УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой СБЕиСП

В.А.Харькова

Протокол № 1 от 01.09.2023

Программные зачетные требования по учебной дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование» для специальности

1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по ушу)»

Курс 4 (дневная форма получения образования)

Общая оценка по учебной дисциплине СПС определяется средней арифметической оценкой полученной за:

– результаты выступления на соревнованиях, включенных в календарный план спортивно-массовых мероприятий университета (не менее двух соревнований на первом, втором и третьем году обучения, не менее одних – на четвертом);

– теоретические знания;

–за посещение занятий (в соответствии с Критериями оценки знаний и компетенций студентов по учебной дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование»).

При посещении менее 50% занятий студент не допускается к сдаче зачета.

Таблица 1 – Оценка по общей физической подготовке по результатам Ректорских тестов БГУФК

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Нормативы | Мужчины | | | | | | | | | |
| «10» | «9» | «8» | «7» | «6» | «5» | «4» | «3» | «2» | «1» |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 1. Бег 60 м (с) | 7,5 | 7,6 | 7,7 | 7,8 | 7,9 | 8,1 | 8,2 | 8,3 | 8,4 | 8,5 |
| 2. Прыжок в длину с места (см) | 2,70 | 2,50 | 2,35 | 2,25 | 2,20 | 2,15 | 2,10 | 2,05 | 2,00 | 1,95 |
| 3. Бег 2000 м (мин) | 6,10 | 6,18 | 6,24 | 6,30 | 6,36 | 6,48 | 6,54 | 7,00 | 7,08 | 7,16 |
| 4. Подтягивание (кол-во раз) | 25 | 20 | 18 | 15 | 13 | 11 | 10 | 9 | 8 | 7 |
| 5. Подъем туловища за 30 с (кол-во раз) | 50 | 45 | 40 | 35 | 33 | 31 | 29 | 27 | 25 | 23 |
| 6. Наклон вперед (см) | 25 | 24 | 22 | 20 | 18 | 14 | 10 | 8 | 6 | 4 |
| Нормативы | Женщины | | | | | | | | | |
| «10» | «9» | «8» | «7» | «6» | «5» | «4» | «3» | «2» | «1» |
| 1. Бег 60 м (с) | 8,6 | 8,7 | 8,8 | 8,9 | 9,0 | 9,1 | 9,2 | 9,3 | 9,4 | 9,5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 2. Прыжок в длину с места (см) | 2,30 | 2,15 | 1,95 | 1,90 | 1,85 | 1,70 | 1,65 | 1,60 | 1,55 | 1,50 |
| 3. Бег 1000 м (мин) | 3,21 | 3,26 | 3,30 | 3,35 | 3,40 | 3,45 | 3,55 | 4,05 | 4,15 | 4,25 |
| 4. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во  раз) | 35 | 30 | 25 | 23 | 20 | 18 | 16 | 13 | 10 | 7 |
| 5. Подъем туловища за 30 с (кол-во раз) | 50 | 45 | 40 | 35 | 33 | 31 | 29 | 27 | 25 | 23 |
| 6. Наклон вперед из положения сидя (см) | 27 | 26 | 24 | 23 | 21 | 18 | 14 | 12 | 10 | 8 |

**Критерии оценки знаний и компетенций студентов по учебной дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование»**

**(10-балльная шкала)**

10 баллов – десять:

– Глубокое и полное владение умениями и навыками исполнения комплексов спортивных видов:

- для первого года обучения: 32 формы (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу), а также комплексов, не включенных в программу СПС;

- для второго года обучения: гуйдин-таолу 1-й международный стандарт (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу), а также комплексов, не включенных в программу СПС;

- для третьего года обучения: гуйдин-таолу 3-й международный стандарт (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу), а также комплексов, не включенных в программу СПС;

- для четвертого года обучения: 24 формы (тайцзи-цюань), а также комплексов, не включенных в программу СПС.

– Оцененные выступления в 2 соревнованиях (для первого и второго года обучения), в 1 соревнованиях (для третьего и четвертого года обучения), в каждом из которых оценка выше 8 баллов в изучаемых видах.

– Иметь не ниже II разряда по у-шу (для первого и второго года обучения), не ниже I разряда по у-шу (для третьего и четвертого года обучения).

– Иметь практику судейства не менее 1 соревнования по у-шу (для первого и второго года обучения), не менее 2 соревнований по у-шу (для третьего года обучения), иметь судейскую квалификацию не ниже судьи по спорту по у-шу (для четвертого года обучения).

– Участие в различных общественных мероприятиях с выступлениями с целью популяризации у-шу.

– Владение знаниями правил соревнований по у-шу (для первого года обучения), полное знание правил соревнований и активное участие в организации и проведении соревнований (для второго, третьего и четвертого года обучения).

– Выполнение нормативов по ОФП.

– Отсутствие пропусков занятий.

9 баллов – девять:

– Глубокое и полное владение умениями и навыками исполнения комплексов спортивных видов:

- для первого года обучения: 32 формы (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для второго года обучения: гуйдин-таолу 1-й международный стандарт (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для третьего года обучения: гуйдин-таолу 3-й международный стандарт (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для четвертого года обучения: 24 формы (тайцзи-цюань).

