**Продолжительность:**72 часа

**Дата начала:** в течение учебного года по мере набора группы

**Стоимость:**4 700 рублей

**Преподаватели:**ведущие преподаватели профильных кафедр СибГУФК

**Цель курса:** обеспечить необходимый уровень теоретических и методических знаний о современном состоянии и путях развития спорта высших достижений, методологических аспектах подготовки спортсменов.

**Категория слушателей:**лица, имеющие средне профессиональное и/или высшее образование

**Форма обучения:**очная, очно-заочная

**Режим занятий:**7-8 дней по 4-8 часов

**Требования к результатам обучения:**

В результате освоения программы слушатель должен

**Знать:**

- Историю, теорию и методику избранного вида спорта;

- Теоретические знания основ техники и тактики бокса;

- Навыки индивидуализации подготовки спортсменов;

- Организационно-методические основы на всех этапах подготовки боксёров различного возраста и квалификации и систему подготовки резерва в избранном виде спорта.

**Уметь:**

- Выполнять обязанности секретаря соревнований и судей на ринге и боковых;

- Разрабатывать учебно-методическое обеспечение тренировочных программ спортсменов различного уровня подготовок, в том числе на этапе спортивного совершенствования;

- Осуществлять коррекцию тренировочного процесса в соответствии с индивидуальными особенностями контингента занимающихся;

- Анализировать технико-тактическую подготовленность борцов в условиях соревновательной деятельности.

**Владеть:**

- Навыками организации и проведения соревнований;

- Основными средствами развития физических качеств: силы, быстроты, выносливости;

- Методикой контроля и оценки физической подготовленности и физического развития занимающихся; методикой проведения тестирующих тренировок.

**Учебно-тематический план программы:**

В программу обучения включены следующие модули и темы:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование модулей, тем | Всего час. | В том числе |
| лекции | практ. | самост. |
| 1 | Актуальные вопросы оценки бокса | 14 | 2 | 2 | 10 |
| 2 | Развитие физических качеств | 14 | 2 | 2 | 10 |
| 3 | Цели, задачи и содержание спортивной тренировки, основные средства и методика их применения. | 14 | 2 | 2 | 10 |
| 4 | Методика совершенствования технико-тактических действий с учетом факторов двигательной ассиметрии | 14 | 2 | 2 | 10 |
| 5 | Организация и судейство соревнований | 16 | 2 | 4 | 10 |
| 5.1 | Составление документации для проведения соревнований  | 5 | - | 4 | 1 |

Освоение программы завершается итоговой аттестацией (зачет).