

Федеральное государственное бюджетное учреждение
профессиональная образовательная организация
«БРЯНСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧИЛИЩЕ (КОЛЛЕДЖ)
ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА»



УТВЕРЖДАЮ
Директор _____ А.А.Солонкин

« 30 » августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

**Избранный вид спорта с методикой тренировки и
руководства соревновательной деятельностью
спортсменов. Борьба**

()

СПЕЦИАЛЬНОСТЬ
49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Брянск 2023

СОДЕРЖАНИЕ

1. Общая характеристика рабочей программы учебной дисциплины.....4
2. Структура и содержание учебной дисциплины.....5
3. Условия реализации рабочей программы учебной дисциплины.....15
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины.....18

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .14 «ИЗБРАННЫЙ ВИД СПОРТА С МЕТОДИКОЙ ТРЕНИРОВКИ И РУКОВОДСТВА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ СПОРТСМЕНОВ. БОРЬБА»

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы СПО:

Учебная дисциплина ОПЦ 14 «Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов(борьба)» является обязательной частью общепрофессионального цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальностям СПО - 49.02.01 «физическая культура». Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК: ОК 01., ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08, ПК 3.1- 3.5 ,ПК 1.1; ПК1.3.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ВД 3(2): ПК 3.1- 3.5 ВД 1: ПК 1.1; ПК1.3.	<p>выполнять профессионально значимые двигательные действия по избранному виду спорта (борьба);</p> <p>использовать терминологию по избранному виду спорта (борьба);</p> <p>применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений в избранном виде спорта (борьба);</p> <p>использовать оборудование и инвентарь для занятий по избранному виду спорта (борьба) в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;</p> <p>проводить занятия по по избранному виду спорта (борьба).</p>	<p>технику профессионально значимых двигательных действий по избранному виду спорта (борьба);</p> <p>терминологию по избранному виду спорта (борьба);</p> <p>технику безопасности на занятиях по по избранному виду спорта (борьба), приемы, способы страховки и само страховки (борьба);</p> <p>методику обучения профессионально значимым двигательным действиям по избранному виду спорта (борьба);</p> <p>методику проведения занятий по по избранному виду спорта (борьба);</p> <p>основы организации и проведения соревнований и судейства по по избранному виду спорта (борьба).</p>

С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и соответствующими профессиональными компетенциями, обучающийся в ходе освоения профессионального модуля должен:

иметь практический опыт тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта (борьба):

	2 курс	3 курс	4 курс
Тренировочная деятельность	Не менее 2 раз в неделю		
Соревновательная деятельность			
Участие в официальных соревнованиях по борьбе (муниципальных, областных)	4	4	4
Наличие спортивного разряда по виду борьбы	III	III	III, II, I, КМС
Судейство соревнований (муниципальных, областных)	Секундометрист-4	Секундометрист, рефери-4	Рефери-4

2. Структура и содержание учебной дисциплины

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов	Объем времени, отведенный на освоение междисциплинарного курса (курсов)		
		II	III	IV
Объем образовательной программы учебной дисциплины	248	68	112	68
в том числе:				
теоретическое обучение	30	8	12	8
практические занятия	212	60	100	52
Итоговая аттестация в форме: экзамена	6			6

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Формируемые компетенции
ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ И РУКОВОДСТВО СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ СПОРТСМЕНОВ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА (БОРЬБА)		248	
ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (II курс)		68	
Раздел 1. Предмет и задачи курса, ОФП и СФП в системе подготовки		26	
Тема 1.1. Избранный вид спорта (борьба) как учебная дисциплина.	<p>Содержание материала:</p> <p>Спортивная борьба как учебная дисциплина и общественное явление.</p> <p>История развития спортивной борьбы.</p> <p>Единая классификация приемов и терминология в спортивной борьбе.</p> <p>Режим, гигиена, питание, техника безопасности и предупреждение травматизма при занятиях спортивной борьбой.</p> <p>Профессиональная деятельность тренера по борьбе.</p> <p>Правила соревнований по спортивной борьбе.</p> <p>Виды и характеристика соревнований в избранном виде спорта.</p> <p>Правила соревнований в избранном виде спорта.</p>	6	ОК 01, ОК 3; ОК 08 ВД 1-ПК 1.3

