

**ТРЕБОВАНИЯ ДЛЯ ПОСТУПЛЕНИЯ В ФГБОУ ВО «УРАЛГУФК»**  
**НАПРАВЛЕНИЕ**  
**49.03.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**  
**Профиль**  
**«СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА»**  
**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ТХЭКВОНДО»**

**«ИЗБРАННЫЙ ВИД ПО ПРОФИЛЮ»**  
**(Профессиональное испытание)**

**Максимальное количество баллов - 100**  
**Минимальное количество баллов – 50**

**Пояснительная записка**

Для абитуриентов, поступающих на направления подготовки бакалавриата 49.03.01 Физическая культура, дополнительное вступительное испытание профессиональной направленности по дисциплине «ИЗБРАННЫЙ ВИД ПО ПРОФИЛЮ» проводится без непосредственного контакта членов экзаменационной комиссии с абитуриентом в **формате видеоконференции** с использованием различных интернет-сервисов (Zoom, Discord или WhatsApp) с обязательной процедурой идентификации личности абитуриента.

Идентификация личности производится путем сверки изображения абитуриента, проходящего вступительное испытание посредством видеоконференции, с его фотографией в предъявляемом удостоверении личности (паспорт, военный билет). Предусмотрена аудио-видео фиксация (запись) процедуры вступительного испытания.

Данные особенности проведения вступительного испытания обусловлены мероприятиями, направленными на предотвращение распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) на территории Российской Федерации (Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 3 апреля 2020 г. № 547 «Об особенностях приема на обучение по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре на 2020/21 учебный год»).

Дополнительное вступительное испытание профессиональной направленности «ИЗБРАННЫЙ ВИД ПО ПРОФИЛЮ» проводится в два этапа, а результат оценивается по **100-бальной шкале**.

**Первая часть** вступительного испытания проводится в форме письменного тестирования и содержит **50 заданий, каждое из которых формулируется в форме вопроса, к которому предлагается четыре варианта ответа, при этом только один вариант ответа правильный**. Поступающий должен выбрать один ответ. Правильный ответ оценивается - 1балл, ошибочный – 0 баллов. Максимально возможное количество баллов на данной стадии вступительного испытания равняется 50.

**Вторая часть** вступительного испытания проводится в форме устного экзамена, на котором абитуриент должен дать устный развернутый ответ на вопрос предложенного билета.

Максимально возможное количество баллов на данном этапе вступительного испытания равняется 50.

На дополнительном вступительном испытании профессиональной направленности «ИЗБРАННЫЙ ВИД ПО ПРОФИЛЮ» (теория и методика тхэквондо) абитуриент должен показать знание основ вида спорта (тхэквондо). Содержание тестовых заданий и вопросов экзамена соответствуют объему материала и требованиям Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта тхэквондо, а также требованиям программ спортивной подготовки по виду спорта (тхэквондо) для спортивных школ (СШ), спортивных школ олимпийского резерва (СШОР) и дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта «Тхэквондо».

Ниже представлены материалы, необходимые для подготовки к дополнительному вступительному испытанию профессиональной направленности «ИЗБРАННЫЙ ВИД ПО ПРОФИЛЮ» (теория и методика тхэквондо):

- программа по разделам, темы по разделам;
- пример тестового задания;
- перечень вопросов для устного экзамена, составленных в соответствии с представленными разделами настоящей программы;
- шкала оценивания устного ответа;
- перечень литературы и информационно-справочные источники для самостоятельной подготовки.

**Программа теоретического раздела**

**Раздел № 1. История возникновения и развития тхэквондо.** Порядок и содержание работы спортивной школы. Исторические корни тхэквондо. Философия и мировоззрение тхэквондо. Возникновение и развитие тхэквондо как искусства. Характеристика классических школ тхэквондо и их распространение в мире. Этапы развития тхэквондо в России и в своем регионе. Люди, внесшие значительный вклад в проведение соревнований. Традиции своего коллектива. Итоги выступления российских спортсменов на

крупнейших международных соревнованиях. Перспективы развития тхэквондо Всемирная федерация тхэквондо.

