

Министерство спорта Российской Федерации

РЕКОМЕНДОВАНО
Председатель Федерального
учебно-методического объединения
в системе высшего образования
по укрупненной группе специальностей
и направлений подготовки
49.00.00 Физическая культура и спорт

С.П. Евсеев
«08» апреля 2026 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
**МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ ПО
НАЦИОНАЛЬНОМУ ВИДУ СПОРТА «ХАПСАГАЙ»**

Санкт-Петербург, 2026

Содержание

1. Общая характеристика дополнительной профессиональной программы повышения квалификации.....	4
1.1. Нормативная правовая база разработки дополнительной профессиональной программы повышения квалификации.....	4
1.2. Цель и задачи дополнительной профессиональной программы повышения квалификации.....	5
1.3. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения программы.....	7
1.4. Планируемые результаты обучения.....	8
1.5. Нормативная трудоемкость обучения.....	11
1.6. Документ, выдаваемый после завершения обучения.....	11
1.7. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации.....	11
2. Содержание дополнительной профессиональной программы повышения квалификации.....	13
2.1. Календарный учебный график.....	13
2.2. Учебный план.....	14
2.3. Рабочие программы учебных разделов.....	16
3. Результаты освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации.....	19
4. Оценка качества освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации.....	21
5. Кадровое обеспечение образовательного процесса.....	26
6. Разработчики дополнительной профессиональной программы повышения квалификации.....	26

1. Общая характеристика дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

Цель освоения вида профессиональной деятельности: формирование профессиональных навыков и умений, необходимых будущим тренерам и педагогам по физической культуре для успешного решения основных задач физического воспитания в различных образовательных учреждениях и спортивных организациях.

Основные задачи курса – содействовать формированию у студентов целостного представления о профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту на примере национальной борьбы «Хапсагай».

Краткое содержание дисциплины: исторический аспект развития национальной борьбы хапсагай, методика, технико-тактическая подготовка, особенности тренировочного процесса и соревновательной деятельности, развитие общей и специальной физической подготовленности занимающихся по якутской национальной борьбой хапсагай.

Изучение данной дисциплины предполагает:

- изучение теоретических основ борьбы «Хапсагай»;
- освоение техники выполнения базовых элементов;
- изучение методики обучения и тренировки;
- ознакомление с правилами соревнований;
- совершенствование физических качеств средствами борьбы «Хапсагай»;
- содействие формированию профессионально значимых качеств личности будущих специалистов в сфере физической культуры.

Практический раздел дисциплины направлен на формирование педагогических умений и навыков, необходимых в будущей профессиональной деятельности студентов. Изучение дисциплины способствует овладению основами техники и методики обучения борьбы «Хапсагай», формирует навыки организации и проведения соревнований, использования физических упражнений с целью совершенствования физических качеств. Формирование компетенций по проведению спортивной тренировки, совершенствование общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности.

Форма обучения – очная, с использованием дистанционных образовательных технологий, которая сочетает контактную работу обучающихся с преподавателем (в том числе с применением дистанционных образовательных технологий), включает в себя занятия лекционного типа, и (или) занятия семинарского типа, и (или) групповые консультации, и (или) индивидуальную работу обучающихся с преподавателем.

1.1 Нормативная правовая база разработки дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

Нормативную правовую базу разработки дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Методические аспекты подготовки спортсменов по национальному виду спорта «Хапсагай» составляют:

– Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ;

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 года №499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 15 ноября 2013 года №1244 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 года №499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

Содержание программы учитывает требования профессиональных стандартов:

– Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура(уровень бакалавриат), утвержденного, приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 г. № 940;

– Профессиональный стандарт "Тренер", утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 28 марта 2019 г. № 191н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 25 апреля 2019 г., регистрационный № 54519);

– «Спортивный судья», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 23 октября 2015 г. № 769н;

– Устав образовательной организации.