	Документы, необходимые для проведения соревнований. Состав и работа судейской коллегии на соревнованиях. Особенности проведения массовых соревнований.		
Тема 1.2. Общая физическая подготовка	Содержание материала: Цели и задачи ОФП. Методы развития физических способностей. Методика развития силовых способностей. Методика развития быстроты. Методика развития координационных способностей. Методика развития гибкости. Развитие выносливости. Характеристика видов подготовки спортсменов: физической (общей и специальной), технической, тактической, психологической (морально-волевой) и теоретической. Периодизация тренировки. Основные средства и методы. спортивной тренировки Тренировочные нагрузки (объем, интенсивность). Дозирование нагрузки согласно гендерно-возрастным особенностям и подготовленности занимающихся. Формы организации учебно-тренировочного процесса.	12	ОК 01, ОК 04, ОК 08 ВД 2-ПК 2.1
Тема 1.3. Специальная физическая подготовка	Содержание материала: Специальная физическая подготовка. Специально-подготовительные упражнения Имитационные упражнения Подбор спарринг-партнеров. Воспитание быстроты одиночного движения. Метод усложнения условий. Подвижные игры. Простейшие виды борьбы Комплексное развитие специальных физических способностей.	10	ОК 01, ОК 04, ОК 08 ВД 2-ПК 2.1

Раздел 2. Методика обучения технико-тактическим действиям борца		42	
Тема 2.1. Самбо	<p>Содержание материала:</p> <p>Выполнение безопасного падения-самостраховки и страховки. Страховки на различные части тела, способы приземления. Удержания, разновидности. Болевой приём рычаг локтя через бедро после удержания сбоку. Болевой приём рычаг локтя после удержания сбоку захватом руки на ключ. Способы уходов с удержания. Переходы на удержания. Активные и пассивные защиты от переворачивания. Выведение из равновесия (рывком, скручиваем, толчком). Бросок с захватом двух ног. Задняя подножка с захватом руки и туловища. Передняя подножка с захватом руки и туловища. Боковая подсечка под выставленную ногу. Зацеп голенью изнутри Активные и пассивные защиты от изученных бросков.</p>	10	<p>ОК 01, ОК 04, ОК 08 ВД 3(2)-ПК 3.5</p>
Тема 2.2. Техническая подготовка в борьбе	<p>Содержание материала:</p> <p>Закономерности изучения техники спортивной борьбы Общая техническая подготовка. Специальная техническая подготовка Направленность специальной технической подготовки Этап формирования двигательного умения. Этап формирования двигательного навыка Этапы многолетней технической подготовки борцов. Структура технического действия Способы последовательности изучения приемов: концентрический и линейный.</p>	10	<p>ОК 01, ОК 04, ОК 08 ВД 2-ПК 2.1.</p>

	Особенности изучения защит. Особенности изучения контрприемов Изучение комбинаций		
Тема 2.3. Обучение техническим действиям в борьбе	Содержание материала: Основы обучения техники одного движения. Структура обучения единицы техники. Демонстрация техники движений. Методы разучивания технических приемов.	6	ОК 01, ОК 04, ОК 08 ВД 1-ПК 1.1., ВД 3(2)-ПК 3.1.
Тема 2.4. Обучение тактиче- ским дей- ствиям в борьбе	Содержание материала: Способы воздействия на соперника Стили противоборства Технология планирования схваток Тактика участия в соревнованиях Реализация тактического плана соревнований Стратегия и тактика в спортивной борьбе Стратегия и тактика выполнения единиц техники Уровни стратегии и их содержание Ситуации, используемые в построении тактики Стратегия и тактика ведения схватки Стратегия и тактика соревнования и системы соревнований. Цель, задачи и структура многолетней стратегическо-тактической подготовки Этап базовой подготовки. Игры с касаниями, с блокирующими захватами, с атакующими захватами, с теснением, с дебютами. Формирование навыков тактических действий Формирование навыков тактических установок	12	ОК 01, ОК 04, ОК 08 ВД 2-ПК 2.1, ПК 2.2.