**Раздел № 2. Правила поведения и техника безопасности на занятиях и соревнованиях. Одежда и снаряжение спортсмена.** Правила поведения в зале, на спортивных площадках и школе. Правила безопасности при занятиях в зале тхэквондо. Этикет. Техника безопасности на тренировках со снарядами и вспомогательным оборудованием. Спортивная одежда тхэквондиста и уход за ней. Понятие о травмах. Краткая характеристика травм на занятиях и во время соревнований по тхэквондо. Причины травм и их профилактика. Раны и их разновидности. Ушибы, растяжения, вывихи. Переломы костей. Разрывы связок, мышц и сухожилий. Оказание первой доврачебной помощи. Способы остановки кровотечений, наложение шины при переломах. Приемы искусственного дыхания. Транспортировка пострадавшего. Показания и противопоказания к занятиям спортом. Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, настроение и работоспособность. **Правила использования оборудования и инвентаря.** Инвентарь для занятий. Снаряды для занятий. Уход за оборудованием и инвентарем. Проверка исправности инвентаря. Подгонка и ремонт спортивного инвентаря.

**Раздел № 3. Строение и функции организма человека и влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности.** Строение организма человека. Костно-связочный аппарат, мышцы, их строение и взаимодействие. Особенности мышечной системы. Кровеносная система. Сердце и сосуды. Дыхание и газообмен. Значение дыхания для жизнедеятельности организма человека. Органы пищеварения и обмен веществ. Нервная система человека. Центральная и периферическая. Влияние физических упражнений на системы и органы человеческого организма. Способы повышения работоспособности. Мышечная деятельность – основа поддержания здоровья и работоспособности. Физиологические закономерности формирования двигательных навыков. Тренированность и ее физиологические показатели. Самоконтроль и его значение в тренировочном процессе. Дневник самоконтроля. Объективные (ЧСС, вес тела, ЖЕЛ и др.) и субъективные (самочувствие, сон, аппетит) показатели самоконтроля. Предстартовая разминка в соревнованиях по тхэквондо. **Средства и методы восстановления.** Средства восстановления необходимого баланса между нагрузками и уровнем возможностей организма.

**Раздел № 4. Питание, режим. Гигиена спортсмена.** Питание. Значение питания как фактора сохранения и укрепления здоровья. Назначение белков, жиров, углеводов, минеральных солей и витаминов. Понятие о гигиене, гигиена физических упражнений и спорта. Гигиенические основы труда и отдыха. **Закаливание организма.** Значение и основные правила закаливания. **Влияние вредных привычек на организм человека.** Вредные привычки: курение, употребление спиртных напитков. Профилактика вредных привычек.

**Раздел № 5. Терминология и классификация техники в тхэквондо.** Понятие о технике тхэквондо. Значение технической подготовки для достижения высоких результатов в тхэквондо. Содержание и характеристика основных технических и судейских понятий и терминов. Термины и их значения. Технические термины: поражаемая поверхность; секторы поражаемой поверхности; боевая линия; темп; быстрота; удар; шаг; подскок; стойка и др. Ударные поверхности ноги. Ударные поверхности руки. Блокирующие поверхности. Техники передвижений и их разновидности и варианты. Техники удара прямо с различных дистанций. Разбор координации движений толчковой и маховой ног, туловища и руки при выполнении ударов. Техника защит.

