закономерности ее развития. Гимнастика у древних народов мира, в античном обществе, в средние века.
7. Гимнастика в новое и новейшее время.
8. Возникновение национальных буржуазных систем гимнастики: немецкой, французской, шведской, сокольской.
9. Гимнастика в дореволюционной России. Роль П.Ф. Лесгафта в развитии теории и методики гимнастики.
10. Развитие гимнастики в СССР на разных этапах. Участие советских и Российских гимнастов в чемпионатах Европы, мира, играх Доброй Воли, Олимпийских играх.
11. Современные тенденции развития гимнастики.
12. Гимнастическая терминология как компонент системы спортивной терминологии; ее значение и краткая история развития.
13. Требования, предъявляемые к гимнастической терминологии.
14. Способы образования терминов и правила их применения. Правила сокращенного описания упражнений.
15. Формы записи упражнений: обобщенная, конкретная, сокращенная, графическая. Правила записи общеразвивающих упражнений.

Лыжная подготовка

1. История развития лыжного спорта в России с 1870 по 1917 гг.
2. История развития лыжного спорта в России с 1917 по 1956 гг.
3. История развития лыжного спорта с 1956 по 1984 гг.
4. История развития лыжного спорта в современной России.
5. Лыжная подготовка в программе современной школы.
6. Организация и проведение соревнований по лыжному спорту вне школы.
7. Планирование подготовки юных лыжников.
8. Особенности тренировок девушек и юношей в лыжных гонках и биатлоне.
9. Периодизация в лыжном спорте.
10. Лыжный туризм в школе.
11. Предупреждение травматизма на занятиях лыжным спортом.
12. Характеристика инвентаря в лыжном спорте.
13. Лыжный спорт.
14. Лыжные гонки.
15. Лыжники-гонщики.

ВФСК «ГТО»

1. История развития ВФСК «ГТО»

2. Цели и задачи ГТО
3. Возрастные категории (ступени) ВФСК «ГТО»
4. Тестовые упражнения для сдачи нормативов.
5. Внедрение ВФСК «ГТО»
6. Роль и значение ГТО
7. Таблица нормативов ГТО
8. Интересные факты о ГТО

### 5.3. Фонд оценочных средств

Критерии оценок самостоятельной работы (контрольной работы)

Таблица 1

№ Оценка тестов общей физической, спортивно-технической и ППФП Удовлетворительно

Хорошо Отлично

1 Средняя оценка тестов в очках 2,0

3,0

3,5

### 5.4. Перечень видов оценочных средств

. Виды контроля общей и специальной физической, технической и тактической подготовки

Целью контроля является оптимизация процесса подготовки и соревновательной деятельности спортсменов на основе объективной оценки различных сторон их подготовленности и функциональных возможностей важнейших систем организма. Предметом контроля в спорте является содержание тренировочного процесса, соревновательной деятельности, состояние различных сторон подготовленности спортсменов, их работоспособность, возможности функциональных систем.

В практике спорта принято выделять три вида контроля:

1. Этапный контроль.
2. Текущий контроль.
3. Оперативный контроль.

Этапный контроль позволяет оценить состояние спортсмена на каждом этапе, которое является следствием долговременного тренировочного эффекта. Такие состояния спортсмена являются результатом длительной подготовки - в течение ряда лет, года, макроцикла, периода.

Этапный контроль направлен на систематизацию знаний, умений и навыков, закреплять и упорядочивать их. Периодическая проверка проводится в виде контрольно-переводных нормативов (1 раз в год), проверки технической подготовленности (по мере необходимости) и соревнований (согласно единого календарного плана).

Текущий контроль направлен на оценку текущих состояний, т.е. тех состояний, которые являются следствием нагрузок серий занятий, тренировочных или соревновательных микроциклов.

Текущая проверка осуществляется тренерами физкультурно-спортивной организации в процессе беседы и наблюдением за действиями спортсмена. Эффективность усвоения материала в процессе разучивания приемов и упражнений во многом определяются своевременным исправлением ошибок.