	<p>Формирование навыков организации собственной деятельности в схватке</p> <p>Формирование навыков комбинированного ведения схваток.</p> <p>Формирование навыков дезорганизации привычного противоборства соперников.</p>		
<p>Тема 2.5.</p> <p>Привитие профессиональных качеств</p>	<p>Содержание материала:</p> <p><i>Составление конспектов, проведение отдельных упражнений для борцов.</i></p> <p><i>Учебные схватки.</i></p> <p><i>Судейство.</i></p> <p><i>Комплексная подготовка.</i></p>	4	<p>ОК 01, ОК 04, ОК 08</p> <p>ВД 3(2)-ПК 3.1, ПК 3.4.</p>
ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (III курс)			
Раздел 3. Организация и проведение УТЗ и соревновательной деятельности		112	
<p>Тема 3.1.</p> <p>Организация и проведение соревнований</p>	<p>Содержание материала:</p> <p>Виды соревнований.</p> <p>Значение соревновательной деятельности.</p> <p>Положение о соревнованиях.</p> <p>Формы заявок.</p> <p>Подготовка и проведение соревнований.</p> <p>Составление отчетной документации.</p>	10	<p>ОК 01, ОК 04, ОК 08</p> <p>ВД 1-ПК 1.3.</p>
<p>Тема 3.2.</p> <p>Методика обучения на УТЗ</p>	<p>Содержание материала:</p> <p>Единство обучения и тренировки. Задачи обучения и тренировки.</p> <p>Средства обучения и тренировки. Принципы обучения и тренировки.</p> <p>Форма организации обучения и тренировки.</p> <p>ОФП. Средства и методы развития выносливости.</p> <p>Средства и методы развития гибкости.</p> <p>Средства и методы развития быстроты.</p> <p>Средства и методы развития координации.</p> <p>Средства и методы развития силы.</p>	20	<p>ОК 01, ОК 04, ОК 08</p> <p>ВД 3(2)-ПК 3.1, ПК 3.2.</p>

	<p>СФП. Средства и методы развития скоростной выносливости. Средства и методы развития скоростно-силовых способностей. Средства и методы развития выносливости. Средства и методы развития быстроты передвижений. Средства и методы развития гибкости и ловкости. Средства и методы для развития силы.</p>		
<p>Тема 3.3. Самбо</p>	<p>Содержание материала: Выполнение безопасного падения-самостраховки и страховки. Страховки на различные части тела, способы приземления. Способы перевода соперника в партер, преследование в партере Болевой приём рычаг локтя через бедро после удержания сбоку. Болевой приём рычаг локтя после удержания сбоку захватом руки на ключ. Болевые приемы на ногу. Совершенствование способов ухода с удержания. Активные и пассивные защиты от переворачивания. Выведение из равновесия (рывком, скручиваем, толчком). Задняя подножка под обе ноги. Задняя подножка с захватом руки и шеи. Передняя подножка со скрестным захватом рук. Передняя подножка, сбивая противника на одну ногу. Подножка на пятке боковая захватом руки двумя руками. Активные и пассивные защиты от изученных бросков.</p>	<p>22</p>	<p>ОК 01, ОК 04, ОК 08 ВД 3(2)- ПК 3.5</p>
<p>Тема 3.4. Совершенствование технико-тактических действий</p>	<p>Содержание материала: Совершенствование способов передвижений, маневрирования. Индивидуальные технические действия. Совершенствование способов выведения из равновесия. Совершенствование перевода противника в партер. Совершенствование преследования противника в партере Совершенствование переворотов противника в партере.</p>	<p>28</p>	<p>ОК 01, ОК 04, ОК 08 ВД 1-ПК 1.1.</p>

	<p>Совершенствование удержаний противника в партере. Совершенствование уходов с удержания в партере. Совершенствование болевых приемов в партере. Совершенствование уходов с болевых приемов в партере. Совершенствование бросков руками. Совершенствование бросков ногами. Совершенствование бросков с падением. Совершенствование способов защиты от бросков с падением Совершенствование маневрирования для бросков руками, ногами, туловищем. Совершенствование способов защиты от бросков руками, ногами, туловищем. Совершенствование бросков назад. Маневрирование для выполнения бросков назад. Совершенствование бросков вперед. Маневрирование для бросков вперед. Совершенствование однонаправленных комбинаций. Совершенствование разнонаправленных комбинаций. Тактические действия в нападении. Тактические действия в защите.</p>		
<p>Тема 3.5. Привитие профессиональных качеств</p>	<p>Содержание материала: Составление конспектов, проведение тренировочных занятий, определение и исправление ошибок. Судейство. Участие в организации и проведении, судействе первенства БГУОР по борьбе. Учебные соревнования. Участие в соревнованиях на первенство района, города, области. Совершенствование ранее изученных технических приемов.</p>	<p>32</p>	<p>ОК 01, ОК 04, ОК 08 ВД 1-ПК 1.3, ВД 2-ПК 2.1.</p>
<p>ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (IV курс)</p>			
<p>Раздел 4. Планирование и организация учебно-тренировочной деятельности</p>		<p>68</p>	
	<p>Содержание материала:</p>	<p>20</p>	<p>ОК 01, ОК 04, ОК 08</p>