**Раздел № 6. Основы техники и тактики тхэквондо.** Передвижения в стойках. Прямые удары на дальней и средних дистанциях. Боковые удары и удары снизу. Удары ногой на месте и в передвижении. Удары руками в сочетании с ударами ног. Защита от ударов уколами и блоками. Защита на месте от ударов руками и ногами. Защита в движении вперед, назад, в сторону. Начало поединка. Разрыв дистанции. Манеры ведения поединка. Атакующие и контратакующие приемы. **Техника пхумсэ.** Социальные истоки возникновения пхумсэ в боевых искусствах. Определения пхумсэ как комплексов, состоящих из основных атакующих и защитных двигательных действий, выполняющихся в логически обоснованной последовательности. **Демонстрация специальной техники.** История проведения соревнований для демонстрации специальной техники в тхэквондо и других видах восточных единоборств. Исторические корни применения специальной техники в восточных боевых искусствах. **Техника разбивания предметов.** Соревновательная техника испытания силы удара при разбивании предметов (кьёкпа). История проведения соревнований по испытанию силы удара в тхэквондо и других видах восточных единоборств. Мифы и реальность о сверхсиле мастеров восточных единоборств. **Техника свободного спарринга.** Приемы боя в структуре вариативной соревновательной техники. Техника ударов. Техника защит.

**Раздел № 7. Общая и специальная физическая подготовка в тхэквондо.**

Понятие об общей (ОФП) и специальной (СФП) физической подготовке. Ведущие физические качества волейболиста. Понятие об основных физических качествах: выносливость, силовые способности, быстрота, координационные способности, гибкость. Средства и методы ОФП и СФП. Выносливость в тхэквондо: виды, значение выносливости для тхэквондиста, средства и методы развития. Быстрота в тхэквондо: виды (проявления), значение быстроты для тхэквондиста, средства и методы развития. Гибкость в тхэквондо: виды, значение гибкости для тхэквондиста, средства и методы развития. Силовые способности и скоростно-силовые качества в тхэквондо: виды, значение для тхэквондиста, средства и методы развития. Координационные способности в тхэквондо: виды, значение для тхэквондиста, средства и методы развития. Средства и методы оценки уровня развития физических качеств у тхэквондистов. Подвижные игры в развитии физических качеств тхэквондистов (значение и примеры игр).

**Раздел № 9. Морально-волевая, этическая и психологическая подготовка в волейболе.** Понятие о психологической подготовке. Значение психологической подготовки в тхэквондо. Задачи психологической подготовки. Средства и методы психологической подготовки. Содержание психологической подготовки в тхэквондо. Общая психологическая подготовка в тхэквондо и содержание ее отдельных разделов (воспитание высококравственной личности спортсмена; развитие процессов восприятия; развитие внимания: объема, интенсивности, устойчивости, распределения и переключения; развитие тактического мышления, памяти, представления и воображения; развитие способности управлять своими эмоциями; развитие волевых качеств). Психологическая подготовка к конкретным соревнованиям (игре). Предстартовые состояния тхэквондистов и их характеристика (стартовая апатия, предстартовая лихорадка, боевая готовность). Поведение спортсмена. Спортивная честь. Культура и интересы юного тхэквондиста. Этика поведения спортсмена. Уважение оппонентов, рефери и судейского аппарата.

**Раздел № 9. Официальные правила соревнований по тхэквондо.** Правила соревнований. Форма участников. Защитная экипировка тхэквондиста. Возрастные группы. Весовые категории. Весовые категории для юношей. Календарный план соревнований. Положение о соревнованиях. Правила соревнований, основные разделы. Права и обязанности участников соревнований. Форма тхэквондиста. Продолжительность боя. Команды рефери на додзянге. Жесты рефери на додзянге. Боковые судьи. Ритуал перед началом боя. Правила определения победителя. Возрастные группы. Весовые категории. Спортивная единая всероссийская классификация.

**Раздел № 10. Организация и проведение соревнований по тхэквондо.**

Виды спортивных соревнований в период многолетней подготовки тхэквондистов. Основы организации и проведения соревнования по тхэквондо. Способы проведения соревнований. Спортивные разряды и звания в тхэквондо и правила их присвоения (получения), действующая спортивная классификация. Ученические пояса.