1.2. Цель и задачи дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

Цель программы: совершенствование профессиональных компетенций специалистов сферы физической культуры и спорта, характеризующихся:

– способностью реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся; необходимых для выполнения следующих видов деятельности в рамках имеющейся квалификации:

Обобщенные трудовые функции		Трудовая функция	
код	наименование	наименование	код

D	Проведение тренировочных мероприятий и осуществление руководства состязательной деятельностью спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства	Осуществление отбора обучающихся в группы и секции этапа совершенствования спортивного мастерства (по виду спорта, спортивной дисциплине)	D/01.6
H	Руководство организацией и судейством спортивного соревнования	Руководство обеспечением выполнения правил по виду спорта при подготовке спортивных соревнований	H/01.6
		Руководство обеспечением выполнения правил по виду спорта во время проведения спортивных соревнований	H/02.6
		Оперативное управление проведением спортивного соревнования	H/03.6
		Руководство подготовкой отчетности об итогах спортивного соревнования H/04.6	Руководство подготовкой отчетности об итогах спортивного соревнования H/04.6

Цель ДПП ПК: совершенствование профессиональных компетенций, обучающихся в области организации деятельности образовательных учреждений, спортивных организациях и судейской практики физкультурных и спортивных мероприятий, в рамках которых предусмотрено формирование профессиональных навыков и умений, необходимых будущим тренерам и педагогам по физической культуре для успешного решения основных задач физического воспитания в различных образовательных учреждениях и спортивных организациях.

Задачи ДПП ПК:

Обучающийся должен решать следующие профессиональные задачи:

- формировать разностороннюю общую и специальную физическую, технико-тактическую, психологическую и теоретическую подготовленность занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки по национальным видам спорта.
- проведение спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации и обеспечение безопасности в спортивном сооружении и на его территории;
- обеспечение безопасности и профилактика травматизма занимающихся в образовательных и физкультурно-спортивной организации;
- организация в учреждении работы по подготовке и проведению соревнований по национальной борьбе хапсагай;
- организация физкультурно-спортивной работы в школьном и студенческом спортивном клубе.

1.3 Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые

для освоения программы

Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения программы: лица, желающие освоить дополнительную профессиональную программу, должны иметь среднее профессиональное или высшее образование по направлению подготовки «Физическая культура». Наличие указанного образования должно подтверждаться документом государственного или установленного образца.

1.4 Планируемые результаты обучения

Имеющаяся квалификация (требования к слушателям): высшее образование в области						
Виды деятельности	Трудовая функция (код)	Трудовые действия	Компетенции	Знания	Умения	Имеет опыт (владения)
Осуществление тренировочного процесса, руководство состязательной деятельностью спортсменов на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)	C/02.5	Формирование Разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической подготовленности, соответствующей специфике вида спорта (C/02.5)	ОПК-4: Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	- знает историю развития и современное состояние вида спорта «Хапсагай», его место и значение в физической культуре, науке и образовании; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) по виду спорта «Хапсагай»	- использует методы, средства и методические приемы при проведении занятий по виду спорта «Хапсагай» в зависимости от поставленных задач; - объясняет технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу по виду спорта «Хапсагай»	- владеет опытом выполнения и демонстрации основных двигательных действий в виде спорта «Хапсагай»; - владеет техникой вида спорта «Хапсагай» на уровне выполнения контрольных нормативов
Проведение тренировочных мероприятий и осуществление руководства состязательной деятельностью спортсменов на	D/02.5 D/04.6	Совершенствование специальных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма спортсменов	ПК-1: Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной	- знает основные принципы, средства и методы спортивной тренировки, основные виды подготовки в спорте; - основы методики спортивной подготовки (физической, технической,	- умеет применять современные способы и формы перспективного, текущего и оперативного планирования в виде спорта	- владеет опытом разработки плана и программы проведения массового просмотра и тестирования

<p>этапе совершенствования спортивного мастерства</p>		<p>(D/02.5) Планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства (D/04.6)</p>	<p>деятельности на этапах спортивной подготовки</p>	<p>тактической, психологической, интегральной) в виде спорта «Хапсагай»</p>	<p>«Хапсагай»</p>	<p>детей с целью ориентирования их на занятия по виду спорта «Хапсагай»; - планирования тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки в виде спорта «Хапсагай»</p>
<p>Руководство организацией и судейством спортивного соревнования</p>	<p>Н/01.6</p>	<p>Руководство обеспечением выполнения правил по виду спорта при подготовке спортивных соревнований</p>	<p>ОПК-13: Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта</p>	<p>- знает методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий; - правила соревнований по виду спорта «Хапсагай», нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения</p>	<p>- умеет планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - организовывать и проводить судейство детских спортивных соревнований по виду спорта «Хапсагай»</p>	<p>- владеет опытом подготовки положения о соревновании; - определения графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников</p>

