Негосударственное частное образовательное учреждение
высшего образования
«Армавирский лингвистический социальный институт»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.ДВ.04.01 Борьба самбо

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы: «Физическая культура»

Квалификация (степень) выпускника: **бакалавр**

Форма обучения: очная, заочная

Подписан: Сакиева Фатима Нурдиновна
DN: C=RU, OU=Ректор, O=НЧОУ ВО АЛСИ, CN=Сакиева Фатима Нурдиновна, E=info@alsivuz.ru
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение: Краснодарский край, г. Армавир, ул. Кирова, 22-24
Дата: 2023.06.14 17:01:33+03'00'

Армавир, 2023

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования, утвержденным приказом Минобрнауки России от 22.02.2018 № 121 по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и принята на заседании кафедры гуманитарных, педагогических дисциплин и физической культуры (протокол № 10 от 14 июня 2023 г.)

Заведующий кафедрой _____ Н.В.Семенова

Организация – разработчик: Негосударственное частное образовательное учреждение высшего образования «Армавирский лингвистический социальный институт»

Автор: Гарбузов С.П.

Для поступивших в 2022, 2021, 2020, 2019 году

СОДЕРЖАНИЕ

1.Цели и задачи освоения учебной дисциплины 4
2.Место учебной дисциплины в структуре ОПОП ВО 6
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине 6
4. Структура дисциплины и распределение ее трудоемкости 13
5. Содержание дисциплины..... 14
5.1. Темаческое планирование по дисциплине 14
5.1.1. Тематический план учебной дисциплины по очной форме обучения..... 14
5.1.2. Тематический план учебной дисциплины по заочной форме обучения..... 15
5.2 Виды занятий и их содержание 18
5.2.1. Тематика и краткое содержание лекционных занятий..... 18
5.3.2. Тематика и краткое содержание практических занятий..... 21
5.2.4 Примерная тематика курсовых работ (проектов)..... 25
Не предусмотрены учебным планом 25
5.2.5. Самостоятельная работа и контроль успеваемости..... 25
5.2.6.Развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуни
6.Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттест
6.1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля..... 29
6.2 Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации..... 33
6.3 Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций 33
6.3.1 Текущая аттестация..... 33
6.3.2 Промежуточная аттестация..... 54
6.3.2.2 Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)..... 54
7.Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины……64
8. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины 64
8.1 Общесистемные требования 65

8.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины 65
9.Методические указания для самостоятельной работы обучающихся по освоению ди

1. Цели и задачи освоения учебной дисциплины

Цель (цели) освоения дисциплины:

- укрепление здоровья, улучшение физического развития, повышение уровня личных физических качеств;
- овладение основами техники безопасного падения и самостраховки;
- приобретение разносторонней физической подготовленности; - выявление задатков и способностей у студентов; - привитие стойкого интереса к занятиям самбо. Задачи:
- всестороннее, гармоническое развитие форм тела и функций организма, направленное на совершенствование физических способностей, укрепление здоровья;
- воспитание моральных, волевых, эстетических качеств, развитие памяти, внимания, умственного кругозора, общей культуры поведения;
- приближение содержания обучения к запросам будущей практической деятельности выпускников вуза;
- формировать положительные личностные качества студентов, необходимые им в будущей педагогической деятельности;
- воспитывать у студентов чувства патриотизма, гуманизма, принятия и правильного понимания многообразия культур;
- расширять общий профессиональный кругозор будущих работников физической культуры и спорта, формировать у них мотивы в общественной значимости выбранной специальности;
- обучить правилам техники безопасности на занятиях, привить навыки личной гигиены, обучить простейшим приемам закаливания и убедить в необходимости повседневного их применения;
- убедить в необходимости здорового образа жизни и привлекать детей к занятиям национальным видом спорта;
- развивать морально-волевые качества, смелость и решительность;
- воспитать силовые качества, координационные навыки, закрепить навыки приемов страховки и самостраховки, научить безопасному падению;

- развить мотивацию к познанию и совершенствованию своего тела, сформировать потребность к регулярным занятиям спортом;
- обучить базовым приемам, элементам техники и тактики самбо, дать возможность будущим гражданам страны почувствовать себя уверенней в своих силах и возможностях;
- внушить, что приемы самозащиты можно применять только в качестве обороны.

2. Место учебной дисциплины в структуре ОПОП ВО

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы определяется учебным планом.

Учебная дисциплина «Борьба самбо» является составной частью модуля Б1 который входит в вариативную часть профессионального цикла.

