

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

УТВЕРЖДЕНА
ректором университета
С.Б. Репкиным
27 февраля 2025 г.
Регистрационный № 38 / ГЭ

ПРОГРАММА ГОСУДАРСТВЕННОГО ЭКЗАМЕНА

по направлению специальности
1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность
(тренерская работа по греко-римской борьбе)»

Минск 2025

УДК 796.82(073)

ББК 715Я73

П78

Программа государственного экзамена составлена на основе образовательного стандарта высшего образования первой ступени ОСВО 1-88 02 01-2021, утвержденного постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 09.02.2022 № 22.

СОСТАВИТЕЛИ:

А.С. Просецкий, старший преподаватель кафедры спортивной борьбы учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»;

А.И. Лихач, старший преподаватель кафедры спортивной борьбы учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

Д.Н. Белявский, заведующий кафедрой гимнастики учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук, доцент;

Р.В. Селявко, доцент кафедры спортивных игр учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

кафедрой спортивной борьбы учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 20.12.2024 № 6);

советом спортивно-педагогического факультета спортивных игр и единоборств учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 16.01.2025 № 6);

научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 27.02.2025 № 6)

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	5
СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА	9
Раздел I. Общие основы теории греко-римской борьбы	9
Тема 1. Характеристика и история развития греко-римской борьбы	9
Тема 2. Актуальные направления развития греко-римской борьбы	10
Тема 3. Классификация, систематика и терминология греко-римской борьбы.....	11
Тема 4. Профессионально-педагогическая деятельность тренера по греко-римской борьбе	11
Тема 5. Обеспечение безопасности подготовки борцов греко-римского стиля.....	12
Раздел II. Организация и проведение спортивных соревнований по греко-римской борьбе	13
Тема 6. Основы соревновательной деятельности в греко-римской борьбе.....	13
Тема 7. Основы судейства в греко-римской борьбе	13
Раздел III. Формы и средства подготовки борцов греко-римского стиля	14
Тема 8. Тактика греко-римской борьбы.....	14
Тема 9. Основы развития физических качеств борцов греко-римского стиля.....	15
Тема 10. Основы психологической подготовки в греко-римской борьбе.....	16
Раздел IV. Методика обучения в греко-римской борьбе	17
Тема 11. Анализ техники и методика обучения приемам греко-римской борьбы по группам классификации	17
Тема 12. Организация и содержание разминки борца греко-римского стиля.....	18
Тема 13. Методика обучения специально-подготовительным упражнениям	18
Раздел V. Организация учебно-тренировочного процесса по греко-римской борьбе.....	19
Тема 14. Структура, формы и содержание занятий по греко-римской борьбе.....	19
Тема 15. Цель, задачи и принципы спортивной тренировки в греко-римской борьбе.....	20
Тема 16. Средства и методы спортивной тренировки в греко-римской борьбе.....	21
Раздел VI. Организация работы по греко-римской борьбе в системе специализированных учебно-спортивных учреждений	21
Тема 17. Система спортивного отбора в греко-римской борьбе.....	21
Тема 18. Особенности формирования национальной и сборных команд Республики Беларусь по греко-римской борьбе.....	22
Тема 19. Весовой режим борца греко-римского стиля.....	22

Раздел VII. Материально-техническое обеспечение подготовки в греко-римской борьбе.....	23
Тема 20. Материально-техническое обеспечение процесса подготовки спортсменов по греко-римской борьбе.....	23
Тема 21. Требования к оборудованию мест спортивных соревнований по греко-римской борьбе.....	23
Раздел VIII. Антидопинговая политика в современном спорте.....	24
Тема 22. Процедура допинг-контроля. Нарушения антидопинговых правил и их последствия.....	24
ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ.....	25
Экзаменационные требования к государственному экзамену по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по греко-римской борьбе)» (список вопросов в порядке возрастания нумерации разделов и тем).....	25
Критерии оценки знаний и компетенций студентов по 10-балльной шкале на государственном экзамене по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по греко-римской борьбе)»	28

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа государственного экзамена по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по греко-римской борьбе)» разработана в соответствии с Правилами проведения аттестации студентов, курсантов, слушателей при освоении содержания образовательных программ высшего образования, утвержденными постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 13.10.2023 № 319, образовательным стандартом высшего образования первой ступени ОСВО 1-88 02 01-2021, учебными планами учреждения высшего образования по вышеуказанному направлению специальности, учебными программами учреждения высшего образования по следующим учебным дисциплинам: «Основы теории и методики избранного вида спорта» и «Система подготовки в избранном виде спорта» для направления специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по греко-римской борьбе)», документами, регламентирующими реализацию образовательной программы, интегрированной с образовательными программами среднего специального образования.

Государственный экзамен является одной из обязательных составляющих итоговой аттестации студентов при завершении освоения содержания образовательных программ высшего образования в соответствии с образовательным стандартом высшего образования.

Целью проведения государственного экзамена является определение теоретико-методической и профессиональной подготовленности студентов.

В процессе государственного экзамена решаются следующие задачи:

- оценка степени освоения студентом учебных дисциплин «Основы теории и методики избранного вида спорта» и «Система подготовки в избранном виде спорта», определяющей его профессиональные компетенции;
- оценка умения студента ориентироваться в решении профессиональных ситуационных задач в греко-римской борьбе;
- оценка знаний истории, теории и методики греко-римской борьбы;
- определение уровня профессиональной ориентации в специфике греко-римской борьбы;
- оценка подготовленности студента к практическому применению средств и методов обучения технико-тактическим действиям греко-римской борьбы;
- определение уровня профессиональных знаний особенностей соревновательной деятельности по греко-римской борьбе;
- оценка знаний и умений планировать учебно-тренировочный процесс;
- оценка умений пользоваться современными средствами оперативной диагностики функционального состояния спортсмена;
- оценка знаний медико-биологического и научно-методического обеспечения подготовки.