Оперативный контроль предназначен для регистрации нагрузки тренировочного упражнения, серии упражнений и занятия в целом. Важно определить величину и направленность биохимических сдвигов в организме спортсмена, установив тем самым соотношение между параметрами физической и физиологической нагрузки тренировочного упражнения.

Контроль знаний, умений и навыков – необходимые условия для выявления недостатков тренировочного процесса, закрепления и совершенствования знаний, умений и навыков. Оперативный контроль предусматривает оценку оперативных состояний - срочных реакций организма спортсменов на нагрузки в ходе отдельных тренировочных занятий и соревнований.

Оперативный контроль в процессе подготовки спортсменов предполагает оценку реакций организма занимающегося на физическую нагрузку в процессе занятия и после него, а также мобильные операции, принятие решений в процессе занятия, коррекцию заданий, основываясь на информацию от занимающегося.

Оценка физической подготовленности складывается из отдельных оценок уровня основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости. При этом основное внимание уделяется ведущим для данной спортивной дисциплины физическим качествам или отдельным способностям, составляющим эти обобщенные понятия.

Оценка технической подготовленности - количественная и качественная оценка объема, разносторонности и эффективности техники.

Оценка тактической подготовленности - оценка целесообразности действий спортсмена, направленных на достижение успеха в соревнованиях: тактического мышления, действий (объем тактических приемов, их разносторонность и эффективность использования).

Оценка состояния подготовленности спортсмена проводится в ходе тестирования или в процессе соревнований и включает оценку: физической, технической, тактической подготовленности; психического состояния и поведения на соревнованиях.

Оценка состояния здоровья и основных функциональных систем проводится медико-биологическими методами специалистами в области физиологии, биохимии и спортивной медицины.

После каждого года спортивной подготовки, для проверки результатов освоения программы, выполнения нормативных требований, спортсмены сдают нормативы итоговой аттестации.

По результатам сдачи нормативов итоговой аттестации осуществляется перевод спортсменов на следующий год этапа

подготовки программы.  
В течение года спортивной подготовки, для проверки результатов освоения нормативных требований в соответствии с программой, спортсмены сдают нормативы промежуточной аттестации.  
Результатом сдачи нормативов промежуточной аттестации является повышение или совершенствование у спортсменов уровня общей и специальной физической подготовки.

Критерии подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку, на этапах спортивной подготовки, с учетом возраста и влияния физических качеств и телосложения на результативность

Критерии – признаки, основания, правила принятия решения по оценке чего-либо на соответствие предъявленным требованиям.

Влияние физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта «Спортивная борьба» (дисциплина «Вольная борьба»)

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Махов С. Ю.	Безопасность личности. Основы, принципы, методы: Монография	Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2013
Л1.2	Рубис Л. Г., Тарасеня Т. Ю.	Безопасность в спортивном туризме: Учебное пособие	Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019
Л1.3	Туманян Г.С.	Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки.: Учеб. пособие: В 4 кн. Кн. II. Кинезиология и психология	М.: Сов. спорт, 1998

#### 6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Махов С. Ю.	Организация и управление личной безопасностью: Дополнительная профессиональная программа	Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2017
Л2.2	Туманян Г.С.	Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки: Учеб. пособие: В 4 кн. Кн. III. Методика подготовки	М.: Сов. спорт, 1998
Л2.3	Туманян Г.С.	Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки: Учеб. пособ.: В 4 кн.	М.: Сов. спорт,

#### 6.1.3. Методические разработки

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л3.1	Давыдов В. Ю.	Безопасность на воде и оказание помощи пострадавшим	Москва: Издательство «Спорт», 2017
Л3.2	М. С. Бодня	Методика воспитания безопасности жизнедеятельности учащихся. 44.03.01. Педагогическое образование. Профиль подготовки "Безопасность жизнедеятельности" : рекомендовано методсоветом ВУЗа	Чурапча : ЧГИФКиС, 2016