<p>Тема 4.1. Планирование учебно-тренировочной деятельности</p>	<p>Техника безопасности на занятиях по спортивной борьбе. Системы проведения соревнований. Положение о соревнованиях. Планирование учебного материала в типовой УТП спортивной подготовки для ДЮСШ. Подготовка и проведение соревнований. Составление отчетной документации. Составление и написание конспекта УТЗ по типовой учебно-тренировочной программе для ДЮСШ. Система отбора в ДЮСШ по борьбе.</p>		<p>ВД 1-ПК 1.3, ВД 2-ПК 2.1.</p>
<p>Тема 4.2 Совершенствование технико-тактических действий УТЗ</p>	<p>Содержание материала: Совершенствование способов выведения из равновесия. Совершенствование имитационных упражнений. Совершенствование способов выбора захвата. Совершенствование способов освобождения от захвата. Совершенствование разновидностей передвижения в пределах рабочей зоны ковра. Совершенствование маневрирования для проведения атакующих действий. Совершенствование маневрирования для проведения защитных действий. Совершенствование навыков взаимодействия с соперником. Совершенствование навыков построения защитных схваток. Совершенствование навыков контратакующих схваток. Совершенствование навыков построения комбинированных схваток. Совершенствование навыков применения технических единиц техники Интегральная подготовка. Выполнение контрольных нормативов в ИВС.</p>	<p>20</p>	<p>ОК 01, ОК 04, ОК 08, ВД 1-ПК 1.1.</p>
<p>Тема 4.3.</p>	<p>Содержание материала: Составление конспектов, проведение тренировочных занятий, определение и исправление ошибок. Судейство. Участие в организации и проведении, судействе первенства БГУОР по борьбе.</p>	<p>20</p>	<p>ОК 01, ОК 04, ОК 08</p>

Привитие профессиональных качеств	Учебные схватки. Участие в соревнованиях.		ВД 1-ПК 1.3, ВД 2-ПК 2.1.
Экзамен		6	
		248	

3. Условия реализации рабочей программы учебной дисциплины

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения.

Реализация программы требует наличия учебного кабинета базовых видов спорта, а также универсального спортивного зала.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- АРМ преподавателя,
- набор учебно-методических таблиц, медиатека;

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- мультимедиапроектор, сканер, принтер.

Инвентарь и оборудование спортивного зала борьбы:

№ п/п	Наименование оборудования, спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1.	Брусья переменной высоты на гимнастическую стенку	штук	2
2.	Гири спортивные (6, 8, 16, 24, 32 кг)	комплект	2
3.	Гонг	штук	1
4.	Ковер для самбо (12х12 м)	комплект	1
5.	Манекены тренировочные высотой 120, 130, 140, 150, 160 см	комплект	1
6.	Мат гимнастический	штук	10
7.	Мешок боксерский	штук	1
8.	Мяч для регби	штук	2
9.	Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг	комплект	2
10.	Палка деревянная (шест до 2 м, диаметр 4 см)	штук	10
11.	Перекладина переменной высоты на гимнастическую стенку (универсальная)	штук	2
12.	Резиновые амортизаторы	штук	10
13.	Секундомер электронный	штук	3
14.	Скакалка гимнастическая	штук	20
15.	Скамейка гимнастическая	штук	4
16.	Стенка гимнастическая (секция)	штук	8
17.	Табло судейское электронное	комплект	1
18.	Штанга наборная тяжелоатлетическая	комплект	1
19.	Электронные весы до 150 кг	штук	1

Прочее: аптечка медицинская, сетка заградительная

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Основные источники

1. Теория и методика избранного вида спорта: учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. А. Завьялова [и др.]; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 189 с.

2. Письменский, И. А. Теория и методика избранного вида спорта. Спортивная борьба: учебное пособие для среднего профессионального образования / И. А. Письменский. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 264 с.

3. Физическая культура: учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.]; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 599 с.

4. Письменский, И.А. Теория и методика избранного вида спорта. Спортивная борьба: учебное пособие для среднего профессионального образования/ И. А. Письменский. — Москва. Издательство Юрайт, 2022.— 264с.

5. Приказ Министерства спорта РФ от 24 марта 2022 г. N 222 "Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «самбо»

6. Правила вида спорта «самбо» (утв. приказом Минспорта России от 04.12.2020 № 892) (ред. от 05.04.2022)

7. Даутова, О.Б., Крылова, О.Н. Современные педагогические технологии в профильном обучении :Учебн.-метод. пособие для учителей / под ред. А.П. Тряпицкой. - СПб. :КАРО, 2006. - 176 с.

8. Иссурин, В.Б. Подготовка спортсменов XXI века. Научные основы и построение тренировки: монография / В.Б. Иссурин. – М.: Спорт, 2016. – 464 с.