Студент должен:

знать:

- историю, современное состояние и тенденции развития греко-римской борьбы;
- общие основы теории греко-римской борьбы;
- средства и методы обучения технике и тактике греко-римской борьбы;
- этапы, задачи, средства, методы технической и тактической подготовки;
- методику развития физических качеств борцов;
- специфику психологической подготовки борцов;
- общие принципы и положения планирования тренировочного процесса;
- систему контроля и отбора, основы управления процессом многолетней подготовки борцов;
- обеспечение безопасности жизнедеятельности;
- структуру и функции международных и национальных, государственных и негосударственных органов управления;
- правила спортивных соревнований по греко-римской борьбе;
- профессиональные компетенции тренера по борьбе;
- цель, задачи и содержание системы подготовки спортсмена различной квалификации;
- периодизацию, структуру, планирование и контроль тренировочного процесса;
- планирование и анализ соревновательной деятельности по греко-римской борьбе;
- внутренировочные и внесоревновательные факторы в системе подготовки спортсменов;
- основы медико-биологического и научно-методического обеспечения подготовки борцов;
- материально-технические требования к организации процесса подготовки по греко-римской борьбе;
- условия финансового обеспечения подготовки спортсменов;

уметь:

- системно представлять предметную область профессиональной деятельности и перспективы ее развития;
- обучать технике и тактике греко-римской борьбы;
- выполнять технические приемы и тактические действия;
- анализировать технику греко-римской борьбы;
- применять средства и методы обучения упражнениям;
- использовать средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки при проведении учебно-тренировочных занятий;
- управлять системой подготовки спортсменов, планировать тренировочный и соревновательный процессы, контролировать и нормировать физические нагрузки;

- разрабатывать план-конспект учебно-тренировочного занятия;
- обеспечивать безопасность жизнедеятельности спортсменов, осуществлять профилактику травматизма и оказывать первую помощь;
- организовывать и судить спортивные соревнования;
- готовить судей по греко-римской борьбе;
- реализовывать профессиональные компетенции тренера в практической деятельности;
- дифференцировать и индивидуализировать физическую подготовку;
- регулировать психическое состояние спортсмена;
- планировать, осуществлять, контролировать и корректировать подготовку спортсменов различной квалификации;
- организовывать и проводить спортивный отбор;
- контролировать и анализировать соревновательную деятельность;
- использовать вынештренеровочные и внесоревновательные факторы в системе подготовки борцов;
- организовывать информационное, научно-методическое, учебно-тренировочное обеспечение процесса подготовки;
- выбирать и использовать эффективные средства восстановления после физической нагрузки и травм;
- контролировать и поддерживать учебную, трудовую и производственную дисциплину;
- разрабатывать, представлять и согласовывать подготовленные документы и материалы;
- принимать управленческие решения;
- воспитывать патриотизм, чувство долга и ответственность за результаты учебной деятельности;

владеТЬ:

- понятийным аппаратом в греко-римской борьбе;
- методами страховки и оказания помощи;
- методикой технической и тактической подготовки в спортивной борьбе;
- методиками направленного развития двигательных способностей;
- педагогическими методами психического регулирования состояния спортсмена;
- методикой спортивного отбора;
- методиками планирования учебно-тренировочного процесса;
- методикой и навыками судейства спортивных соревнований по греко-римской борьбе;
- методами контроля;
- методами сбора и анализа информации о соревновательной деятельности.

Программа государственного экзамена по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по греко-римской борьбе)» носит системный и комплексный характер, интегрируя содержание учебного материала по учебным дисциплинам

«Основы теории и методики избранного вида спорта» и «Система подготовки в избранном виде спорта» со смежными учебными дисциплинами.

Программа государственного экзамена включает в себя следующие разделы:

Раздел I. Общие основы теории греко-римской борьбы.

Раздел II. Организация и проведение спортивных соревнований по греко-римской борьбе.

Раздел III. Формы и средства подготовки борцов греко-римского стиля.

Раздел IV. Методика обучения в греко-римской борьбе.

Раздел V. Организация учебно-тренировочного процесса по греко-римской борьбе.

Раздел VI. Организация работы по греко-римской борьбе в системе специализированных учебно-спортивных учреждений.

Раздел VII. Материально-техническое обеспечение подготовки в греко-римской борьбе.

Раздел VIII. Антидопинговая политика в современном спорте.

Каждый экзаменационный билет состоит из трех теоретических вопросов, относящихся к различным разделам учебных дисциплин «Основы теории и методики избранного вида спорта» и «Система подготовки в избранном виде спорта». В процессе подготовки к сдаче государственного экзамена студенту следует ознакомиться с программой государственного экзамена, что поможет ему сориентироваться, к какой теме относится вопрос, и выстроить логическую структуру ответа.

В информационно-методическую часть программы государственного экзамена включены:

– экзаменационные требования к государственному экзамену (список вопросов в порядке возрастания нумерации разделов и тем);

– критерии оценки знаний и компетенций студентов по 10-балльной шкале на государственном экзамене.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

Раздел I. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЫ

Тема 1. Характеристика и история развития греко-римской борьбы

Роль физической культуры в общей культуре общества как одной из сфер социальной деятельности, направленной на укрепление здоровья, развитие физических способностей человека.

Борьба как естественное средство физической деятельности человека. Роль искусства борьбы в воспитании и подготовке защитников отечества.

Место греко-римской борьбы в системе физического воспитания молодежи в различных странах и континентах от средних веков до наших дней. Многогранность воздействия занятий греко-римской борьбой на физическое совершенствование человека. Воспитательная, оздоровительная и образовательная роль греко-римской борьбы в подготовке молодежи.

Зарождение борьбы в истории человечества. Борьба как древнейшее средство и искусство воспитания, оздоровления, физической и волевой подготовки. Возникновение и развитие борьбы как одного из древнейших и популярных народных развлечений. Борьба в древнем мире: Египет и Греция, Рим и страны Востока. Борьба в средневековые: Европа и Азия, Америка и Африка. Возникновение и история развития греко-римской борьбы. Классификация греко-римской борьбы. Отличительные особенности греко-римской борьбы. Греко-римская борьба в дореволюционной России. Развитие греко-римской борьбы в СССР.

Эволюция различных направлений национальных видов борьбы разных стран и народов в современные виды спортивной борьбы. Особенности национальной борьбы белорусов. История развития видов борьбы в Республике Беларусь. Достижения белорусских борцов греко-римского стиля на международных спортивных соревнованиях.

Формирование системы греко-римской борьбы. Становление и развитие греко-римской борьбы в республиках бывшего Советского Союза. Выход греко-римской борьбы на международную арену. Основные этапы в развитии греко-римской борьбы.

Сведения о развитии греко-римской борьбы в Республике Беларусь и в мире. Анализ важнейших спортивных соревнований в мире. Результаты выступлений спортсменов Республики Беларусь на официальных чемпионатах мира и Европы. Вопросы распространения идей развития греко-римской борьбы и расширение географии видов спортивной борьбы в мире. Задачи дальнейшего совершенствования теории и методики греко-римской борьбы. Организационные формы и методы совершенствования соревновательной деятельности. Эволюция правил спортивных соревнований и ее влияние на уровень технико-тактической подготовки спортсменов разных стран.

Определение тенденции развития греко-римской борьбы в Республике Беларусь и мире по статистическим данным:

- количество стран, развивающих греко-римскую борьбу;
- количество организаций, клубов, культивирующих греко-римскую борьбу;
- тренерские кадры и система подготовки;
- повышение спортивного мастерства спортсменов;
- анализ выступлений спортсменов разных стран на официальных спортивных соревнованиях.