Изучение дисциплины «Борьба самбо» тесно связано с такими дисциплинами как «Анатомия», «Физиология», «Биомеханика», «Силовые виды спорта» «Теория и методика физической культуры», «Спортивная медицина», «Безопасность жизнедеятельности».

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций обучающегося:

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ПООП/ ОПОП	Индикаторы достижения компетенций	Декомпозиция (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами
ПКО-3	*Способен применять*	***ПКО-3.1*** *Знает: закономерности,*	***Знать:*** *историю, теорию,*

	предметные знания при реализации образовательного процесса	*принципы и уровни формирования и реализации содержания дошкольного образования; структуру, состав и дидактические единицы содержания образования дошкольников* ***ПКО-3.2*** *Умеет: осуществлять отбор учебного содержания для реализации в различных формах обучения дошкольников в соответствии с дидактическими целями и возрастными особенностями учащихся* ***ПКО-3.3*** *Владеет: предметным содержанием*	*закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и*

		образования дошкольников	*функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области нравственного воспитания* ***Уметь:*** *использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей* ***Владеть:*** *методами, формами и средствами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий для*

			реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.; действиями (навыками) организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-исследовательской, художественно-продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона

ОПК-8	*Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний*	***ОПК-8.1*** *Знает: историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию,*	***Знать:*** *историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию, закономерности и*

		закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области нравственного воспитания ***ОПК-8.2*** *Умеет: использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей* ***ОПК-8.3*** *Владеет: методами, формами и*	*принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области нравственного воспитания* ***Уметь:*** *использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей* ***Владеть:*** *методами, формами и средствами обучения, в том числе выходящими*

		средствами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий для реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.; действиями (навыками) организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-исследовательской, художественно-продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной организации, места	*за рамки учебных занятий для реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.; действиями (навыками) организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-исследовательской, художественно-продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного*

		жительства и историко-культурного своеобразия региона	*своеобразия региона*

4. Структура дисциплины и распределение ее трудоемкости

Семестр	**Трудоемкость**		**Контактная работа при проведении учебных занятий по дисциплинам (модулям)**				**СРС**		**Форма промежуточной аттестации**
	ЗЕ	часов	Лекции, *часов*	Практические занятия, *часов*	Лабораторные занятия, *часов*	Иные виды, *часов*	В период теоретического обучения, *часов*	В период сессии (контроль), *часов*	
Очная форма обучения									
8	4	144	18	54	-	-	72	-	Зачет с оц.
Итог	**4**	**144**	**72**				**72**	**-**	
Заочная форма обучения									
9	4	144	4	10	-	-	126	4	зачет с оц.
Итог	**4**	**144**	**14**				**126**	**4**	

5. Содержание дисциплины

5.1. Темаческое планирование по дисциплине

5.1.1. Тематический план учебной дисциплины по очной форме обучения

№ п/п	Разделы курса, темы	Общая трудоемкость*, *часов*	Из них аудиторной контактной работы (для проведения учебных занятий лекционного и семинарс-кого типа) *часов*	Контактная аудиторная работа по видам учебных занятий, отраженная в учебном плане *часов*			СРС**, *часов*	Текущий рубежный контроль
				лекции	практические	лабораторные		
1.	1. История самбо, самбо как вид единоборства	25	12	3	9		12	Реферат
2.	Развитие основных физических качеств	24	12	3	9		12	Тестирование
3.	Простейшие акробатические	23	12	3	9		12	Тестирование

	элементы. Техника самостраховки							
4	Техника борьбы лежа. Техника борьбы в стойке.	24	12	3	9		12	Реферат
5.	Простейшие способы самообороны	18	12	3	9		12	Реферат
6.	Меры безопасности, правила личной и общественной гигиены	30	12	3	9		12	Реферат
		144	72	18	54	-	72	

5.1.2. Тематический план учебной дисциплины по заочной форме обучения

№ п/п	**Разделы курса, темы**	**Общая трудоемкость*,** ***часов***	**Из них аудиторной контактной работы** (для	**Контактная аудиторная работа по видам учебных занятий, отраженная в учебном плане** ***часов***	**СРС**,** ***часов***	**Текущий рубежный контроль**

			проведения учебных занятий лекционного и семинарс-кого типа) ***часов***	лекции	практические	лабораторные		
1.	1. История самбо, самбо как вид единоборства	18	2	1	1	-	17	Тестирование
2.	Развитие основных физических качеств	20	3	1	2	-	20	Реферат
3.	Простейшие акробатические элементы. Техника самостраховки	28	2	-	2	-	17	Реферат
4.	Техника борьбы лежа. Техника борьбы в стойке.	18	3	1	2	-	16	Реферат
5.	Простейшие способы самообороны	26	2	-	2	-	26	Реферат
6.	Меры безопасности, правила личной и общественной гигиены	20	2	1	1	-	30	Реферат

