

А

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«Российский государственный университет физической культуры, спорта,  
молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»

Д.В. Попов, Д.Б. Астахов

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА  
(Самбо)

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

Москва - 2016

А

Методические указания утверждены и рекомендованы  
экспертно-методическим советом  
института «Спорта и физического воспитания»  
РГУФКСМиТ

Протокол № 7 от «31» марта 2016 г.

УДК: 796.814(073)

П 56

Составители:

Д.В. Попов - доцент кафедры ТиМ единоборств РГУФКСМиТ,

Д.Б. Астахов - доцент кафедры ТиМ единоборств РГУФКСМиТ.

Рецензент: Громов В.А., к.п.н.

Методические рекомендации содержат задания и учебный материал по основным модулям учебной программы для проведения практических занятий, составленные с учетом требований ФГОС ВО. Методические рекомендации предназначены для студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 – «Физическая культура», профиль – «Спортивная подготовка в избранном виде спорта».

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы (ОПОП) бакалавриата.....	6
2. Компетенции, формируемые в результате освоения дисциплины.....	9
3. Состав, содержание и задания для самостоятельной работы по семестрам изучаемого курса.....	20
4. Список рекомендуемой литературы.....	57
5. Вопросы для подготовки к экзамену (зачету).....	62