Тема 2. Актуальные направления развития греко-римской борьбы

Формирование системы греко-римской борьбы. Основные этапы в развитии греко-римской борьбы.

Сведения о развитии греко-римской борьбы в Республике Беларусь и мире. Анализ важнейших спортивных соревнований в мире.

Характеристика деятельности международной федерации греко-римской борьбы.

Актуальные проблемы пропаганды и внедрения греко-римской борьбы в систему физической культуры и спорта. Привлечение новых членов в международную федерацию. Вопросы распространения идей развития греко-римской борьбы и расширение географии видов спортивной борьбы в мире. Задачи дальнейшего совершенствования теории и методики греко-римской борьбы. Организационные формы и методы совершенствования соревновательной деятельности в Республике Беларусь. Эволюция правил спортивных соревнований и ее влияние на уровень технико-тактической подготовки спортсменов разных стран.

Вопросы, обсуждавшиеся международными и республиканскими федерациями о дальнейшем развитии греко-римской борьбы в мире. Расширение географии греко-римской борьбы. Работа республиканских федераций и региональных федераций греко-римской борьбы. Основные направления работы республиканских, областных и городских федераций. Организация централизованной подготовки членов национальных команд Республике Беларусь, спортсменов разного возраста. Создание предпосылок качественной подготовки кандидатов в сборные команды на местах.

Определение тенденции развития греко-римской борьбы в Республике Беларусь и мире по статистическим данным:

- количество стран, развивающих греко-римскую борьбу;
- количество организаций, клубов культивирующих греко-римскую борьбу;
- тренерские кадры и система подготовки;
- повышение спортивного мастерства спортсменов.

Тема 3. Классификация, систематика и терминология греко-римской борьбы

Определение понятий: «классификация», «систематика», «терминология». Взаимосвязь этих понятий. Основные принципы классификации и систематики. Требования к построению системы. Естественная и искусственная классификация. Функциональные системы. Основные признаки и требования к системам. Обоснование различных классификаций. Классификация греко-римской борьбы. Общая классификация технических действий спортивных видов борьбы. Обоснование терминологии греко-римской борьбы.

Классы, подклассы, группы технических действий. Требования к терминам и их определениям (литературные, фактические, логические). Построение терминов. Определение основных терминов. Требования к построению определений и понятий. Требования к содержанию определений в соответствии с терминологией, имеющейся в учебной литературе.

Тема 4. Профессионально-педагогическая деятельность тренера по греко-римской борьбе

Тренер как педагог и воспитатель. Требования к уровню подготовки тренера. Функции тренера: обучение, воспитание, учет, контроль, планирование, организация, самосовершенствование. Наличие в профессиональной подготовленности тренера по греко-римской борьбе достаточного уровня знаний и умений в области социально-гуманитарных, естественнонаучных, общепрофессиональных и специальных дисциплин. Личностные качества тренера: идеально-патриотические и нравственные, общие и профессиональные.

Диапазон знаний и умений в профессиональной подготовленности к тренерской работе. Объем профессиональных компетенций, предусматривающий способности в организационно-управленческой деятельности, в проектно-аналитической работе, в научно-исследовательской деятельности, в физкультурно-оздоровительной работе.

Педагогические способности тренера: экспрессивная, дидактическая, перцептивная, академическая, коммуникативная, личностная, организаторская, наблюдательная, конструктивная, гностическая.

Деятельность тренера как многофакторный процесс в рамках определенной педагогической системы. Особенности структурных и функциональных компонентов в деятельности тренера по греко-римской борьбе. Функциональные компоненты, обусловливающие становление, развитие и совершенствование тренерского мастерства: коструктивный, организаторский, коммуникативный и двигательный компоненты.

Тема 5. Обеспечение безопасности подготовки борцов греко-римского стиля

Здоровье обучающихся греко-римской борьбе как важнейшая задача учебно-тренировочного процесса. Комплексный подход к обеспечению безопасности борцов.

Краткая характеристика специфических травм борца. Ушибы, ссадины, растяжения связок, вывихи, переломы. Меры предотвращения травм. Общие требования к личной гигиене борцов. Правила самоконтроля функциональных состояний и нездоровья. Подготовка мышечных групп и связочно-суставного аппарата к физической работе повышенной мощности и интенсивности.

Правила безопасного выполнения технических действий.

Приемы самостраховки и правила страховки партнера как обязательное условие обеспечения безопасности занятий. Поддержка партнера и способы преобразования поступательного движения во вращательное.

Предотвращение применения запрещенных приемов при проведении схваток.

Выполнение требований к содержанию и гигиене ковра.

Обеспечение безопасности при обучении и совершенствовании приемов, выполнении сложно-координационных упражнений.

Особенности техники падений. Стандартные положения и способы усложнения выполнения падений увеличением высоты и длины полета, скорости перемещения в пространстве.

Применение акробатических упражнений для повышения координационных способностей и прочности навыков самостраховки. Специально-подготовительные упражнения самостраховки. Методика обучения приемам самостраховки с усложнением условий выполнения падений на спину, на грудь, на правый или левый бок, с вращением через голову и без вращения, увеличением высоты полета и быстроты выполнения, через партнера или преграду.

Методические формы освоения способов падений. Варианты усложнения выполнения приемов самостраховки (индивидуально и с партнером). Развитие мышечных групп и связочно-суставного аппарата упражнениями с отягощениями и спарринг-партнером. Специальные упражнения на борцовском мосту для укрепления мышц шеи, для укрепления связок и повышения подвижности в суставах.

Требования к месту занятий: гигиена, условия организации занятий, численность групп, организационные формы выполнения заданий при обучении и совершенствовании техники и тактики борьбы. Личная гигиена борца: одежда, обувь, состояние кожи, ногтей. Меры по профилактике простудных заболеваний.

Раздел II. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ

Тема 6. Основы соревновательной деятельности в греко-римской борьбе

Классификация спортивных соревнований. Календарь официальных международных спортивных соревнований. Система спортивных соревнований по греко-римской борьбе в Республике Беларусь. Спортивные соревнования как основное звено и средство определения уровня мастерства спортсменов. Спортивные титулы и звания. Единая спортивная классификация Республики Беларусь (ЕСК РБ) и ее роль в развитии греко-римской борьбы, повышении мотивации спортсменов к достижению высоких спортивных результатов и получения спортивных разрядов и званий. Требования ЕСК РБ для присвоения спортивных разрядов и званий по греко-римской борьбе.

Оборудование мест спортивных соревнований (ковер, звуковой сигнал, гонг, весы, секундомер, сигнализация и демонстрационный щит). Требования к местам спортивных соревнований. Комендант спортивных соревнований и служебные обязанности.