	Контроль	**14**						
		144	**14**	**4**	**10**	**-**	**126**	

5.2 Виды занятий и их содержание

5.2.1. Тематика и краткое содержание лекционных занятий

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 1

Тема: История самбо, самбо как вид единоборства

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1.Краткий обзор истории и задачи дальнейшего развития самбо. Развитие борьбы самбо в России. Борьба самбо как форма проявления силы и ловкости народов нашей страны. Возникновение спортивной борьбы. Возникновение и развитие системы самозащиты (самбо) в начале прошлого столетия.

2.Самбо как средство физического воспитания, ее краткая характеристика:

спортивное, оздоровительное и прикладное значение. Основные этапы формирования и развития самбо.

3.Участие наших самбистов в международных встречах и об их результатах на других крупнейших соревнованиях. Мероприятия по дальнейшему развитию самбо в России.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 2

Тема : Развитие основных физических качеств

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1. Упражнения для развития силы с партнѐром и без партнѐра: отжимания в упоре лѐжа, подъѐм ног и тела из положения лѐжа, приседания и т.п. Упражнения для развития ловкости, быстроты и координации движений: ускорения, бег и прыжки со сменой темпа и направления движения; бег спиной вперѐд; движение приставными шагами; прыжки в длину, в высоту и через препятствие.

2.Упражнения для развития гибкости: растяжки, полушпагат, шпагат. Упражнения для развития выносливости: бег, эстафеты, выполнение специальных упражнений на время.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 3

Тема: Простейшие акробатические элементы. Техника самостраховки

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1.Кувырок вперѐд. Кувырок назад. Кувырок через препятствие в длину и в высоту. Стойка на лопатках. Гимнастический мост. Колесо. Техника самостраховки. Сед в группировке, перекат назад. Полуприсед, перекат назад со страховочным ударом по ковру. Полуприсед, перекат с разворотом на бок со страховочным ударом по ковру.

2.Защита от захватов за руки, за одежду и обхватов за туловище. Освобождение от захватов. Освобождение от обхватов туловища спереди и сзади. Падение вперѐд на кисти рук. Падение вперѐд перекатом с коленей и перекатом с груди из стойки прыжком вперѐд («волейбольная страховка»). Падение назад и на бок через партнѐра стоящего на коленях. Перекат через плечи.

3.Защита от захватов за руки, за одежду и обхватов за туловище. Освобождение от захватов. Освобождение от обхватов туловища спереди и сзади.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 4

Тема: Техника борьбы лежа. Техника борьбы в стойке

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии

1.Запрещѐнные приѐмы и действия. Переворачивания. Удержания. Защита от удержаний и переворачиваний. Комбинации из переворачиваний и удержаний. Учебные и учебно-тренировочные схватки.

2.Техника борьбы в стойке. Запрещѐнные приѐмы и действия. Стойки. Передвижения. Дистанции. Захваты. Выведение из равновесия рывком, толчком, заведением, скручиванием. Броски: задняя подножка под одну ногу,

задняя подножка под две ноги, передняя подножка (основной вариант), бросок через бедро. Учебные и учебнотренировочные схватки.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 5

Тема: Простейшие способы самообороны

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии

*1.*Защита от захватов за руки, за одежду и обхватов за туловище. Освобождение от захватов. Освобождение от обхватов туловища спереди и сзади.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 6

Тема: Меры безопасности, правила личной и общественной гигиены

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии

1.Предупреждение травм. Личная гигиена самбиста. Общий режим дня. Режим питания и питьевой режим в период тренировки и выступления в соревнованиях. Отдых, сон. Гигиеническое значение водных процедур. Использование естественных сил природы для закаливания. Гигиенические требования к местам занятий, одежде и обуви.

2.Причины травм в самбо и меры их предотвращения. Врачебный контроль и самоконтроль. Значение и содержание врачебного контроля и самоконтроля при тренировке самбиста. Порядок осуществления врачебного контроля в спортивных секциях. Медицинское освидетельствование самбиста. Понятие о травме. Особенности возможных травм при занятиях самбо. Первая доврачебная помощь. Остановка кровотечений. Наложение мягких повязок. Правила наложения жестких повязок. Переноска пострадавшего.