### **Задания для письменного тестирования по дисциплине «ИЗБРАННЫЙ ВИД ПО ПРОФИЛЮ ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ТХЭКВОНДО»**

#### *Примеры тестовых заданий*

1. **К какому поясу относится классификация 8 гып?**
  - А) Красный пояс
  - Б) Белый пояс
  - В) Зеленый пояс
  - Г) Желтый пояс
2. **Как называется высшая ступень мастерства в тхэквондо?**
  - А) Кйопха
  - Б) Кихап
  - В) Ти
  - Г) Дан
3. **Какое количество баллов дается за атаку рукой в жилет?**
  - А) один
  - Б) три
  - В) два
  - Г) не засчитывается

### **Вопросы для устного раздела вступительного испытания по дисциплине ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ТХЭКВОНДО**

1. Охарактеризуйте этапы развития тхэквондо в России.
2. Охарактеризуйте этапы развития тхэквондо Челябинской области.
3. Охарактеризуйте этапы развития тхэквондо за рубежом.
4. Дайте анализ результатов выступления тхэквондистов на Олимпийский играх.
2. Охарактеризуйте современное состояние и тенденции развития тхэквондо в России.
3. Раскройте значение и место тхэквондо как средства физического воспитания школьников, студентов и взрослого населения (оздоровительная и прикладная направленность).
4. Перечислите и поясните основные санитарно-гигиенические требования при организации и во время проведения тренировочных занятий по тхэквондо (помещение, спортивный инвентарь и оборудование, спортивная одежда и обувь).

5. Раскройте особенности организации самостоятельных занятий тхэквондо, физической подготовкой тхэквондиста в условиях самостоятельных занятий, в том числе правила по технике безопасности.
6. Охарактеризуйте рациональный суточный режим тхэквондиста, в том числе питание и питьевой режим спортсмена.
7. Перечислите и кратко охарактеризуйте мероприятия по повышению работоспособности и восстановлению тхэквондистов.
8. Что такое травма, спортивная травма. Травматизм в тхэквондо: распространенные травмы (назвать не менее пяти), причины возникновения, первая доврачебная помощь в этих видах травм.
9. Дайте определения понятиям: общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, физическая подготовленность. Раскройте значение физической подготовки в тхэквондо, перечислите основные физические качества спортсмена (укажите ведущие физические качества для тхэквондиста).
10. Дайте определение термину «выносливость»; назовите виды выносливости. Ее значение в тхэквондо, средства и методы развития. Приведите примеры упражнений для развития выносливости тхэквондиста.
11. Дайте определение термину «гибкость»; назовите виды и формы проявления гибкости. Ее значение в тхэквондо, средства и методы развития. Приведите примеры упражнений для развития гибкости и подвижности суставов и позвоночника тхэквондиста.
12. Дайте определение термину «быстрота»; назовите виды и формы проявления быстроты. Ее значение в тхэквондо, средства и методы развития. Приведите примеры упражнений для развития быстроты тхэквондиста.
13. Дайте определение термину «силовые способности»; назовите виды и формы проявления силовых способностей. Значение в тхэквондо, средства и методы развития. Приведите примеры упражнений для развития силовых способностей тхэквондиста.
14. Дайте определение термину «координационные способности»; назовите виды и формы проявления координационных способностей. Значение в тхэквондо, средства и методы развития. Приведите примеры упражнений для развития координационных способностей тхэквондиста.
15. Дайте определение терминам «психологическая подготовка», «психологическая подготовленность». Раскройте значение психологической подготовки в тхэквондо.
16. Сформулируйте основные задачи психологической подготовки тхэквондистов. Раскройте содержание психологической подготовки в тхэквондо.
17. Дайте определение психическому качеству «внимание», перечислите его свойства. Раскройте значение внимания и его свойств для тхэквондиста. Кратко укажите, как можно развивать свойства внимания.
18. Дайте определение что такое «мышление», «тактическое мышление», назовите виды мышления. Раскройте значение мышления для спортивной деятельности тхэквондиста. Кратко укажите, как можно развивать мышление; какой вид мышления характерен для спортсменов.
19. Дайте определение, что такое «воля», «волевые качества». Значение волевых качеств для тхэквондиста. Средства и методы развития волевых качеств спортсмена. Приведите примеры проявления волевых качеств
20. Раскройте, в чем значение психологической подготовки тхэквондиста к конкретным соревнованиям и к определенному бою. Охарактеризуйте процесс психологической подготовки тхэквондиста к конкретным соревнованиям и к определенному бою.
21. Дайте определение, что такое «боевая готовность», «стартовая апатия», «предстартовая лихорадка». Кратко охарактеризуйте данные предстартовые состояния.
22. Перечислите виды спортивных соревнований и физкультурных мероприятий в период многолетней подготовки тхэквондиста (международные, всероссийские, межрегиональные, субъекта Российской Федерации и муниципальных образований). Как осуществляется допуск к соревнованиям.
23. Раскройте основы организации и проведения соревнований по тхэквондо (этапы подготовки), Положение о соревновании.
24. Укажите, какие разряды и звания присваиваются в тхэквондо. Раскройте особенности и порядок присвоения спортивных званий, ученических поясов.
25. Охарактеризуйте спортивные сооружения и оборудование в тхэквондо.
26. Дайте определения понятиям: «техника», «техническая подготовка», «техническая подготовленность», «технический прием». Раскройте и кратко проанализируйте классификацию технических действий в защите и в нападении.
27. Перечислите и кратко охарактеризуйте тренажерные устройства для обучения основным техническим действиям, для совершенствования техники ведения боя.
28. Перечислите принципы обучения технике в тхэквондо.
29. Укажите последовательность обучения техническим приемам в тхэквондо.
30. Боевые искусства в системе физической культуры и прикладной физической подготовки
31. Дайте сравнительную характеристику спортивных единоборств в перечне видов спортивных упражнений
32. Охарактеризуйте особенности массового тхэквондо
33. Охарактеризуйте особенности тхэквондо высших спортивных достижений