В результате освоения программы слушатель должен:

Знать:

- историю возникновения и современное состояние вида спорта «Хапсагай»;
- основы теории и методики обучения базовым технологиям национальной борьбы «Хапсагай»;
- причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений и средства для их устранения;
- принципы устройства сооружений, тренажеров и снарядов для занятий по виду спорта «Хапсагай»;
- приемы общения с коллективом и каждым индивидуумом в условиях тренировочного и соревновательного процесса;
- основы техники безопасности при занятиях национальной борьбой «Хапсагай»;
- условия возникновения травматизма и пути их профилактики;
- организацию и особенности проведения занятий с людьми различного пола и возраста;

Уметь:

- формировать цели и задачи по обучению вида спорта «Хапсагай» с учетом возраста, пола и подготовленностью занимающихся;
- планировать индивидуальные и групповые уроки по начальному обучению вида спорта «Хапсагай» среди занимающихся, различного пола и возраста;
- организовывать и проводить соревнования и физкультурно-массовые мероприятия по виду спорта «Хапсагай»;
- оценивать эффективность используемых средств и методов формирования и совершенствования двигательной активности при занятиях по виду спорта «Хапсагай»;
- использовать технические средства и инвентарь для повышения эффективности занятий по виду спорта «Хапсагай»;
- применять комплекс средств и методов формирования у занимающихся представлений и потребности здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля над состоянием своего организма;

- подбирать адекватные средства и методы для начального обучения технике вида спорта «Хапсагай»;

Иметь практический опыт деятельности:

- способами демонстрации техники соревновательных и специальноподготовительных упражнений в виде спорта «Хапсагай»;

- профессиональной терминологии;

- методикой обучения вида спорта «Хапсагай»;

- способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок;

- навыками оформления учебно-тренировочной документации;

- навыками судейства соревнований по виду спорта «Хапсагай»;

- основными методами, способами и средствами получения, хранения, переработки информации;

1.5 Нормативная трудоемкость обучения

Трудоемкость обучения по ДПП ПК – 152 часа, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы слушателя. Общий срок обучения – 4 недели.

1.6 Документ, выдаваемый после завершения обучения

Удостоверение о повышении квалификации установленного образца

1.7 Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

Реализация программы предполагает наличие:

– учебной аудитории для проведения лекционных, семинарских и практических занятий; Оборудование и техническое оснащение учебной аудитории:

– компьютеризированное рабочее место для преподавателя;

– рабочие места для слушателей;

– мультимедийный проектор, экран;

– доступ слушателей к учебно-методической, нормативно-правовой и научной литературе: учебникам, книгам, журналам;

– демонстрационные комплекты учебно-наглядных пособий (таблицы, рисунки, схемы, слайды);

– технические средства обучения: компьютеры, оснащенные программными пакетами Excel for Windows-2010, Word for Windows-2010, PowerPoint- 2010 с доступом к библиотечным и сетевым источникам информации; программное обеспечение общего и профессионального назначения. Физкультурно-оздоровительный комплекс для проведения семинарских занятий, включающий в себя

оборудованные спортивные и тренажерные залы, бассейн и другие помещения, необходимые для занятий.

Ресурсы удаленного доступа (INTERNET):

1. Министерство спорта Российской Федерации [Электронный ресурс]. – 2020. – Режим доступа : [http:// minsport.gov.ru](http://minsport.gov.ru)
2. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]. – 2020. – Режим доступа: <http://minobrnauki.gov.ru>
Министерство просвещения Российской Федерации [Электронный ресурс]. – 2020. – режим доступа: <http://edu.gov.ru>

2. Содержание дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
2.1 Календарный учебный график

Неделя обучения	1	2	3	4	Итого часов
Форма обучения					
Дистанционное обучение (лекционные и практические занятия) (через платформы ZOOM, Skype, Moodle)	34 ч	12 ч	12 ч	14 ч	72
Лекции (в режиме on-line) (через платформы ZOOM, Skype, Moodle)		14 ч			14
Практические занятия (очные)			18 ч		18
Консультации по СРС, (в режиме on-line) (через платформы ZOOM, Skype, Moodle)	4 ч	10 ч	12 ч	10 ч	36
Итоговая аттестация (в режиме on-line) (через платформы ZOOM, Skype, Moodle)				6 ч Подготовка ИАР	6
				4 ч Защита ИАР	4
Итого в неделю	38	36	42	34	150

Учебные занятия проводятся согласно расписанию, утвержденному проректором по учебно-воспитательной работе ЧГИФКиС.