5.3.2. Тематика и краткое содержание практических занятий

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 1-2

Тема: история самбо, самбо как вид единоборства

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии: слушание и обсуждение рефератов

1.Краткий обзор истории и задачи дальнейшего развития самбо. Развитие борьбы в России. Борьба как форма проявления силы и ловкости народов нашей страны. Возникновение спортивной борьбы. Возникновение и развитие системы самозащиты (самбо) в начале прошлого столетия. Самбо как средство физического воспитания, ее краткая характеристика: спортивное, оздоровительное и прикладное значение. Основные этапы формирования и развития самбо.

2.Участие наших самбистов в международных встречах и об их результатах на других крупнейших соревнованиях. Мероприятия по дальнейшему развитию самбо в
России.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 3-4

Тема: Развитие основных физических качеств

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1.Строевые упражнения. Строевые упражнения являются важным средством организации занимающихся, воспитанием дисциплины, выработки строевой выправки и осанки, целесообразного размещения занимающихся для совместных действий на месте и в движении в соответствии с условиями проведения занятий.

2.Общеразвивающие упражнения. Основная цель применения общеразвивающих упражнений - всестороннее физическое развитие организма: равномерное развитие мышечной системы, укрепление костно-связочного аппарата, развитие большей подвижности в суставах, координации движений и умение сохранять равновесие, а также улучшение функции сердечно-сосудистой системы.

3.Гимнастика. Упражнения на развитие силы мышц ног, рук, туловища (стоя, сидя, лежа). Приседания, наклоны, сгибания рук в упоре лежа, маховые и вращательные движения руками и ногами. Упражнения на расслабление мышц. Упражнения утренней гигиенической гимнастики. Упражнения вдвоем и в сопротивлении.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 5-6

Тема: Простейшие акробатические элементы. Техника самостраховки
Основные вопросы, рассматриваемые на занятии

1.Акробатические упражнения: - кувырки, перевороты, прыжки, сальто. Упражнения на гимнастических снарядах канат, батут, перекладина, брусья, кольца. Плавание, легкая атлетика, лыжный спорт, спортивные игры, гребля. Специальная подготовка. Упражнения на гибкость, укрепление суставов. Упражнения в равновесии. Упражнения для развития ловкости, силы, быстроты, на расслабление. Специальные упражнения. Простейшие виды борьбы.

2.Страховка и самостраховка. Различные виды падений, способы самостраховки и поддержки партнером. Имитация приемов без партнера и на резине, на манекене.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 7-8

Тема: Техника борьбы лежа. Техника борьбы в стойке
Основные вопросы, рассматриваемые на занятии: Борьба лежа:

- Переворачивания - переворачивание с захватом двух рук сбоку;
- переворачивание с захватом шеи из-под плеча двумя руками;
- переворачивание с захватом шеи из-под плеча и ноги изнутри;
- переворачивание с захватом на рычаг;
- переворачивание с захватом шеи и дальней ноги;
- переворачивание с захватом на «ключ»;
- переворачивание косым захватом;
- переворачивание захватом шеи из-под плеча и ноги изнутри; - переворачивание захватом шеи из-под плеча и дальней руки; - опрокидывание.
- Удержания - удержание сбоку;
- удержание сбоку без захвата шеи;
- обратное удержание сбоку;
- удержание поперек;
- удержание со стороны головы и захватом рук;
- удержание со стороны ног;
- удержание верхом;
- удержание поперек с захватом головы;
- удержание со стороны головы с захватом пояса;
- удержание со стороны ног с захватом куртки за ворот из-под рук; - освобождения (уходы) от удержаний.

- Болевые приемы - рычаг локтя через бедро;
- узел ногой;
- рычаг локтя при помощи плеча сверху;
- рычаг локтя через предплечье из удержания поперѐк;
- рычаг локтя через бедро с помощью ноги;
-рычаг локтя при помощи туловища сверху;
- рычаг локтя с захватом руки между ног;
- рычаг локтя с захватом руки между ног садясь;
- рычаг локтя с захватом руки между ног кувырком вперѐд;
- узел плеча из удержания сбоку;
- узел поперек;
- рычаг локтя с захватом руки между ног противник в положении сед на коленях с упором на предплечья;
- ущемление ахиллесова сухожилия (сидя, лежа);
- рычаг колена между ног;
- узел бедра ногами;
- ущемление икроножной мышцы;
- защиты от приемов борьбы лежа, способы разрыва захватов.