Права и обязанности участников. Тренеры и представители команд.

Определение результатов первенства в личных и командных спортивных соревнованиях.

Участники спортивных соревнований. Возрастные группы участников. Допуск участников к спортивным соревнованиям. Экипировка участника.

Разделы и содержание международных правил спортивных соревнований по греко-римской борьбе.

Весовые категории. Взвешивание участников. Проведение жеребьевки, составление порядка пар при различных способах проведения спортивных соревнований (по системе прямого выбывания, с приведением к числу борцов, кратному, круговому, круговому с распределением на подгруппы).

Тема 7. Основы судейства в греко-римской борьбе

Состав судейской коллегии: главный судья, главный секретарь, руководитель ковра, арбитр, боковой судья, секундометрист, технический секретарь, информатор, комментатор, судья при участниках, врач. Содержание работы всех членов судейской коллегии. Терминология и жесты судей, судейство схватки в различных должностях, определение и представление победителя, судейская этика. Форма и содержание отчета главного судьи.

Правила судейства. Содержание борьбы, положения борцов. Применение и оценка разрешенных правилами атакующих и защитных действий. Начало и конец схватки. Ход и продолжительность поединка. Количество схваток. Результат и оценка схватки. Уклонение от борьбы. Борьба на границе ковра. Определение пассивности и активности борцов,

определение победителя. Терминология и жесты судей. Судейство схватки в различных должностях. Жестикуляция и действия арбитра. Определение и представление победителя.

Запрещенные приемы. Замечания и предупреждения. Снятие и дисквалификация.

Обязанности судей при проведении взвешивания, жеребьевки.

Обязанности секретаря. Составление порядка пар по различным способам проведения спортивных соревнований:

- круговому, круговому с распределением на подгруппы, смешанному (с распределением на подгруппы и выбыванием);

- с выбыванием и дополнительными схватками для борцов, проигравших финалистам.

Определение результатов первенства в личных и командных спортивных соревнованиях.

Раздел III. ФОРМЫ И СРЕДСТВА ПОДГОТОВКИ БОРЦОВ ГРЕКО-РИМСКОГО СТИЛЯ

Тема 8. Тактика греко-римской борьбы

Сущность тактики и основные направления применения тактических действий в соревновательной деятельности. Взаимосвязь техники и тактики борьбы. Технико-тактические действия. Закономерности применения тактических действий в греко-римской борьбе.

Разделы тактики спортивной борьбы: тактика подготовки и проведения технических действий; тактика ведения схватки; тактика участия в спортивных соревнованиях.

Содержание разделов тактики. Тактика подготовки и проведения технических действий. Основные тактические приемы: угроза, вызов, двойной обман, способы использования инерции движения, возникающие и создаваемые благоприятные условия для проведения бросков. Осуществление захватов и способов воздействий на движения соперника. Способы выведения из равновесия как технико-тактические приемы подготовки технических действий в стойке. Группы тактических действий, способствующие эффективному ведению схваток: маневрирование, маскировка, подавление, преследование.

Комбинационные действия и классификация комбинаций бросков. Комбинации технических действий как тактический прием, особенности выполнения и применения в схватках комбинаций разных классификационных групп. Преследование приемами в стойке и партере. Вариативность сложных технико-тактических действий преследования. Наработанные и спонтанные комбинации. Спонтанная комбинация приемов – ситуативная реализация технической базы спортсмена.

Манеры ведения схваток: атакующая, оборонительная, контратакующая.

Выявление сущности разделов тактики. Влияние изменений в правилах спортивных соревнований на индивидуальный тактический рисунок ведения поединка.

Овладение тактикой выполнения отдельных приемов и защит. Тактика ведения схватки ведущих борцов страны. Моделирование как вид тактической подготовки борца.

Тактика участия в спортивных соревнованиях (разведка, оценка ситуации, разновидности тактических решений). Составление тактического плана участия в спортивных соревнованиях. Сбор сведений о технической, тактической, физической, психологической подготовке соперника. Технико-тактические схемы ведения схваток с разными соперниками. Распределение сил в схватках и на спортивных соревнованиях. Восстановление между схватками и после спортивных соревнований.

Тема 9. Основы развития физических качеств борцов греко-римского стиля

Цель физической подготовки в греко-римской борьбе. Задачи и средства общей физической подготовки. Общая физическая подготовка как форма круглогодичной физической нагрузки борца. Физические качества борца. Определение понятий: «сила», «быстрота», «выносливость», «гибкость», «ловкость».

Характеристика физического качества «сила». Виды силовых способностей. Способы определения силы. Факторы, влияющие на развитие силы. Абсолютная и относительная сила. Режимы мышечной работы. Особенности динамического и статического режимов. Методы развития силы. Специальная и общая сила борца. Внешние и внутренние силы. Основы взаимосвязи внутренних и внешних сил.

Характеристика и способы измерения быстроты (общие и специальные). Факторы, влияющие на развитие быстроты. Методы развития быстроты. Понятие о быстроте реакции. Латентное время восприятия. Оперативное мышление борца и способы его развития.

Характеристика и способы измерения выносливости (общей и специальной). Выносливость при статической и динамической работе. Способы увеличения функциональных способностей систем (дыхательной, сердечно-сосудистой, нервной, мышечной и др.). Виды и механизмы утомления (физического, умственного, сенсорного, эмоционального и др.).

Характеристика и способы измерения ловкости. Факторы, влияющие на развитие ловкости (общей и специальной).

Характеристика и способы измерения гибкости. Общая и специальная гибкость. Факторы, влияющие на развитие гибкости. Активная и пассивная гибкость. Методика развития гибкости.

Особенности развития физических качеств у подростков, юношей, взрослых мужчин.

Задачи и особенности специальной физической подготовки в греко-римской борьбе. Требования к уровню развития специальной работоспособности борцов. Развитие физических качеств, применительно к специфике техники и тактики вида борьбы. Средства специальной физической подготовки. Дозирование используемых средств в процессе повышения уровня специальной физической подготовленности борцов греко-римского стиля.

Формы контроля динамики развития физических качеств и уровня общей и специальной подготовленности борцов.

Тема 10. Основы психологической подготовки в греко-римской борьбе

Определение понятий: «психика», «психология», «психические качества». Психологические особенности спортивной деятельности. Взаимосвязь безусловных и условных рефлексов, чувств и уровней сознания. Определение понятий: воля и волевые качества, мораль, моральные качества. Механизм волевых проявлений.

Способы, средства и методы развития волевых качеств. Характеристика понятий: «выдержка», «настойчивость», «решительность», «смелость», «инициативность», «терпеливость».