– Оцененные выступления в 2 соревнованиях (для первого и второго года обучения), в 1 соревнованиях (для третьего и четвертого года обучения), в каждом из которых оценка выше 8 баллов в изучаемых видах.

– Иметь не ниже II разряда по у-шу (для первого и второго года обучения), не ниже I разряда по у-шу (для третьего и четвертого года обучения).

– Иметь практику судейства не менее 1 соревнования по у-шу (для первого и второго года обучения), не менее 2 соревнований по у-шу (для третьего года обучения), иметь судейскую квалификацию не ниже судьи по спорту по у-шу (для четвертого года обучения).

– Владение знаниями правил соревнований по у-шу (для первого года обучения), полное знание правил соревнований и активное участие в организации и проведении соревнований (для второго, третьего и четвертого года обучения).

– Выполнение нормативов по ОФП.

– Отсутствие пропусков занятий.

8 баллов – восемь:

– Глубокое и полное владение умениями и навыками исполнения комплексов спортивных видов:

- для первого года обучения: 32 формы (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для второго года обучения: гуйдин-таолу 1-й международный стандарт (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для третьего года обучения: гуйдин-таолу 3-й международный стандарт (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для четвертого года обучения: 24 формы (тайцзи-цюань).

– Оцененные выступления в 2 соревнованиях (для первого и второго года обучения), в 1 соревнованиях (для третьего и четвертого года обучения), в каждом из которых оценка выше 7,5 баллов в изучаемых видах.

– Иметь не ниже II разряда по у-шу (для первого и второго года обучения), не ниже I разряда по у-шу (для третьего и четвертого года обучения).

– Иметь практику судейства не менее 1 соревнования по у-шу (для первого и второго года обучения), не менее 2 соревнований по у-шу (для третьего года обучения), иметь судейскую квалификацию не ниже судьи по спорту по у-шу (для четвертого года обучения).

– Владение знаниями правил соревнований по у-шу (для первого года обучения), полное знание правил соревнований и активное участие в организации и проведении соревнований (для второго, третьего и четвертого года обучения).

– Выполнение нормативов по ОФП.

– Посещение более 90 % занятий.

7 баллов – семь:

– Глубокое и полное владение умениями и навыками исполнения комплексов спортивных видов:

- для первого года обучения: 32 формы (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для второго года обучения: гуйдин-таолу 1-й международный стандарт (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для третьего года обучения: гуйдин-таолу 3-й международный стандарт (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для четвертого года обучения: 24 формы (тайцзи-цюань).

– Оцененные выступления в 2 соревнованиях (для первого и второго года обучения), в 1 соревнованиях (для третьего и четвертого года обучения), в каждом из которых оценка выше 7 баллов в изучаемых видах.

– Иметь не ниже II разряда по у-шу (для первого и второго года обучения), не ниже I разряда по у-шу (для третьего и четвертого года обучения).

– Иметь практику судейства не менее 1 соревнования по у-шу (для первого и второго года обучения), не менее 2 соревнований по у-шу (для третьего года обучения), иметь судейскую квалификацию не ниже судьи по спорту по у-шу (для четвертого года обучения).

– Владение знаниями правил соревнований по у-шу (для первого года обучения), владение знаниями правил соревнований по у-шу в объеме требований к судейству выступлений разделах цюань-шу, дуань-цисе, чан-цисе и обязанностей судейской бригады (для второго года обучения), знание правил соревнований и активное участие в организации и проведении соревнований (для третьего и четвертого года обучения).

– Выполнение нормативов по ОФП.

– Посещение более 80-90 % занятий.

6 баллов – шесть:

– Достаточно полное и систематизированное владение умениями и навыками исполнения комплексов спортивных видов:

- для первого года обучения: 32 формы (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для второго года обучения: гуйдин-таолу 1-й международный стандарт (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для третьего года обучения: гуйдин-таолу 3-й международный стандарт (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для четвертого года обучения: 24 формы (тайцзи-цюань).

– Оцененные выступления в 2 соревнованиях (для первого и второго года обучения), в 1 соревнованиях (для третьего и четвертого года обучения), в каждом из которых оценка выше 6 баллов в изучаемых видах.

– Иметь не ниже II разряда по у-шу (для первого и второго года обучения), не ниже I разряда по у-шу (для третьего и четвертого года обучения).

– Иметь практику судейства не менее 1 соревнования по у-шу (для первого и второго года обучения), не менее 2 соревнований по у-шу (для третьего года обучения), иметь судейскую квалификацию не ниже судьи по спорту по у-шу (для четвертого года обучения).

– Владение знаниями правил соревнований по у-шу (для первого и второго года обучения), достаточное знание правил соревнований и участие в организации и проведении соревнований (для третьего и четвертого года обучения).

– Выполнение нормативов по ОФП.

– Посещение более 70-80 % занятий.