Борьба в стойке:
- задняя подножка;
- задняя подножка с колена;
- задняя подножка с падением;
- задняя подножка под две ноги;
- задняя подножка с захватом ноги снаружи;
- задняя подножка с захватом ноги изнутри;
- задняя подножка на пятке;
- передняя подножка с колена;
- передняя подножка;
- передняя подножка с захватом ноги снаружи;
- бросок рывком за пятку;
- бросок рывком за пятку изнутри;
- бросок рывком за руку и голень;
- бросок с захватом двух ног;
- бросок через бедро;
- бросок через бедро с захватом головы с падением;
- бросок с захватом руки на плечо с колена;
- бросок с захватом руки под плечо с падением;
- бросок с захватом руки на плечо;
- бросок через голову;

- бросок через голову с захватом пояса сзади через плечо;
- бросок через голову голенью между ног;
- бросок через плечи («мельница»);
- боковая подсечка;
- боковая подсечка при движении противника вперед;
- боковая подсечка при движении противника назад;
- боковая подсечка противнику, встающему с колен;
- боковая подсечка при движении противника в сторону;
- боковая подсечка, подготовленная скрещиванием ног;
- боковая подсечка с захватом ноги снаружи;
- боковая подсечка в темп шагов;
- передняя подсечка;
- передняя подсечка с падением;
- передняя подсечка в колено;
- зацеп изнутри под разноимѐнную ногу;
- зацеп стопой;
- зацеп голенью и стопой (обвив);
- отхват;
- отхват с захватом ноги снаружи;
- отхват с захватом двух рукавов;
- выведение из равновесия с захватом рукавов;
- вертушка;
- подхват снаружи;
- подхват изнутри;
- подхват с захватом ноги снаружи.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 9-10

Тема: Простейшие способы самообороны

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии

*1.*Защита от захватов за руки, за одежду и обхватов за туловище. Освобождение от захватов. Освобождение от обхватов туловища спереди и сзади.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 11-12

Тема: Меры безопасности, правила личной и общественной гигиены.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1.Предупреждение травм. Личная гигиена самбиста. Общий режим дня. Режим питания и питьевой режим в период тренировки и выступления в

соревнованиях. Отдых, сон. Гигиеническое значение водных процедур. Использование естественных сил природы для закаливания. Гигиенические требования к местам занятий, одежде и обуви.

2.Причины травм в самбо и меры их предотвращения. Врачебный контроль и самоконтроль. Значение и содержание врачебного контроля и самоконтроля при тренировке самбиста. Порядок осуществления врачебного контроля в спортивных секциях. Медицинское освидетельствование самбиста.

3.Понятие о травме. Особенности возможных травм при занятиях самбо. Первая доврачебная помощь. Остановка кровотечений. Наложение мягких повязок. Правила наложения жестких повязок. Переноска пострадавшего.

5.2.4 Примерная тематика курсовых работ (проектов).
Не предусмотрены учебным планом

5.2.5. Самостоятельная работа и контроль успеваемости

В рамках указанного в учебном плане объёма самостоятельной работы по данной дисциплине (в часах) предусматривается выполнение следующих видов учебной деятельности *(очная форма обучения)*:

семестр 7

Вид самостоятельной работы	Примерная трудоемкость
Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа	10
Опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на занятиях)	10
Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятия лекционного и семинарского типа	10
Подготовка к текущему контролю	15
Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме	12
Подготовка к промежуточной аттестации	15

ИТОГО СРО:	**72**

В рамках указанного в учебном плане объёма самостоятельной работы по данной дисциплине (в часах) предусматривается выполнение следующих видов учебной деятельности *(заочная форма обучения)*:

9 семестр

Вид самостоятельной работы	Примерная трудоемкость
Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа	20
Опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на занятиях)	20
Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятия лекционного и семинарского типа	20
Подготовка к текущему контролю	25
Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме	16
Подготовка к промежуточной аттестации	25
ИТОГО СРО:	**126**

5.2.6. Развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерских качеств при проведении учебных занятий

Практические (семинарские) занятия относятся к интерактивным методам обучения и обладают значительными преимуществами по сравнению с традиционными методами обучения, главным недостатком которых является известная изначальная пассивность субъекта и объекта обучения.

Практические занятия могут проводиться в форме групповой дискуссии, «мозговой атаки», разбора кейсов, решения практических задач и др. Прежде, чем дать группе информацию, важно подготовить участников, активизировать их ментальные процессы, включить их внимание, развивать кооперацию и сотрудничество при принятии решений.

Ниже приводятся методические рекомендации по проведению различных видов практических (семинарских) занятий.

1. Обсуждение в группах

Групповое обсуждение какого-либо вопроса направлено на нахождении истины или достижение лучшего взаимопонимания. Групповые обсуждения способствуют лучшему усвоению изучаемого материала.

На первом этапе группового обсуждения перед обучающимися ставится проблема, выделяется определенное время, в течение которого обучающиеся должны подготовить аргументированный развернутый ответ.