Средства и методы воспитания моральных качеств борца: трудолюбия, принципиальности, коллективизма, гуманизма, интернационализма, дисциплинированности, ответственности, скромности, честности. Влияние положительных и отрицательных эмоций на процесс формирования морально-волевых качеств борца и черт характера.

Задачи, средства и методы психологической подготовки борца. Методы совершенствования моральных качеств, характера и привычек борца. Нормы поведения борца на спортивных соревнованиях, в тренировке, в быту (на улице), в транспорте, в местах отдыха и проживания, на сборах и т. д. Способы регулирования психических состояний на спортивных соревнованиях, тренировке и в быту. Мобилизационная готовность, апатия, предстартовая лихорадка и др.

Психологическая направленность содержания разминки перед схваткой в зависимости от типа нервной системы и состояния борца. Планирование моральной и психологической подготовки в тренировке. Средства и методы контроля моральной и психологической подготовки борца.

Общие психологические закономерности влияния соревновательной обстановки на психические состояния спортсмена. Развитие психических функций и волевых качеств в процессе повышения уровня технико-тактической подготовленности и приобретения соревновательного опыта.

Пути управления психическими процессами, овладение методами психического саморегулирования. Методика применения идеомоторной тренировки. Формирование психической готовности к максимальным нагрузкам и стрессовым ситуациям в соревновательной деятельности.

Овладение приемами аутогенной тренировки и саморегуляция психических состояний. Изучение и обобщение факторов, влияющих на оптимальную реализацию жизненных потенциалов. Методы контроля уровня психической напряженности в тренировках с различной физической нагрузкой. Приемы снятия или снижения психического утомления после напряженных тренировочных занятий.

Раздел IV. МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ

Тема 11. Анализ техники и методика обучения приемам греко-римской борьбы по группам классификации

Определение понятий: «техника», «прием», «защита», «техническое действие», «технико-тактическое действие». Технический арсенал борца и закономерности его формирования. Биомеханический анализ техники (приемов и защит). Площадь опоры и опорные поверхности, их изменение в процессе борьбы в стойке и лежа. Центр тяжести борца и общий центр тяжести пары, изменение его положения в различных ситуациях борьбы. Проекция общего центра тяжести на площадь опоры и изменение ее положения при выполнении приемов и защит. Угол устойчивости и изменение его величины в различных положениях при выполнении приемов и защит. Момент устойчивости и момент опрокидывания, коэффициент устойчивости, их изменение в процессе борьбы. Внешние и внутренние силы, их действие при выполнении приемов и защит.

Определение ошибок при выполнении технических действий путем упрощенного биомеханического анализа движений борца в процессе разучивания на тренировке и применения в спортивных соревнованиях.

Характеристика базовых приемов всех классификационных групп техники в греко-римской борьбе.

Определение понятий: «бросок», «сваливание», «перевод», «прием», «защита», «контрприем», «техника», «стойка» (правосторонняя, левосторонняя, фронтальная, высокая, низкая, прямая, согнутая, прогнутая); «дистанция» (дальняя, ближняя, вплотную); «партер», «мост», «положение лежа», «наклон», «поворот», «подворот», «прогиб», «вращение», «сбивание», «скручивание», «нырок», «переворот», «высад», «забегание», «переход», «накат», «ключ», «захват» (разноименный, одноименный, обратный, изнутри, снаружи, сверху, снизу).

Особенности классификации технических действий в греко-римской борьбе: броски прогибом, через спину, наклоном, подворотом.

Биомеханическое обоснование структуры бросков в греко-римской борьбе: «броски подворотом», «броски прогибом», «наклоном», «защиты и контрприемы», техника борьбы в партере, «перевороты», «скручивание», «перевороты накатом».

Особенности техники в стойке и партнере, защиты и контприемы. Особенности выполнения приемов. Тактические способы подготовки бросков. Комплекс действий для создания облегченных условий выполнения приема. Техника борьбы и защиты в партнере. Особенности выполнения переворотов с разными захватами, при положении соперника грудью к ковру (высокий и низкий партнер).

Тема 12. Организация и содержание разминки борца греко-римского стиля

Цель и задачи применения разминки в учебно-тренировочных занятиях по греко-римской борьбе. Структурные части разминки: разогревающая, разминающе-растягивающая, специально-подводящая. Подбор упражнений, способствующих тонизирующему воздействию на все суставные сочленения и мышечные группы, повышению деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Организационные формы проведения разминки: фронтальная, смешанная, в движении, в парах, индивидуальная. Структура и содержание разминки с учетом применяемой организационной формы.

Подбор, последовательность и дозировка упражнений по количеству повторений и интенсивности выполнения. Специализированные игры-единоборства, содержание и методика их применения в разминке борца. Формы комбинированных эстафет с бегом, бросками спарринг-партнера или тренировочного манекена. Разновидность приемов самостраховки.

Имитационные упражнения и формы заданий.

Тема 13. Методика обучения специально-подготовительным упражнениям

Школа специальных движений и действий: маневрирование (захваты, передвижения, повороты, подвороты, перемещения и вращения с партнером).

Освоение специальных упражнений борца. Способы перемещений по ковру. Взаиморасположения относительно соперника. Дистанции. Способы сближения или удаления от соперника. Требования к упражнениям в перемещениях по ковру для взаиморасположения с соперником. Упражнения, имитирующие движения в завершающей фазе бросков. Упражнения, имитирующие маховые подбивающие действия ногами.

Классификация и характеристика захватов. Основные закономерности их применения при выполнении технических действий нападения или защиты. Особенности передачи усилий через выполненный захват. Расположение кисти и участие пальцев в обеспечении направленности и динамики усилий. Элементы бросков. Способы выполнения отдельных элементов приемов. Модификация элементов технических действий в специально-подготовительные упражнения.

Организационные формы применения специально-подготовительных и подводящих упражнений при обучении техническим приемам. Специально-подготовительные упражнения имитационного характера для приемов разных классификационных групп.

Специально-подготовительные и подводящие упражнения с партнером. Упражнения с отягощениями и использованием тренажеров. Имитационные действия. Вариативность выполнения имитационных действий. Методика использования имитационных действий при освоении и совершенствовании приемов.

Варианты всевозможных падений (на спину, на бок, на грудь, с частичным и полным вращением) и способы страховки партнера.

Способы выведений из равновесия (рывком, толчком, скручиванием) и их применение.

Специальные подвижные игры-единоборства: в касания, в теснения, в нарушение равновесия, в лишение опоры, игры-дебюты с определенными заданиями нападающему спарринг-партнеру.

Раздел V. ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ПО ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ

Тема 14. Структура, формы и содержание занятий по греко-римской борьбе

Структура занятий. Зависимость формы и организации занятий, их содержание от педагогических задач, уровня подготовленности занимающихся. Обоснование выбора задач, средств и методов при проведении занятий по греко-римской борьбе.