5 баллов – пять:

– Достаточные умения и навыки исполнения комплексов спортивных видов:

- для первого года обучения: 32 формы (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для второго года обучения: гуйдин-таолу 1-й международный стандарт (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для третьего года обучения: гуйдин-таолу 3-й международный стандарт (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для четвертого года обучения: 24 формы (тайцзи-цюань).

– Оцененное выступление в 1 соревнованиях с оценкой выше 5,5 баллов в изучаемых видах.

– Иметь не ниже II разряда по у-шу (для первого и второго года обучения), не ниже I разряда по у-шу (для третьего и четвертого года обучения).

– Иметь практику судейства не менее 1 соревнования по у-шу (для первого и второго года обучения), не менее 2 соревнований по у-шу (для третьего года обучения), иметь судейскую квалификацию не ниже судьи по спорту по у-шу (для четвертого года обучения).

– Достаточные знания правил соревнований по у-шу (для первого и второго года обучения), достаточные знания правил соревнований и участие в организации и проведении соревнований (для третьего и четвертого года обучения).

– Выполнение нормативов по ОФП.

– Посещение более 60-70 % занятий.

4 балла – четыре, ЗАЧТЕНО:

– Достаточные умения исполнения комплексов спортивных видов:

- для первого года обучения: 32 формы (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для второго года обучения: гуйдин-таолу 1-й международный стандарт (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для третьего года обучения: гуйдин-таолу 3-й международный стандарт (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для четвертого года обучения: 24 формы (тайцзи-цюань).

– Оцененное выступление в 1 соревнованиях с оценкой выше 5 баллов в изучаемых видах.

– Иметь не ниже II разряда по у-шу (для первого и второго года обучения), не ниже I разряда по у-шу (для третьего и четвертого года обучения).

– Иметь практику судейства не менее 1 соревнования по у-шу (для первого и второго года обучения), не менее 2 соревнований по у-шу (для третьего года обучения), иметь судейскую квалификацию не ниже судьи по спорту по у-шу (для четвертого года обучения).

– Знания правил соревнований по у-шу (для первого и второго года обучения), знания правил соревнований и участие в организации и проведении соревнований (для третьего и четвертого года обучения).

– Выполнение нормативов по ОФП.

– Посещение более 50-60 % занятий.

3 балла – три, НЕЗАЧТЕНО:

– Недостаточно полное умение исполнения комплексов спортивных видов:

- для первого года обучения: 32 формы (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для второго года обучения: гуйдин-таолу 1-й международный стандарт (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для третьего года обучения: гуйдин-таолу 3-й международный стандарт (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для четвертого года обучения: 24 формы (тайцзи-цюань).

– Неоцененное выступление в соревнованиях по у-шу.

– Отсутствие I разряда по у-шу (для третьего и четвертого года обучения).

– Отсутствие судейской квалификации судьи по спорту по у-шу (для четвертого года обучения).

– Недостаточное знание правил соревнований по у-шу (для первого и второго года обучения), недостаточное знание правил соревнований и отсутствие участия в организации и проведении соревнований (для третьего и четвертого года обучения).

– Невыполнение нормативов по ОФП.

– Посещение – 40-50 % занятий.

2 балла – два, НЕЗАЧТЕНО:

– Фрагментарное исполнение комплексов спортивных видов:

- для первого года обучения: 32 формы (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для второго года обучения: гуйдин-таолу 1-й международный стандарт (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для третьего года обучения: гуйдин-таолу 3-й международный стандарт (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для четвертого года обучения: 24 формы (тайцзи-цюань).

– Отсутствие выступлений в соревнованиях по у-шу.

– Отсутствие I разряда по у-шу (для третьего и четвертого года обучения).

– Отсутствие судейской квалификации судьи по спорту по у-шу (для четвертого года обучения).

– Неумение использовать знания правил соревнований по у-шу (для первого и второго года обучения), отсутствие знаний правил соревнований и отсутствие участия в организации и проведении соревнований (для третьего и четвертого года обучения).

– Невыполнение нормативов по ОФП.

– Посещение – 30-40 % занятий.

1 балл – один, НЕЗАЧТЕНО:

– Отсутствие умения исполнения комплексов спортивных видов:

- для первого года обучения: 32 формы (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для второго года обучения: гуйдин-таолу 1-й международный стандарт (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для третьего года обучения: гуйдин-таолу 3-й международный стандарт (чан-цюань, цзянь-шу или дао-шу, цян-шу или гунь-шу);

- для четвертого года обучения: 24 формы (тайцзи-цюань).

– Отсутствие выступлений в соревнованиях по у-шу.

– Отсутствие I разряда по у-шу (для третьего и четвертого года обучения).

– Отсутствие судейской квалификации судьи по спорту по у-шу (для четвертого года обучения).

– Неумение использовать знания правил соревнований по у-шу (для первого и второго года обучения), отсутствие знаний правил соревнований и отсутствие участия в организации и проведении соревнований (для третьего и четвертого года обучения).

– Невыполнение нормативов по ОФП.

– Отказ от ответа или технического исполнения.

– Посещение – 20-30 % занятий.