2.2 Учебный план

Министерство спорта Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Чурапчинский государственный университет физической культуры»
Факультет дополнительного профессионального образования

УТВЕРЖДАЮ:

Ректор ФГБОУ ВО «ЧГИФКиС»,

«___» _____ 20__ г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
Методические аспекты подготовки спортсменов по национальному виду спорта «Хапсагай»

№ п/п	Наименование учебных дисциплин (разделов, модулей), тем	Трудоемкость всего в часах	Трудоемкость по видам работ в часах:						Форма контроля	
			аудиторные учебные занятия:			Электронное обучение с применением ДОТ		самостоятельная работа		
			всего	лекции	практические	всего	лекции			практические
Базовый раздел										
1	Национальные виды спортивной борьбы	62				32	12	20	30	Зачет
1.1	Изучение многочисленных народных видов борьбы, существующих в мире	30				16	6	10	14	
1.2	История развития якутской национальной борьбы хапсагай	32				16	6	10	16	
Вариативные модули										
2	Модуль 1. Борьба хапсагай как учебная дисциплина	80	20	12	8	23	10	13	37	Зачет
2.1	Техника борьбы хапсагай	39	10	6	4	10	5	4	19	
2.2	Характер и способы проведения соревнований	41	10	6	4	13	5	9	18	
	Подготовка к ИАР	6								
	Итоговая аттестация	4	4							Защита ИАР
	ИТОГО	152	73	41	32				67	

СОГЛАСОВАНО:

Проректор по учебно-воспитательной работе _____

Е.В. Коркин, к.п.н.

Декан ФДПО
Заведующий кафедрой СПиНВС _____

М.А. Манасытова, к.п.н.
В.Н. Алексеев _____

2.3 Рабочие программы учебных разделов

Дисциплинарное содержание программы может быть представлено укрупнено через дидактическое содержание дисциплин или детально путем разработки учебных программ (учебно-тематических планов) по дисциплинам, стажировкам, практикам и т.д. При реализации электронного обучения и (или) дистанционных образовательных технологий наличие учебных программ по дисциплинам обязательно.

Структура и содержание учебных программ определяется их разработчиками самостоятельно, с учетом необходимости достижения целей и результатов обучения.

Раздел 1 Национальные виды спортивной борьбы (количество часов 70 ч.)

Тема 1.1 Изучение многочисленных народных видов борьбы, существующих в мире(количество часов 32 ч.)

Вопросы, раскрывающие содержание темы (изложить основные вопросы в заданной последовательности):

1. *В чем принципиальные различия правил национальных видов борьбы?*
2. *Какие виды спортивной борьбы вы знаете?*
3. *Какие основные движения борьбы хапсагай вы знаете?*
4. *Каковы перспективы развития научных исследований в области якутской национальной борьбы?*

Тема 1.2 История развития якутской национальной борьбы хапсагай(количество часов 38 ч.).

Вопросы, раскрывающие содержание темы (изложить основные вопросы в заданной последовательности):

1. *В каком году якутская национальная борьба «хапсагай» была признана Всемирной федерацией объединенных стилей борьбы ФИЛА (FILA) ныне UWW?*
2. *В какой литературе впервые описывается состязания по борьбе хапсагай?*

Раздел 2 Борьба хапсагай как учебная дисциплина (количество часов 80 ч.)

Тема 2.1 Техника национальной борьбы хапсагай(количество часов 39 ч.)

Вопросы, раскрывающие содержание темы (изложить основные вопросы в заданной последовательности):

1. *Дайте определение термина «техника»?*
2. *Какие проблемы решить тренеру для формирования техники?*
3. *Приведите примеры атакующих действий?*
4. *В чем различия и сходство техники и тактики?*
5. *Приведите пример взаимосвязи техники с тактикой?*
6. *Какие основные виды тактики вы знаете?*

Тема 2.2 Характер и способы проведения соревнований(количество часов 41 ч.)