Урочные формы занятий их особенности и признаки (постоянный состав, твердое расписание, коллективная и индивидуальная работа с занимающимися, фиксированная продолжительность).

Разновидности урочных форм организации занятий. Теоретические и практические занятия, их задачи и содержание.

Практические занятия: учебные, учебно-тренировочные, тренировочные, контрольные, методические. Отличительные особенности учебных, учебно-тренировочных и тренировочных занятий.

Формы и последовательность заданий в основной части занятия. Методика дозирования физической нагрузки по объему и интенсивности выполняемых заданий. Нагрузка и отдых, как компоненты заданий.

Соревновательные (основные) упражнения. Вспомогательные упражнения (строевые, подготовительные, рекреационные) и методы их применения. Методы применения основных упражнений для совершенствования координационных и кондиционных способностей борца.

Понятие о тренировочной нагрузке (физической и психической). Объем и интенсивность нагрузки. Особенности объективности

и субъективности оценки тренировочной нагрузки. Дозирование нагрузки. Конспект занятия, его форма и содержание.

Специфика структуры и содержания учебных, учебно-тренировочных, тренировочных, контрольных, методических занятий. Учебная практика. Задачи и содержание заданий по освоению технических приемов в стойке и партере. Методические приемы обучения, закрепления умений и совершенствования в схватках. Способы, средства и формы сопряженного воздействия на уровень технико-тактической подготовленности и функционального развития. Сопряженные методы обучения и тренировки, повышения уровня специальной физической подготовленности.

Схватки как основное средство совершенствования технико-тактического мастерства борцов. Разновидности форм и содержания схваток по решаемым задачам.

Использование схваток разной формы и содержания. Учебные схватки по заданию, учебно-тренировочные схватки с односторонним сопротивлением, схватки со сменой партнеров, интервальные схватки, тренировочные схватки и схватки соревновательного характера.

Обоснование целесообразности применения схваток, их продолжительности, содержания, интенсивности, количества в учебно-тренировочном занятии, тренировочном дне. Определение суммарной физической нагрузки с применением схваток разной формы и интенсивности. Технико-тактические схемы ведения схваток. Блоки атакующих действий и планируемое количество в заданной схватке.

Тема 15. Цель, задачи и принципы спортивной тренировки в греко-римской борьбе

Основная цель спортивной тренировки: формирование высокосовершенного навыка борьбы и достижение спортивных результатов.

Задачи спортивной тренировки: освоение и совершенствование структуры выполнения двигательных действий (техники и тактики), воспитание специальных физических качеств (кондиционно-координационных способностей) и морально-волевых качеств борца.

Вспомогательные задачи спортивной тренировки: сохранение и укрепление здоровья, гармоничное физическое развитие, воспитание нравственных качеств, развитие навыков организационной, инструкторской и судейской деятельности. Воспитание спортсменов в процессе спортивной тренировки с учетом потребностей, чувств, привычек, нравственных убеждений и мировоззрения. Формирование личности спортсмена.

Принципы спортивной тренировки: системного чередования нагрузок и отдыха, постепенного наращивания тренирующих воздействий, адаптивного сбалансирования динамики нагрузок, циклического построения системы занятий, возрастной адекватности направлений многолетнего процесса обучения и тренировки.

Тема 16. Средства и методы спортивной тренировки в греко-римской борьбе

Средства спортивной тренировки: упражнения (основные и вспомогательные).

Формы и содержание заданий в греко-римской борьбе. Обеспечение комплексного решения задач подготовки борцов. Сопряженные методы обучения и тренировки, повышения уровня физического развития. Формы и последовательность заданий в основной части занятия. Методика дозирования физической нагрузки по объему и интенсивности выполняемых заданий.

Обоснование выбора задач, средств и методов подготовки в греко-римской борьбе. Специфические средства и методы подготовки.

Соревновательные (основные) упражнения. Вспомогательные упражнения (строевые, подготовительные, рекреационные) и методы их применения.

Варьирование дозировкой заданий по продолжительности и содержанию. Применение заданий по обучению технике нападения в стойке и партере. Использование заданий по тактической подготовке, освоению защитных и контратакующих действий.

Применение заданий технико-тактического совершенствования с использованием схваток разной формы и содержания.

Учебные схватки по заданию, учебно-тренировочные схватки с односторонним сопротивлением, схватки со сменой партнеров, интервальные схватки, тренировочные схватки и схватки соревновательного характера.

Раздел VI. ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ПО ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ В СИСТЕМЕ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ УЧЕБНО-СПОРТИВНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ

Тема 17. Система спортивного отбора в греко-римской борьбе

Система спортивного отбора в группах начальной подготовки как составная часть общей системы подготовки борцов греко-римского стиля.

Принципы отбора. Основные пути отбора. Оценка морфофункциональных особенностей борцов греко-римского стиля. Понятие об одаренности и способностях.

Ранжирование предпочтительных показателей физических способностей при отборе детей в группы начальной подготовки детско-юношеских спортивных школ (ДЮСШ).

Критерии отбора по состоянию здоровья, возрастным отличиям. Методика измерения уровня развития физических качеств, мало поддающихся изменениям в процессе многолетней подготовки.

Средства и методы отбора (общие, инструментальные, специальные).

Уточнение понятий системы отбора (отбор, одаренность, способности, прогноз, естественность отбора, административные и педагогические меры и др.).

Учет морфофункциональных особенностей детей при определении пригодности к занятиям греко-римской борьбой.

Тема 18. Особенности формирования национальной и сборных команд Республики Беларусь по греко-римской борьбе

Система отбора в сборные команды городов, областей, Республики Беларусь, меры обеспечения объективного и эффективного отбора. Особенности отбора, формирования, подготовки сборных команд.

Зависимость содержания планов подготовки от уровня спортивной подготовленности членов сборных команд.

Компромиссные варианты решений в затруднительных ситуациях комплектования составов команд. Возможности административно-педагогических оценок перспективности спортсменов и ответственности за принятие решения по отбору кандидатур. Особенности организации подготовки сборных команд.

Система отбора как составная часть общей системы формирования составов сборных команд.

Принципы отбора (естественность, равные возможности, объективность оценки). Этапы отбора (поэтапная информация о динамике функциональных изменений и спортивных результатов).

Критерии отбора (динамика спортивных результатов, работоспособность в соревновательной деятельности, психологическая устойчивость в стрессовых ситуациях, высокая мотивация достижений в спортивной деятельности).