9. Самбо: справочник [Текст] – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Советский спорт, 2006. – 208 с.

10. Самбо: примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / С.Е. Табаков, С.В. Елисеев, А.В. Конаков//. – М.: Советский спорт, 2005. – 240 с.

Дополнительные источники

Учебники и учебные пособия:

1. Аллянов, Ю.Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю.Н. Аллянов, И.А. Письменский.– 3-е изд., испр. – Москва: Издательство Юрайт, 2023. – 493с.

2. Гарник, В.С. Самбо: методика учебно-тренировочных и самостоятельных занятий : учеб. пособие / Моск. гос. строит. ун-т; В.С. Гарник .— 2-е изд. (эл.) .— Москва : Изд-во МИСИ-МГСУ, 2017 .— 193 с.

3. Мартьянов, В. А. Физиологические основы спортивной борьбы : учебное пособие / В. А. Мартьянов .— Малаховка : МГАФК, 2017 .— 62 с.

4. Гарник, В.С. Боевые искусства и единоборства в психофизической подготовке студентов : учеб. пособие / Моск. гос. строит. ун-т; В.С. Гарник .— 2-е изд. (эл.) .— Москва : Изд-во МИСИ-МГСУ, 2017 .— 177 с

5. Максимов, Д.В. Физическая подготовка единоборцев (самбо и дзюдо). Теоретико-практические рекомендации : [монография] / В.Н. Селуянов, С.Е. Табаков; Д.В. Максимов .— Москва : ТВТ Дивизион, 2019 .— 160 с

4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины раскрываются через дисциплинарные результаты, направленные на формирование общих и профессиональных компетенций по разделам и темам содержания учебного материала.

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:		
<p>- терминологию избранного вида спорта (борьба)</p> <p>технику профессионально значимых двигательных действий избранного вида спорта (борьба);</p> <p>- технику безопасности на занятиях по избранному виду спорта (борьба);</p> <p>- методику обучения профессионально значимых двигательных действий избранного вида спорта (борьба);</p> <p>- методику проведения занятий по избранному виду спорта (борьба)</p> <p>- основы организации и проведения соревнований и судейства по избранному виду спорта (борьба)</p>	<p>- использование терминологию избранного вида спорта (борьба) в соответствии с требованиями;</p> <p>описание техники профессионально значимых двигательных действий избранного вида спорта (борьба);</p> <p>-</p> <p>перечисление требований к технике безопасности на занятиях по избранному виду спорта (борьба)-</p> <p>описание методики обучения профессионально значимых двигательных действий избранного вида спорта (борьба)</p> <p>- описание методики проведения занятий по избранному виду спорта (борьба)</p> <p>- описание особенностей организации и проведения соревнований по избранному виду спорта (борьба)</p>	<p>оценка результатов выполнения практических заданий;</p> <p>оценка заданий при проведении текущего контроля;</p> <p>промежуточной аттестации и итоговой аттестации в форме экзамена</p>
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:		
<p>выполнять профессионально значимые двигательные</p>		

действия по избранному виду спорта (борьба)	- выполнение двигательных действий по избранному виду спорта (борьба) с учетом требований к технике ;	оценка результатов выполнения практических заданий;
использовать терминологию избранного вида спорта (борьба)		тестирование;
применять приемы страховки и само-страховки при выполнении физических упражнений в избранном виде спорта (борьба)	- соблюдение требований и правил, предъявляемых к терминологии при записи упражнений, а также при объяснении техники двигательных действий по избранному виду спорта (борьба);	оценка заданий при проведении текущего контроля;
использовать оборудование и инвентарь для занятий избранным видом спорта (борьба) в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;	- рациональный выбор места для оказания помощи и страховки при выполнении двигательных действий с учетом трудности выполняемого упражнения и этапа обучения по избранному виду спорта (борьба); - своевременная подготовка места занятия, рациональное размещение спортивного инвентаря и оборудования с учетом вида деятельности по избранному виду спорта (борьба)	промежуточной аттестации
проводить тренировочные занятия по избранному виду спорта (борьба)	- подбор эффективных, разнообразных упражнений для обучения двигательным действиям по избранному виду спорта (борьба) - применение различных способов организации для рационального размещения занимающихся в зале с учетом задач и содержания занятий по избранному виду спорта (борьба); - соблюдение требований к качественному показу упражнений и демонстрации техники выполнения двигательных действий по избранному виду спорта (борьба); - соблюдение методической последовательности при проведении занятий по избранному виду спорта (борьба); - выявление и своевременность исправления ошибок при выполнении двигательных действий с учетом требований к технике по избранному виду спорта (борьба);	