Вопросы, раскрывающие содержание темы (изложить основные вопросы в заданной последовательности):

1. *Правила борьбы хапсагай предназначены для чего?*
2. *В чем различие хапсагай от других видов борьбы: вольной, греко-римской?*
3. *Разрядные нормативы?: Занять в течение скольких лет надо дважды занять 1 место в весовой категории в республиканских турнирах категории «А»;*
4. *Занять в течение скольких лет один раз 1 место и дважды стать призером в весовой категории в республиканских турнирах категории «А».*

Перечень практических занятий раздела

Номер темы	Наименование практического занятия	Трудоемкость в часах
Тема 1.1	47 народных видов борьбы	4
Тема 1.2	История развития хапсагай	6
Тема 2.1	Техника, тактика борьбы хапсагай	10
Тема 2.2	Подготовка и проведение соревнований	10

Если в разделе учебным планом не предусмотрено проведение практических занятий:

Содержание самостоятельной работы слушателей по разделу

Номер темы	Наименование самостоятельной работы слушателей	Трудоемкость в часах
Тема 1.1	47 народных видов борьбы	19
Тема 1.2	История развития хапсагай	19
Тема 2.1	Техника, тактика борьбы хапсагай	19
Тема 2.2	Подготовка и проведение соревнований Ознакомиться с: Правилами вида спорта; Порядком допуска спортивных судей; «О Порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при 14 26 подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься ФК и спортом. Подготовить план-мероприятий по организации судейства и организации соревнований по хапсагай.	18

Формы и методы контроля знаний слушателей по разделу

Список рекомендуемой литературы и других информационных ресурсов по разделу

Основная литература:

1. Опыт подготовки борцов высокого класса [Текст]: рукописные материалы заслуженного тренера СССР Д.П.Коркина / [Под ред.: Кривошапкина П.И.]. — Якутск: 2008. — 216 с.

2. Национальная борьба хапсагай : Учебно-методическое пособие / В.Г. Торговкин, В.В. Уйгуров., В.Е. Стручков – Якутск : Издательский дом СВФУ, 2012 – 92 с. ISBN 978-5-7513-1986-1
3. Хапсагай: история, методика, способы проведения соревнований : Учебное пособие – Якутск: Издательский дом СВФУ, 2019. – 148 с.
Информрегистр, НТЦ №госрегистрации 0321902721
Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=39181614>

Дополнительная литература:

1. Туманян, Г.С. Школа мастерства борцов, дзюдоистов и самбистов [Текст]: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Г.С. Туманян. – М. : Академия , 2006. - 591 с. : ил.
2. Правила соревнований по борьбе хапсагай. / А.Е. Мостахов, Г.С. Попов, Н.З. Чукров, В.В. Уйгуров, В.Е. Стручков. – Якутск: РЦНВС им. Василия Манчаары, 2012. – 36 с.

Другие информационные ресурсы:

1. **Интернет-ссылки организаций, пропагандирующих хапсагай**
<https://minsport.sakha.gov.ru/podvedomstvennye-uchrezhdenija/Podvedomstvennie-uchrezdenia/gbu-rs-ja-respublikanskij-tsentr-natsionalnyh-vidov-sporta-im-v-manchaary>

3 Результаты освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

№ п/п	Наименование учебных разделов, тем	Освоенные/ усовершенствованные компетенции	Должен знать	Должен уметь	Должен иметь практический опыт деятельности
1	Национальные виды спортивной борьбы	ПК-1: Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки	- знает основные принципы, средства и методы спортивной тренировки, основные виды подготовки в спорте; - основы методики спортивной подготовки (физической, технической, тактической, психологической, интегральной) в виде спорта «Хапсагай»	- умеет применять современные способы и формы перспективного, текущего и оперативного планирования в виде спорта «Хапсагай»	- владеет опытом разработки плана и программы проведения массового просмотра и тестирования детей с целью ориентирования их на занятия по виду спорта «Хапсагай»; - планирования тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки в виде спорта «Хапсагай»
1.1	Изучение многочисленных народных видов борьбы, существующих в мире				
1.2	История развития якутской национальной борьбы хапсагай				
2	Борьба хапсагай как учебная дисциплина	ОПК-4: Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта ОПК-13: Способен осуществлять	- знает историю развития и современное состояние вида спорта «Хапсагай», его место и значение в физической культуре, науке и образовании; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) по виду	- использует методы, средства и методические приемы при проведении занятий по виду спорта «Хапсагай» в зависимости от поставленных задач; - объясняет технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу по виду спорта «Хапсагай» - умеет планировать	- владеет опытом выполнения и демонстрации основных двигательных действий в виде спорта «Хапсагай»; - владеет техникой вида спорта «Хапсагай» на уровне выполнения
2.1	Техника борьбы хапсагай				
2.2	Характер и способы проведения соревнований				