Тема 19. Весовой режим борца греко-римского стиля

Весовые категории в греко-римской борьбе. Закономерности роста и развития организма. Возрастная динамика мышечной массы и структурных преобразований в развивающемся организме. Обоснование особенностей возрастных изменений весовых показателей борцов. Функциональные и физические показатели борцов разных весовых категорий.

Тренировочные энерготраты и средние показатели снижения веса борца за тренировочное занятие. Восполнение энергетики организма. Пищевой и питьевой режим борца. Основы витаминизации. Роль средств и форм массажа в восстановительных процессах.

Способы снижения веса при подготовке к спортивным соревнованиям. Продленный и ускоренный способы снижения веса.

Правила использования бани для экстренной сгонки веса. Весовой режим, методы сгонки веса. Режим питания и режим дня перед контрольным взвешиванием.

Раздел VII. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ

Тема 20. Материально-техническое обеспечение процесса подготовки спортсменов по греко-римской борьбе

Методика использования размеров и конструктивных особенностей залов для занятий греко-римской борьбой. Учет качества освещения, звукоизоляции, вентиляции и отопления в тренировочном процессе. Правила пользования вспомогательными сооружениями (раздевалки, душевые, массажные, бани и др.). Требования к местам занятий. Меры предотвращения травм при пользовании оборудованием зала. Способы укладки ковров и крепления покрытого ковра. Требования правил спортивных соревнований к форме борца.

Методика использования медицинского и технического оборудования для комплексного контроля эффективности тренировок и восстановления. Оборудование для комплексного педагогического и медико-биологического контроля.

Приобретение практических навыков использования фото- и видеоматериалов в научной, методической, учебной и спортивной работе по греко-римской борьбе. Составление планирующей документации с применением компьютерных программ. Компьютерная обработка данных соревновательной деятельности. Применение видеофильмов для информационного ознакомления с особенностями технико-тактических действий в греко-римской борьбе.

Тема 21. Требования к оборудованию мест спортивных соревнований по греко-римской борьбе

Требования к спортивным сооружениям для проведения официальных международных спортивных соревнований, предъявляемые Международной федерацией борьбы (United World Wrestling).

Инвентарь и оборудование мест проведения спортивных соревнований по греко-римской борьбе. Основные размеры места проведения, особенности освещения, звуковое сопровождение и радиовещание, отопление, вентиляция, электронные и информационные табло. Оформление зала флагами расцвечивания. Размещение флагов стран-участниц. Наличие и условия трансляции гимнов участвующих стран.

Борцовские ковры (размеры, распределение и укладка матов, крепление покрытого ковра), помост (при возможности оборудования),

столы и стулья для главной судейской коллегии, руководителей ковров и судей. Требования к подготовке мест спортивных соревнований по греко-римской борьбе.

Вспомогательные помещения: комната для пресс-центра, раздевалки для участников и судей, душевые, гардероб, буфет и др.

Раздел VIII. АНТИДОПИНГОВАЯ ПОЛИТИКА В СОВРЕМЕННОМ СПОРТЕ

Тема 22. Процедура допинг-контроля. Нарушения антидопинговых правил и их последствия

Процедура допинг-контроля для крови и мочи. Выборы спортсменов, создание зарегистрированных пулов тестирования и местонахождения. Роль и ответственность антидопинговой лаборатории от получения образца до доставки результата. Права и обязанности спортсменов. Принцип «строгой ответственности». Роль и обязанности обслуживающего персонала. Осуществление управления результатами. Биологический паспорт спортсмена.

Понятие и виды нарушений антидопинговых правил. Виды нарушений антидопинговых правил. Тренинг «Личная ответственность спортсмена и персонала».

Ответственность за применение допинга в законодательстве Республики Беларусь и международной практике. Криминализация допинга, последствия, сотрудничество между Всемирным антидопинговым агентством (ВАДА) и органами уголовного преследования.

Особенности международно-правовой и национальной систем противодействия допингу в спорте.

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Экзаменационные требования

к государственному экзамену

по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая
деятельность (тренерская работа по греко-римской борьбе)»
(список вопросов в порядке возрастания нумерации разделов и тем)

№ раздела	№ темы	Формулировка вопроса
I	1	История развития греко-римской борьбы
I	1	Развитие греко-римской борьбы в Республике Беларусь
I	2	Актуальные направления развития греко-римской борьбы
I	3	Единая классификация приемов техники спортивных видов борьбы
I	3	Классификация технических действий (приемов) в греко-римской борьбе
I	4	Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера по греко-римской борьбе
I	5	Краткая характеристика повреждений (травм) у борцов греко-римского стиля
I	5	Причины и факторы травматизма в греко-римской борьбе
I	5	Профилактика спортивного травматизма в греко-римской борьбе
II	6	Организация спортивных соревнований по греко-римской борьбе. Положение, программа, регламент спортивных соревнований
II	6	Способы проведения спортивных соревнований по греко-римской борьбе
II	6	Классификация спортивных соревнований по греко-римской борьбе
II	7	Состав судейской коллегии при проведении спортивных соревнований по греко-римской борьбе
II	7	Функциональные обязанности главного судьи в греко-римской борьбе
II	7	Функциональные обязанности руководителя ковра в греко-римской борьбе
II	7	Функциональные обязанности арбитра в греко-римской борьбе
II	7	Функциональные обязанности бокового судьи в греко-римской борьбе
II	7	Функциональные обязанности главного секретаря, судьи-секундометриста и судьи при участниках в греко-римской борьбе
III	8	Тактические приемы подготовки и проведения технических действий в греко-римской борьбе

№ раздела	№ темы	Формулировка вопроса
III	8	Тактика ведения схватки в греко-римской борьбе
III	8	Тактика подготовки и участия в спортивных соревнованиях по греко-римской борьбе
III	9	Гибкость и методика ее направленного развития в греко-римской борьбе
III	9	Сила и методика ее направленного развития в греко-римской борьбе
III	9	Быстрота и методика ее направленного развития в греко-римской борьбе
III	9	Выносливость и методика ее направленного развития в греко-римской борьбе
III	9	Ловкость и методика ее направленного развития в греко-римской борьбе
III	10	Характеристика предстартовых состояний спортсмена и методика их регулирования
IV	11	Анализ техники и методика обучения переводу рывком с захватом шеи с плечом сверху
IV	11	Анализ техники и методика обучения переводу рывком за руку
IV	11	Анализ техники и методика обучения переводу нырком
IV	11	Анализ техники и методика обучения переводу вращением (вертушкой)
IV	11	Анализ техники и методика обучения броску подворотом захватом руки и шеи
IV	11	Анализ техники и методика обучения броску подворотом захватом руки
IV	11	Анализ техники и методика обучения броску наклоном захватом туловища
IV	11	Анализ техники и методика обучения броску поворотом через плечи (мельница) захватом руки двумя руками
IV	11	Анализ техники и методика обучения броску прогибом захватом туловища с рукой
IV	11	Анализ техники и методика обучения броску прогибом захватом руки и туловища
IV	11	Анализ техники и методика обучения сваливанию сбиванием захватом руки и туловища
IV	11	Анализ техники и методика обучения сваливанию скручиванием захватом шеи с плечом
IV	11	Анализ техники и методика обучения перевороту забеганием
IV	11	Анализ техники и методика обучения перевороту переходом
IV	11	Анализ техники и методика обучения перевороту перекатом обратным захватом туловища