34. Охарактеризуйте технику прямого удара ближней рукой без шага
35. Охарактеризуйте технику прямого удара дальней рукой без шага
36. Охарактеризуйте технику прямого удара ближней рукой с полушагом
37. Охарактеризуйте технику прямого удара дальней рукой с полушагом
38. Охарактеризуйте технику прямого удара ближней рукой с шагом (подскоком)
39. Охарактеризуйте технику прямого удара дальней рукой с шагом (подскоком)
40. Охарактеризуйте задачи этапа начальной подготовки в тхэквондо.
41. Охарактеризуйте задачи тренировочного этапа подготовки в тхэквондо.
42. Охарактеризуйте задачи этапа спортивного совершенствования подготовки в тхэквондо.
43. Охарактеризуйте задачи подготовки на этапе высшего спортивного мастерства.
44. Проанализируйте выступление российских спортсменов на соревнованиях высокого ранга за прошедший сезон.
45. Раскройте направленность и содержание частей урока (учебно-тренировочного занятия) по тхэквондо.
46. Перечислите и опишите контрольные нормативы для оценки уровня развития физических качеств тхэквондистов.
47. Перечислите и охарактеризуйте средства и методы оценки уровня технической подготовленности тхэквондистов.
48. Охарактеризуйте технику прямого удара в параллельном движении
49. Охарактеризуйте технику прямого удара ближней ногой
50. Охарактеризуйте технику прямого удара дальней ногой
51. Охарактеризуйте технику прямого удара ногой сверху
52. Охарактеризуйте технику переднего прямого удара ближней ногой
53. Охарактеризуйте технику переднего прямого удара дальней ногой
54. Охарактеризуйте технику переднего удара ногой сверху
55. Раскройте роль и место спортивных соревнований в учебно-тренировочном процессе, приведите их классификацию.
56. Раскройте значение формальных комплексов. Охарактеризуйте формальный комплекс (1,2,3).