Преподаватель может устанавливать определенные правила проведения группового обсуждения:

- задавать определенные рамки обсуждения (например, указать не менее 5...10 ошибок);
- ввести алгоритм выработки общего мнения (решения);
- назначить модератора (ведущего), руководящего ходом группового обсуждения и др.

На втором этапе группового обсуждения вырабатывается групповое решение совместно с преподавателем (арбитром).

Разновидностью группового обсуждения является круглый стол, который проводится с целью поделиться проблемами, собственным видением вопроса, познакомиться с опытом, достижениями.

2. Публичная презентация проекта

Презентация - самый эффективный способ донесения важной информации как в разговоре "один на один", так и при публичных выступлениях. Слайд-презентации с использованием мультимедийного оборудования позволяют

эффективно и наглядно представить содержание изучаемого материала, выделить и проиллюстрировать сообщение, которое несет поучительную информацию, показать ее ключевые содержательные пункты. Использование интерактивных элементов позволяет усилить эффективность публичных выступлений.

3. Дискуссия

Как интерактивный метод обучения означает исследование или разбор. Образовательной дискуссией называется целенаправленное, коллективное обсуждение конкретной проблемы (ситуации), сопровождающееся обменом идеями, опытом, суждениями, мнениями в составе группы обучающихся.

Как правило, дискуссия обычно проходит три стадии: ориентация, оценка и консолидация. Последовательное рассмотрение каждой стадии позволяет выделить следующие их особенности.

Стадия ориентации предполагает адаптацию участников дискуссии к самой проблеме (ситуации), друг другу, что позволяет сформулировать проблему, цели дискуссии; установить правила, регламент дискуссии.

В стадии оценки происходит выступление участников дискуссии, их ответы на возникающие вопросы, сбор максимального объема идей (знаний), предложений, пресечение преподавателем (арбитром) личных амбиций отклонений от темы дискуссии.

Стадия консолидации заключается в анализе результатов дискуссии, согласовании мнений и позиций, совместном формулировании решений и их принятии.

В зависимости от целей и задач занятия, возможно, использовать следующие виды дискуссий: классические дебаты, экспресс-дискуссия, текстовая дискуссия, проблемная дискуссия, ролевая (ситуационная) дискуссия.

6. Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

6.1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля

Текущий контроль знаний студентов осуществляется проводимыми по основным темам дисциплины следующими контрольными оценочными мероприятиями:

Тестовые задания

реферат.

Примеры оценочных материалов для проведения текущей аттестации обучающихся по дисциплине

7(9) семестр

Примерные тестовые задания для оценки сформированности компетенции:

ПКО-3 *Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса*

ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

1.В каком из институтов Москвы начал преподавать дзюдо, а затем и самбо Василий Ощепков?

- Московский экономический институт
- Московский институт культуры
- Московский институт связи
- Московский институт физкультуры
- Московский авиационный институт
- Московский физико-технический университет

2.В каком спортивном обществе В.В.Спиридонов начал культивировать дисциплину «самозащита»?

- Динамо
- Буревестник
- ЦСКА

- Локомотив

3.В каком году прошел первый чемпионат мира по самбо среди женщин?

- 1967
- 1972
- 1963
- 1977
- 1983
- 1973
- 2003
- 1985

4.В каком году начал разыгрываться Кубок Мира по самбо?

- 1979
- 1972
- 1963
- 1973
- 1983
- 1977

5.В каком году прошел первый Международный турнир по самбо?

- 1966
- 1967
- 1973
- 1977
- 1972

6.В каком году прошел первый Открытый Европейский чемпионат по самбо?

- 1967
- 1966
- 1972
- 1973
- 1977

7.Одной из старейших национальных ассоциаций самбо является японская ассоциация. В каком году она была основана?

- 1957
- 1972
- 1963
- 1967
- 1973

8.Самбо-70 самая знаменитая спортивная школа в России, подготовившая сотни чемпионов не только в самбо, но и других видах спорта. Кто был ее основателем?

- Давид Рудман
- Владимир Невзоров
- Раис Рахматуллин
- Мурат Хасанов
- Анатолий Харлампиев
- Василий Ощепков

9.В каком году прошел первый чемпионат СССР по самбо?

- 1939
- 1928
- 1946
- 1947
- 1940
- 1938

10.Какое первое название имело самбо?