		<p>организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта</p>	<p>спорта «Хапсагай» - знает методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий; - правила соревнований по виду спорта «Хапсагай», нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения</p>	<p>проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - организовывать и проводить судейство детских спортивных соревнований по виду спорта «Хапсагай»</p>	<p>контрольных нормативов - владеет опытом подготовки положения о соревновании; - определения графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников</p>
--	--	---	---	--	--

4 Оценка качества освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

4.1 Формы текущего контроля

Текущий контроль проводится преподавателями, осуществляющими учебный процесс по программе, на практических занятиях и в дистанционном формате в форме:

– экспертной оценки слушателя в процессе проведения судейства по дисциплинам или упражнениям видов испытаний мероприятий по национальной борьбе хапсагай (при проведении); умения самостоятельно осуществлять обзор правил национальной борьбы хапсагай; работы с литературными источниками; изучения методики судейства национальной борьбы хапсагай и т.п.;

– проверки и оценки выполненных практических заданий, предусмотренных программой повышения квалификации – «Положение о проведении мероприятия по национальной борьбе хапсагай», на основании одной из программ тестирования (зимний или летний вариант), позволяющей определить уровень развития физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков с учетом действующих нормативных правовых актов, и «План проведения инструктажа секретарских групп по видам испытаний мероприятий по национальной борьбе хапсагай», секретарских групп главного секретариата, судейских бригад по видам испытаний мероприятий по национальной борьбе хапсагай». – проверка теоретических знаний посредством проведения устного опроса и письменного тестирования на семинарских и практических занятиях.

Практическая работа включает в себя выполнение слушателем комплексного задания, проверяющего группу связанных профессиональных компетенций. Задание для проверки овладения профессиональными компетенциями представляет собой фрагмент профессиональной деятельности. Задание может выполняться в реальной или моделируемой производственной среде.

Проверка теоретических знаний позволяет оценить уровень знаний, освоенный в результате обучения по программе.

Методы проведения текущей аттестации: групповая и индивидуальная работа со слушателями программы, анализ ошибок и повторная сдача письменных тестов и текущих практических работ.

4.2 Формы промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация проводится для оценки качества освоения модулей по итогам итогового тестирования в форме зачета. До начала тестирования слушатель должен знать цель тестирования, количество заданий и время выполнения теста.

Перечень вопросов, выносимых на итоговую аттестацию

или

Примерная тематика рефератов

1. Роль национальной борьбы «хапсагай» в физическом воспитании молодежи;
2. Национальные виды спортивной борьбы. Биомеханика борьбы;
3. Техника борьбы хапсагай;
4. Тактическая подготовка борца;
5. Методика развития физических качеств борца;

6. Психологическая подготовка борца;
7. Характер и способы проведения соревнований.

Тестовые задания

1. В каком году в г. Астана подписано договор между Всемирной федерацией объединенных стилей борьбы (FILA ныне UWW) и Ассоциацией национальных видов спорта и игр народов Якутии «Сахаада-спорт»?

- а) 2009 г.
- б) 2010 г.
- в) 2011 г.
- г) 2012 г.

2. В какой литературе впервые описывается состязания по борьбе хапсагай?

- а) Г.В. Ксенофонта «Эллэйада»
- б) героическом эпосе олонхо
- в) Д.П. Коркина
- г) Г. Ф. Миллера

3. В чем принципиальные различия правил национальных видов борьбы?

- а) условия борьбы согласно правил (место, одежда, разрешенные захваты, приемы)
- б) обучение юношей;
- в) танец орла;
- г) Борец, победивший в двух схватках подряд, проходит в следующий круг.

4. Какие виды спортивной, национальной борьбы схожие с борьбой хапсагай вы знаете?

- а) Узбекская – «Кураш-бухарская»;
- б) Турецкая – «Гуреш»;
- в) Греко-римская борьба;
- г) Таджикская – «Бухарская гуштингири».

5. Какие основные атакующие движения борьбы хапсагай вы знаете?

- а) Продергивание за руку с ложной атакой в ноги;
- б) Защита от прохода в ноги;
- в) Прием «тургэн» с захватом ноги снаружи;
- г) тактическое использование приемов техники борьбы.

6. Дайте определение термина «техника»?