**Шкала оценивания устного развернутого ответа абитуриента на вступительном профессиональном испытании**

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ТХЭКВОНДО**

Характеристика ответа	Баллы
Дан полный развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний по заданному вопросу, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умение выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи. Ответ формулируется в научных терминах, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию абитуриента.	50
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний по заданному вопросу, доказательно раскрыты основные положения заданного вопроса; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий и явлений. Ответ изложен литературным языком. <b>Могут быть допущены 1-2 неточности исправленные абитуриентом самостоятельно.</b>	45
Дан недостаточно полный и недостаточно развернутый ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. <b>Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. В ответе допущены 1-2 ошибки или неточности, которые абитуриент затрудняется исправить с помощью «наводящих» вопросов преподавателя.</b>	40
Дан недостаточно полный ответ, логика и последовательность изложения имеют нарушения. <b>Допущены 3-4 ошибки при определении сущности раскрываемых понятий и явлений. Абитуриент не может конкретизировать обобщенные знания без помощи преподавателя. Речь абитуриента требует коррекции.</b>	35
Дан неполный ответ по теме вопроса. Логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения. В ответе отсутствуют выводы. <b>Допущены 1- 2 ошибки в раскрытии определении сущности раскрываемых понятий и явлений. Абитуриент не понимает сути допущенных ошибок и как следствие, не может их исправить. Речь абитуриента требует коррекции.</b>	30
Дан неполный ответ по теме вопроса. Логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения. <b>Абитуриент показал незнание большей части вопроса. Отсутствует знание конкретных определений. Беспорядочно и неуверенно излагает материал. Речь абитуриента требует коррекции.</b>	25

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Тхэквондо. Теория и методика. Том 1. Спортивное единоборство : Учебник для СДЮСШОР, студентов вуза физической культуры /под ред. Ю.А. Шулики, Е. Ю. Ключникова. – Ростов н/Д : Феникс, 2007. - 800 с.
2. Чой Сунг Мо. Путь тхэквондо от белого пояса - к черному / Чой Сунг Мо .— Ростов-на-Дону : Феникс, 2003 .– 315с. – (Мастера боевых искусств) .
3. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры : учебник / Л. П. Матвеев. – 3-е изд., перераб. и доп. – М. : Физкультура и спорт: СпортАкадемПресс, 2008. – 543 с.
4. Барчуков, И. С. Теория и методика физического воспитания и спорта : учебник для использования в учеб. процессе образоват. учреждений, реализующих прогр. сред. проф. образования : рек. ФГУ «Федер. ин-та развития образования» / И. С. Барчуков ; под общ. ред. Г. В. Барчуковой. – М. : Кнорус, 2015. – 366 с.
4. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. пособие / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 8-е изд., стер. – М. : Академия, 2010 . – 479 с. – (Высшее профессиональное образование). – ISBN 978-5-7695-7577-8.
5. Коваль, В. И. Гигиена физического воспитания и спорта : учебник для студентов вузов / В. И. Коваль, Т. А. Родионова. – М. : Academia, 2010. – 315 с.
6. Лях, В. И. Физическая культура : 10-11 кл. : учебник для общеобразоват. учреждений : рек. М-вом образования и науки РФ / В. И. Лях, А. А. Зданевич ; под общ. ред. В. И. Ляха. – М. : Просвещение, 2011. – 237 с.
7. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учеб. по направлениям подгот. магистратуры 49.04.01, 49.04.03 : а также аспирантуры 49.06.01 : рек. Федер. УМО в системе высш. образования по укрупн. группе специальностей и направлений подгот. 49.00.00 / Л.П. Матвеев. – М. : Спорт, 2019. – 340 с.
8. Система гигиенических факторов в подготовке спортсменов. Электронный режим доступа : <http://sdusshor-3.ru/uploads/media/pdf/Med/Система%20гигиенических%20факторов%20в%20подготовке%20спортсменов.pdf>
9. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта тхэквондо : (в ред. приказа Минспорта России от 15.02.2018 N 741) / М-во спорта РФ. – М. : Сов. спорт, 2018. – 23 с.
10. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учебник / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : Академия, 2012. – 479 с.

Приняты на заседании Ученого совета 29 мая 2020 г, протокол № 13