№ раздела	№ темы	Формулировка вопроса
IV	11	Анализ техники и методика обучения перевороту накатом захватом туловища
IV	11	Анализ техники и методика обучения броску накатом захватом туловища
IV	11	Анализ техники и методика обучения броску прогибом обратным захватом туловища
IV	11	Анализ техники и методика обучения броску захватом туловища сзади
IV	11	Анализ техники и методика обучения уходам с «моста»
IV	12	Цель и задачи применения разминки в учебно-тренировочных занятиях по греко-римской борьбе
IV	12	Организационные формы проведения разминки
IV	13	Применение специально-подготовительных и подводящих упражнений в подготовке борцов греко-римского стиля
V	14	Структура, виды и содержание тренировочных занятий по греко-римской борьбе
V	14	Виды и содержание схваток в греко-римской борьбе
V	15	Принципы спортивной тренировки
V	16	Средства и методы спортивной тренировки
VI	17	Система спортивного отбора в греко-римской борьбе
VI	18	Критерии формирования сборных команд в греко-римской борьбе
VI	19	Весовой режим борца в греко-римской борьбе
VII	20	Материально-техническое обеспечение процесса подготовки по греко-римской борьбе
VII	21	Требования к оборудованию мест спортивных соревнований по греко-римской борьбе
VIII	22	Процедура допинг-контроля. Нарушения антидопинговых правил и их последствия

**КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ И КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ
ПО 10-БАЛЛЬНОЙ ШКАЛЕ НА ГОСУДАРСТВЕННОМ ЭКЗАМЕНЕ**
по направлению специальности
**1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность
(тренерская работа по греко-римской борьбе)»**

Баллы	Показатели оценки
10 (десять)	<ul style="list-style-type: none"> – систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы государственного экзамена, а также по вопросам, выходящим за ее пределы; – точное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы; – выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в профессиональной деятельности; – умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях в области избранного вида спорта (греко-римская борьба), в проблемных вопросах профессиональной деятельности, использовать научные знания других учебных дисциплин; – высший уровень информационной и коммуникативной культуры студента
9 (девять)	<ul style="list-style-type: none"> – систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы государственного экзамена; – точное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы; – способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации профессиональной деятельности; – умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях в области избранного вида спорта (греко-римская борьба), а также в проблемных вопросах профессиональной деятельности; – очень высокий уровень информационной и коммуникативной культуры студента
8 (восемь)	<ul style="list-style-type: none"> – систематизированные, глубокие и полные знания по поставленным вопросам в объеме программы государственного экзамена; – умелое использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы; – способность самостоятельно решать сложные проблемы в профессиональной деятельности; – умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях в области избранного вида спорта (греко-римская борьба), а также в основных вопросах профессиональной деятельности; – высокий уровень информационной и коммуникативной культуры студента
7 (семь)	<ul style="list-style-type: none"> – систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы государственного экзамена; – уверенное использование научной терминологии, лингвистически и логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы; – умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях в области избранного вида спорта (греко-римская борьба), а также в основных вопросах профессиональной деятельности;

Баллы	Показатели оценки
	<ul style="list-style-type: none"> – способность самостоятельно решать проблемные задачи в профессиональной деятельности; – хороший уровень информационной и коммуникативной культуры студента
6 (шесть)	<ul style="list-style-type: none"> – достаточно полные и систематизированные знания в объеме программы государственного экзамена; – использование необходимой научной терминологии, стилистически грамотное и логически правильное и логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы; – способность самостоятельно применять типовые решения в профессиональной деятельности; – умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях в области избранного вида спорта (греко-римская борьба), а также в основных вопросах профессиональной деятельности; – высокий уровень информационной и коммуникативной культуры студента
5 (пять)	<ul style="list-style-type: none"> – достаточные знания в объеме программы государственного экзамена; – использование научной терминологии, стилистически грамотное и логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы; – умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях в области избранного вида спорта (греко-римская борьба), а также в основных вопросах профессиональной деятельности; – достаточный уровень информационной и коммуникативной культуры студента
4 (четыре)	<ul style="list-style-type: none"> – достаточные знания в рамках программы государственного экзамена; использование научной терминологии, стилистически грамотное и логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок; – умение решать стандартные задачи в профессиональной деятельности; – недостаточно полное умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях в области избранного вида спорта (греко-римская борьба), профессиональной деятельности; – допустимый уровень информационной и коммуникативной культуры студента
3 (три)	<ul style="list-style-type: none"> – недостаточно полные знания в рамках программы государственного экзамена; – использование научной терминологии, изложение ответа на вопросы с существенными логическими ошибками; – неумение решать стандартные задачи в профессиональной деятельности; – неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях в области избранного вида спорта (греко-римская борьба), профессиональной деятельности; – низкий уровень информационной и коммуникативной культуры студента
2 (два)	<ul style="list-style-type: none"> – фрагментарные знания в рамках программы государственного экзамена; – неумение решать стандартные задачи в профессиональной деятельности; – неумение использовать научную терминологию как в области избранного вида спорта (греко-римская борьба), так и в виде профессиональной деятельности; – низкий уровень информационной и коммуникативной культуры студента
1 (один)	<ul style="list-style-type: none"> – отсутствие знаний и компетенций в рамках программы государственного экзамена или отказ от ответа

Учебное издание

ПРОГРАММА ГОСУДАРСТВЕННОГО ЭКЗАМЕНА

по направлению специальности
1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность
(тренерская работа по греко-римской борьбе)»

Составители:
Просецкий Александр Сергеевич,
Лихач Андрей Иванович

Корректор *B. A. Гошко*
Компьютерная верстка *B. A. Гошко*

Подписано в печать 15.04.2025. Формат 60×84/16. Бумага офсетная.
Цифровая печать. Усл. печ. л. 1,86. Уч.-изд. л. 1,49. Тираж 15 экз. Заказ 38.

Издатель и полиграфическое исполнение:
учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры».
Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,
распространителя печатных изданий
№ 1/153 от 24.01.2014.
Пр. Победителей, 105, 220020, Минск.