**Теория**

1. Физическая культура и спорт. Физическое воспитание в вузе.
2. Естественно-научные основы физического воспитания.
3. Основы здорового образа жизни.
4. Режим двигательной активности и работоспособности.
5. Основы физической и спортивной подготовки.
6. Профессионально – прикладная физическая подготовка (ППФП) будущих специалистов.

**Общие сведения об игре тогуз коргоол**

1. Инвентарь и оборудование для игры.
2. История развития и современное состояние в игре.
3. Основные правила и «термины», встречающиеся в игре.
4. Правила записи игры.
5. Система проведения соревнований и участие в соревнованиях, составы команд.
6. Права и обязанности участников и судей.
7. Игровые действия: нападение и защита.
8. Игровые ошибки (невынужденное сокращение хода, неправильное использование «туза», неправильная игра против «туза» соперника).
9. Правила судейства.

**Распределение учебных часов по годам обучения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание занятий** | **Количество часов** |
| **1 курс** | **2 курс** |
| 1 | Общая физическая подготовка | 60 | 55 |
| 2 | Специальная умственная подготовка | 25 | 25 |
| 3 | Техническая подготовка | 50 | 50 |
| 4 | Тактическая подготовка | 40 | 45 |
| 5 | Психологическая подготовка | 20 | 20 |
| 6 | Зачеты и контр. нормативы по тогуз коргоолу | 5 | 5 |
| **Итого**  | **200** | **200** |

**Содержание практического раздела программы**

* Умственно-интеллектуальная подготовка
* Теоретическая подготовка
* Технико-практическая подготовка
* Нравственно-волевое воспитание
* Эстетико-психологическое воспитание

В спортивно-учебное отделение по тогуз коргоолу зачисляются студенты основной, медицинской (специальной) группы, выполнившие требования спортивной квалификации, имеющие желание заниматься тогуз когоолом. Основной принцип построения учебного процесса в группах с двухразовыми занятиями в неделю – это развитие и укрепление их способностей и таланта, учитывая их интересы.

При проведении занятий следует ориентироваться на наиболее активных студентов, однако надо стремиться к тому, чтобы большинство занимающихся также усваивала данный материал.

Основной показатель работы учебных групп определяется в течение учебного года выполнением программных требований, выраженных в количественно-качественных показателях теоретической, технической и тактической подготовок, участие в соревнованиях и турнирах различного рода как в личном, так и в командном зачётах.

**І год обучения**

Во время первого года занятий студенты овладевают основами игры, учатся способам определения хода «ат жетээр», знакомятся с некоторыми «терминами», встречающимися в игре. Также изучают и применяют в практической игре подсчет числа ходов, использование «туза» и игру против него, правила записи игры, накопление и использование «бая». Готовятся к выполнению нормативов І - ІІІ разрядов, участвуя в календарных турнирах.

**ІІ год обучения**

Во время второго года занятий происходит значительное расширение теоретических знаний у студентов в области стратегии и тактики в середине партии, накопления ими дебютных знаний, а также изучение приемов комбинационного выигрыша коргоолов, также характерны совершенствование и развитие знаний, получение отдельных сведений о психологической и волевой подготовке. В этот период обучения основной акцент падает на отработку дебютного развития и тактических концовок партий, решение этюдов, разбор и анализ партий мастеров спорта. Игроки - студенты учувствуют в городских, Республиканских и Международных соревнованиях, тем самым повышая свое игровое мастерство. Выполняют нормативы І разряда, КМС и МС.

**Техническая подготовка**

1. Определения попадания в положение «атсыроо».
2. Математические способы определения хода «ат жетээр».
3. Практическая отработка различных дебютных вариантов.
4. Накопление и использование «бая».
5. Выигрыш «туза».
6. Изучение и применение на практике принципов комбинационного выигрыша коргоолов.
7. Важность своевременного «профилактического» хода.

**Тактическая подготовка**

1. Различные способы выигрыша коргоолов, разнообразие тактических приемов и умение ими пользоваться в процессе игры.
2. Простейшие комбинации и тренировка в их отыскании, подсчет ходов в партии, жертва коргоолами.
3. Комбинационные ловушки, контрудары, одновременное нападение на 2, 3 и более лунок соперника.
4. Выбор дебютного плана развития игры.
5. Классический обмен тузами 5 на 6, 1 на 2, 2 на 8.
6. Жертва «туза» с целью выигрыша определенного количества коргоолов.
7. Переполнение лунки соперника.

**Психологическая подготовка**

1. Воспитание моральных качеств.
2. Значение развития волевых качеств для повышения спортивного мастерства, совершенствование моральных и волевых качеств спортсменов.
3. Выработка решительности, трудолюбия, настойчивости, выдержки и самообладания.

**Зачетные требования**

 Студенты спортивного отделения по тогуз коргоолу сдают зачет по физической культуре на 1-2-х курсах в конце каждого семестра. Итоговая оценка складывается из суммы баллов, полученных за выполнение практических модулей (по два в каждом семестре - промежуточный и итоговый).

Оценочные таблицы прилагаются.