

А

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта,
молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»

Демченко Н.С.

**СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ
(КИОКУСИНКАЙ)**

Методические указания, задания и учебный материал для самостоятельной
работы студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 –
«Физическая культура», профилю – «Спортивная подготовка в избранном виде
спорта»

МОСКВА 2016 г.

А

Утверждены и рекомендованы
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
РГУФКСМиТ
Протокол № 10 от «30» июня 2016 г.

УДК: 796.853.264(07)

Д 30

Составитель:

Демченко Н.С. – старший преподаватель кафедры Теории и методики единоборств РГУФКСМиТ

Рецензент: Громов В.А., к.п.н.

В методической разработке представлены указания, задания и учебный материал по основным разделам дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (киокусинкай)» предназначенные для организации и контроля самостоятельной работы студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» и составлены в соответствии с требованиями ФГОС ВО третьего поколения с учётом рекомендаций ОПОП по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта».

Содержание

Введение.....	4
1. Планирование и обеспечение самостоятельной работы студентов...	7
2. Состав, содержание и задания для самостоятельной работы студентов.....	8
2.1. 1 курс.....	8
2.2. 2 курс.....	12
2.3. 3 курс.....	16
2.4. 4 курс.....	20
3. Этапы и порядок самостоятельной работы.....	24
4. Рекомендации для выполнения практических домашних заданий...	26
5. Контроль самостоятельной работы студентов.....	31
6. Перечень ключевых слов.....	31
7. Список рекомендуемой литературы.....	32
8. Вопросы для подготовки к экзамену (зачету).....	34