- а) приемы, защиты, контрприемы, способы подготовки нападения
- б) - это совокупность приемов и способов, необходимых для достижения победы.
- в) классификация хапсагай, распределяющая ее элементы в определенном порядке и дающая им наименования - термины
- г) процесс формирования навыков выполнения технических действий борьбы в различных условиях тренировочной и соревновательной деятельности борцов.

7. Кто первый чемпион игр Манчаары 1968 года по борьбе хапсагай?
- Василий Румянцев;
 - Трофим Алексеев;
 - Роман Петухов;
 - Сергей Ли-Фу.
8. При равной схватке через сколько секунд после начала схватки, арбитр на ковре должен определить пассивного борца и по согласованию с руководителем ковра дать балл.
- 40 сек.
 - 30 сек.
 - 20 сек.
 - 15 сек.
9. Назовите неправильное тактическое поведение борца в схватке в зависимости от действий, характеризующих, виды тактики.
- условную.
 - наступательную.
 - контратакующую.
 - оборонительную.
10. По Правилам борьбы хапсагай борьба проводится.....
- ...в стойке и в партере без подножек и захватов ниже пояса.
 - Борьба в стойке с подножками и захватами ниже пояса.
 - Борьба в стойке и в партере с подножками и захватами ниже пояса
 - Борьба в стойке и в партере с подножками, захватами ниже пояса, болевыми и удушающими приемами.
11. Назовите требования выполнения норматива мастера спорта Республики Саха (Якутия) по борьбе хапсагай?
- Завоевать звание абсолютного чемпиона республики, на Спартакиаде по национальным видам спорта «Игры Манчаары», при участии не менее 16 спортсменов, в т.ч. 5 мастеров спорта РС (Я).
 - в течение скольких лет надо дважды занять в республиканских турнирах категории «А», утвержденным государственным органом (Министерством) по физической культуре и спорту Республики Саха (Якутия)
 - Занять в течение скольких лет один раз 1 место и дважды стать призером в весовой категории в республиканских турнирах категории «А».
 - Занять в течение скольких лет дважды стать призером в весовой категории в республиканских турнирах категории «А».
12. В какие обуви разрешены современными правилами хапсагай?
- Борцовка.
 - Без обуви.
 - Кеды.
 - Кроссовки.

Какие проблемы решить тренеру для формирования техники?

Ключ к тестовым заданиям:

№ вопроса	Правильные ответы
1.	б) 2010 г.
2.	г) Г. Ф. Миллера(описание Ысыаха, проведённого 31 мая 1737 года в 14 верстах от Якутска)
3.	а)
4.	г) (Борьба в стойке с подножками и захватами ниже пояса - 1. Английская свободная - «Кетч гольд» 2. Бурятская - «Бухэ барилдаан» 3. Таджикская – «Бухарская гуштингири» 4. Тувинская – «Хуреш» 5. Туркменская вольная – «Хивинская» 6. Швейцарская новая – «Сюис либр» 7. Швейцарская старая – «Швейцер швиген» 32. Якутская – «Хапсагай» 8. Японская – «Сумо» 9. Монгольская – «Барильда» 10. Калмыцкая – «Бэки барилдан» 11. Русская - «За вороток»)
5.	в)
6.	б)
7.	б)
8.	а)
9.	а)
10.	б)
11.	а), б), в)
12.	а), б)

Перечень вопросов для подготовки:

- 1.Содержание и структура урока (тренировки) по национальной борьбе хапсагай?
- 2.Расскажите о первых соревнованиях и правилах по национальным видам спорта (по борьбе хапсагай) (1926-1954гг.)?
- 3.Техника безопасности, профилактика травм при занятиях борьбой хапсагай.
- 4.Технология реализации педагогической системы предмета «Хапсагай».
- 5.В чем состоит специфика физического воспитания по борьбе хапсагай и общие черты, объединяющие его с другими видами спорта?
- 6.В каком году якутская национальная борьба «хапсагай» была признана Всемирной федерацией объединенных стилей борьбы ФИЛА (FILA) ныне UWW? Расскажите о где и с какой организацией? Раскройте.
- 7.Назовите параметры объема и интенсивности физических нагрузок, учитываемые при их применении, укажите типы интервалов отдыха, вводимые в процессе воспроизведения упражнений.
- 8.В какой литературе впервые описывается состязания по борьбе хапсагай?
- 9.Можете ли вы охарактеризовать и сравнить национальные виды спорта России и стран ближнего зарубежья?