### 6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1

#### 6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Microsoft Office 2010
6.3.1.2	ЭО moodle
6.3.1.3	Windows 10
6.3.1.4	ESET Endpoint Antivirus
6.3.1.5	ПО «Визуальная студия тестирования».
6.3.1.6	chrome
6.3.1.7	yandex

#### 6.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1	Поисковая система "Яндекс"
6.3.2.2	Поисковая система "Google"
6.3.2.3	EBSCO - универсальная база данных зарубежных полнотекстовых научных журналов по всем областям знаний

6.3.2.4 справочник химика – доступ свободный

**7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Аудитория	Назначение	Виды работ	Оснащенность
Библиотека	читальный зал	КР	Компьютеры с выходом в интернет, учебники, журналы, книги, столы, стулья

**7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Аудитория	Назначение	Виды работ	Оснащенность
Кабинет №212	Учебная лаборатория	КР	Учебная аудитория для занятий лекционного типа, семинарского типа, для групповых консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации (доска,

**7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Аудитория	Назначение	Виды работ	Оснащенность
1	При изучении данной дисциплины	КР	учебно-методические пособия, раздаточный материал, ситуационные задачи, видеофильмы.

**8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Методические указания по организации тестирования

Правила проведения тестирования и интерпретации полученных результатов:

- информирование спортсмена о целях проведения тестирования;
- ознакомление спортсмена с инструкцией по выполнению тестовых заданий и достижение уверенности в том, что инструкция понята правильно;
- обеспечение ситуации спокойного и самостоятельного выполнения заданий спортсменом;
- сохранение нейтрального отношения к спортсменам, уход от подсказок и помощи;
- соблюдение методических указаний по обработке полученных данных и интерпретации результатов, которыми сопровождаются каждые тесты или соответствующие задания;
- обеспечение конфиденциальности результатов тестирования;
- ознакомление спортсмена с результатами тестирования, сообщение ему или ответственному лицу соответствующей информации с учетом принципа «Не навреди!»;
- решения серии этических и нравственных задач;
- накопление сведений, получаемых другими исследовательскими методами и методиками, их соотнесение друг с другом и определение согласованности между ними;
- обогащение опыта работы с тестами и знаний об особенностях его применения.

В качестве тестов для девушек и женщин можно использовать те же упражнения, что и у мужчин, но ориентироваться при оценке результатов тестирования на то, что нормативы для женщин примерно на 20% ниже, чем у мужчин.

Методические указания по организации медико-биологического сопровождения тренировочного процесса

Медицинское обеспечение лиц, проходящих спортивную подготовку, осуществляется штатным медицинским работником и (или) работниками врачебно-физкультурного диспансера в соответствии с Порядком оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий, утвержденным приказом Минздравсоцразвития РФ от 12.05.2014 №ВМ-04-10/2554 «Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в РФ». П.2.6.

В медицинское сопровождение тренировочного процесса входит:

- периодические медицинские осмотры;
- углубленное медицинское обследование спортсменов не менее двух раз в год;
- дополнительные медицинские осмотры перед участием в спортивных соревнованиях, после болезни или травмы;
- врачебно-педагогические наблюдения в процессе спортивной подготовки с целью определения индивидуальной реакции спортсменов на тренировочные и соревновательные нагрузки;
- санитарно-гигиенический контроль за режимом дня, местами проведения тренировок и спортивных соревнований, одеждой и обувью;
- медико-фармакологическое сопровождение в период спортивной подготовки и при развитии заболевания или травм;
- контроль за питанием спортсменов и использованием ими восстановительных средств, выполнений рекомендаций медицинских работников.

Лицо, желающее пройти спортивную подготовку, может быть зачислено в организацию, только при наличии документов, подтверждающих прохождение медицинского осмотра в порядке, установленном уполномоченным Правительством РФ



федеральным органом исполнительной власти (Приказ Минздравсоцразвития РФ от 09.08.2010 №613н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий». п.2).  
Порядок, условия, нормы обеспечения лиц, проходящих спортивную подготовку, медицинскими, фармакологическими и восстановительными средствами установлены локальными нормативными актами организации.