- дзюдо
- борьба вольного стиля
- борьба свободного стиля
- борьба рукопашного стиля
- борьба для самообороны

7(9) семестр

Примерная тематика рефератов для оценки сформированности компетенции:

ПКО-3 *Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса*

ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

Темы рефератов для самостоятельной работы

1. Предпосылки возникновения борьбы самбо.
2. Истоки борьбы самбо.
3. А. Харлампиев – основатель самбо.
4. Борьба самбо в 20-е годы 20 века. В Спиридонов.
5. Роль В. Ощепкова в становлении борьбы самбо.
6. Первые соревнования по самбо в СССР.
7. Борьба самбо на международной арене.
8. Борьба самбо в период Второй мировой войны.
9. Первые чемпионаты Европы и Мира по самбо.
10. Первые чемпионы по самбо.
11. Зарождение борьбы самбо в Армавире.
12. Развитие и перспективы борьбы самбо в Армавире.
13. Тактика борьбы самбо.
14. Психология самбиста.
15. Предсоревновательная подготовка по самбо.
16. Соревновательный период в самбо.
17. Спортивное питание спортсмена самбиста.
18. Тренировочный режим спортсмена самбиста.
19. Выдающиеся спортсмены-самбисты Краснодарского края.
20. Российская Федерация по борьбе самбо.
21. Правила соревнований по борьбе самбо.
22. Политика правительства Российской Федерации в отношении борьбы самбо.
23. Олимпийские перспективы борьбы самбо.
24. Борьба самбо в европейских странах.
25. Борьба самбо в мире.
26. Спортивная классификация самбо.
27. Присвоение разрядов в самбо.

6.2 Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации

7(9) семестр

Промежуточная аттестация проводится в форме дифференцированного зачета. Средствами оценки для реализации промежуточной аттестации являются вопросы к дифференцированному зачету.

Контрольные вопросы для проведения промежуточной аттестации:

1. Цели и задачи борьбы самбо.
2. Классификация видов самбо.
3. Виды борьбы самбо.
4. ОФП в самбо. 5. Структура построения занятия по самбо.
6. Содержание занятия по самбо.
7. Формы контроля на занятиях по самбо.
8. Физиологические преимущества разминки.
9. Цель и задачи разминки.
10. Цель и задачи основной части занятия.
11. Цель и задачи заключительной части занятия.
12. Биомеханика движений в самбо.
13. Физиологические аспекты влияния борьбы самбо на организм занимающегося.
14. Методические особенности проведения занятий с детьми.
15. Методические особенности проведения занятий с юношами и девушками.
16. Правила соревнований. Организация и проведение соревнований по самбо.
17. Запрещѐнные приемы в борьбе самбо.
18. Строевые упражнения. Общая физическая подготовка и специальные упражнения.

6.3 Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций

6.3.1 Текущая аттестация

Шкала оценки теста на примере освоения компетенций

ПКО-3 *Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса*

ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

Оценка	**Характеристика сформированности компетенций**
5 «отлично»	***Знает:*** приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и

	проектной деятельности и иной деятельности обучающихся. **Умеет:** критически Анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической

	деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся. **Владеет:** навыками конструирования Предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.
4 «хорошо»	***Знает:*** приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного

	процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся. **Умеет:** не в полной мере критически Анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету,

	курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся. **Владеет:** навыками конструирования Предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и

	письменной коммуникации целевой аудитории.
3 «удовлетворительно»	***Знает:*** приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся. **Умеет:** не в полной мере критически Анализировать учебные материалы

	предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся.

	Владеет: не в полной мере навыками конструирования Предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.
2 «неудовлетворительно»	**Не знает:** приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому

	предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся. **Не умеет:** не в полной мере критически Анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск,

	анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся. **Не владеет:** навыками конструирования Предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.

Шкала оценки реферата на примере освоения компетенций

ПКО-3 *Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса*

ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

Оценка	**Характеристика сформированности компетенций**
5 «отлично»	***Знает:*** приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной,

	научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся. **Умеет:** критически Анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики

	в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся. **Владеет:** навыками конструирования Предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.
4 «хорошо»	***Знает:*** приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и

	реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся. **Умеет:** не в полной мере критически Анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать

	рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся. **Владеет:** навыками конструирования Предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и

	профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.
3 «удовлетворительно»	***Знает:*** приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся. **Умеет:** не в полной мере критически

	Анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность

	обучающихся. **Владеет:** не в полной мере навыками конструирования Предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.
2 «неудовлетворительно»	**Не знает:** приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и

	учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся. **Не умеет:** не в полной мере критически Анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее

	выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся. **Не владеет:** навыками конструирования Предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.

6.3.2 Промежуточная аттестация

6.3.2.2 Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)

7(9)семестр

ПКО-3. Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса.