10. Каковы причины возникновения национальных игр и физических упражнений народов Севера?
11. Как организуется учебный процесс по борьбе хапсагай в школе?
12. Рекомендуются ли сгонка веса спортсмену хапсагаисту и сколько килограмм?
13. Методика проведения учебно-тренировочных занятий по избранным национальным видам спорта.
14. Из каких разделов состоит теоретический курс учебной дисциплины «Борьба хапсагай»?
15. Охарактеризуйте группу специальных упражнений.
16. Назовите части (фазы) обучения технике по борьбе хапсагай?
17. Раскройте сходство организации соревнований среди школьников и взрослых?
18. Назовите обязанности тренера по борьбе хапсагай?
19. В чем состоят основные обязанности учителя физической культуры ?
20. Какие требования предъявляются спортсменам при разучивании технических действий?
21. Какой школьный возраст называют переходным?
22. Охарактеризуйте современное состояние борьбы хапсагай в сравнении с другими национальными видами спорта в Республики (Саха) Якутия и перспективы развития за пределами Республики.
23. Какой возраст благоприятен для усиленной силовой подготовки?
24. В чем заключается личная гигиена борца?
25. Психологическая подготовка по борьбе хапсагай и в целом в спорте.
26. За сколько минут (часов) рекомендуется принимать пищу до тренировки?
27. Какие травмы может получить борец при неправильном падении на ковер?
28. При каких обстоятельствах не допускаются спортсмены к занятиям?
29. Сколько видов борьбы классифицированы специалистами Федерации спортивной борьбы России?
30. Дайте определение термина «техника»?
31. Какие проблемы решить тренеру для формирования техники?
32. Назовите некоторые способы поддержки партнера?
33. Дайте характеристику и классификацию национальных видов борьбы?
34. Техника и методика обучения избранным национальным видам спорта.
35. Приведите примеры атакующих действий (приемов)?
36. Охарактеризуйте метод обучения технике по частям (фазам)?
37. Перечислите пункты системы проведения соревнований по хапсагай по действующим Правилам.
39. Наиболее нужные физические качества для борца?
40. Назовите наиболее подходящих народных игр и упражнений по борьбе хапсагай.
41. Кому принадлежит первое изучение взаимосвязи хапсагай с вольной борьбой в республике?

4.3. Форма итоговой аттестации

Итоговая аттестация проводится в форме защиты проектов. Проект представляет собой презентацию и доклад, объемом 5 минут.

Содержание работы включает краткий отчет слушателя о применении

полученных в ходе обучения знаний в профессиональной деятельности. Слайды могут содержать подтверждающие деятельность фото- и видеоматериалы, разработанную документацию и т.д.

Защита итоговых аттестационных работ в on-line режиме. Оценивается представленный материал в виде презентации, доклад, ответы на вопросы. Окончательная оценка выставляется членами итоговой аттестационной комиссии коллегиально по шкале:

- неудовлетворительно;
- удовлетворительно;
- хорошо;
- отлично.

5 Кадровое обеспечение образовательного процесса

№ п/п	Наименование раздела	Фамилия, имя, отчество преподавателя	Ученая степень, ученое звание	Основное место работы, должность
1	Руководство организацией и судейством спортивного соревнования Руководство соревновательной деятельностью	ТОРГОВКИН Владимир Гаврильевич	Кандидат педагогических наук, доцент	Кафедра ТМФК

6 Разработчики дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

Ученая степень, звание ФИО составителя программы
ТОРГОВКИН Владимир Гаврильевич, к.п.н., доцент

_____ (подпись)

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации рассмотрена и одобрена на заседании кафедры *СПиНВС* протокол № _____ от « _____ » _____ 20__ г.

Заведующий кафедрой *название кафедры*
Ученая степень, ученое звание. ФИО

(подпись)

Согласовано:

Начальник УМУ, И.О. Фамилия

Директор МРЦПК и ППК, И.О. Фамилия

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Методические аспекты подготовки спортсменов по национальному виду спорта «Хапсагай» рассмотрена на заседании учебно-методического совета ФГБОУ ВО «ЧГИФКиС» и рекомендована к реализации в МРЦПК и ППК ФГБОУ ВО «ЧГИФКиС» решением от «_____» _____ 20__ г. протокол № _____

Председатель методического совета,

Ученая степень, ученое звание. ФИО