ОПК-8. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

Оценка	**Характеристика сформированности компетенций**
5 «отлично»	***Знает:*** приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-

	профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся. **Умеет:** критически Анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки

	и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся. **Владеет:** навыками конструирования Предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.
4 «хорошо»	***Знает:*** приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации

	по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся. **Умеет:** не в полной мере критически Анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей

	обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся. **Владеет:** навыками конструирования Предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы.

	Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.
3 «удовлетворительно»	***Знает:*** приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся. **Умеет:** не в полной мере

	критически Анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и

	проектную деятельность обучающихся. **Владеет:** не в полной мере навыками конструирования Предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.
2 «неудовлетворительно»	**Не знает:** приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей,

	обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся. **Не умеет:** не в полной мере критически Анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных

	программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся. **Не владеет:** навыками конструирования Предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.

7.Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Основная
Сидоров, Л. К. Основы спортивной подготовки : учебное пособие / Л. К. Сидоров, А. Н. Савчук, С. Л. Садырин. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2023. - 112 с. - ISBN 978-5-7638-4689-8. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/2090867
Чертов, Н. В. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие / Н. В. Чертов ; Южный федеральный университет. - Ростов-на-Дону ; Таганрог : Издательство Южного федерального университета, 2022. - 154 с. - ISBN 978-5-9275-4211-6. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/2039093
Ушаков, Г. А. Удары ногами: техника, тактика и методика тренировки: Методическое руководство / Ушаков Г.А., Виноградов О.В. - Вологда:ВИПЭ ФСИН России, 2015. - 55 с.: ISBN 978-5-94991-315-4. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/901233
Филиппова, Ю. С. Физическая культура : учебно-методическое пособие / Ю.С. Филиппова. — Москва : ИНФРА-М, 2022. — 201 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/textbook_5d36b382bede05.74469718. - ISBN 978-5-16-015719-1. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1940910
Дополнительная
Физическая культура и спорт в системе образования. Инновации и перспективы развития : сборник научных трудов / . - Санкт-Петербург : Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2020. - 316 с. - ISBN 978-5-288-06069-4. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1840333
Карачев, Б. Г. Повышение собственной безопасности сотрудников УИС средствами борьбы самбо: Учебное пособие / Карачев Б.Г., Нохрин М.Ю., Михайлов А.С., - 2-е изд. - Пермь:Пермский институт ФСИН России, 2015. - 38 с. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/910849
Комплексная тренировка в циклических видах спорта : учебное пособие / Е. Н. Данилова, А. Н. Христофоров, А. С. Горбачев, Д.. В. Логинов. - Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2019. - 108 с. - ISBN 978-5-7638-4185-5. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1816591

8. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины

8.1 Общесистемные требования

Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

Учебный год	Наименование документа с указанием	Срок действия
	Электронно-библиотечная система Znanium — это информационно-образовательная среда для колледжей, вузов и библиотек.	

Электронная информационно-образовательная среда НЧОУ ВО АЛСИ

8.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине используются специальные помещения, которые представляют собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду НЧОУ ВО АЛСИ.

Современные профессиональные базы данных

1) Федеральный портал «Российское образование»/ http://www.edu.ru

2) Национальная Электронная Библиотека (нэб.рф) http://xn--90ax2c.xn--p1ai/

3) Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) - http://school-collection.edu.ru

4) Базы данных издательства Springer https://link.springer.com/

5) Базы данных ScienceDirect (книги и журналы) издательства Elsevier https:// www.sciencedirect.com/

6) Базы данных Scopus издательства Elsevier https://www.scopus.com/search/ form.uri?display=basic

Информационные справочные системы

1) Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru.

2) Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) - http://eor.edu.ru/

3) Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) - http://school-collection.edu.ru.

4) Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») - http://window.edu.ru.

5) Российская государственная библиотека. http://www.rsl.ru

6) Государственная публичная историческая библиотека. http://www.shpl.ru

7) Национальная Электронная Библиотека (нэб.рф)

9. Методические указания для самостоятельной работы обучающихся по освоению дисциплины

В процессе изучения учебной дисциплины следует:

1. Ознакомиться с рабочей программой дисциплины. Рабочая программа дисциплины содержит перечень разделов и тем, которые необходимо изучить, планы лекционных и семинарских занятий, вопросы к

текущей и промежуточной аттестации, перечень основной, дополнительной литературы и ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», определиться с темой курсовой работы (при наличии).

2. Ознакомиться с планом самостоятельной работы обучающихся.

3. Посещать теоретические (лекционные) и практические занятия.

4. При подготовке к практическим занятиям, а также при выполнении самостоятельной работы следует использовать методические указания для обучающихся.